



朗誦與傳意

香港教育大學
施仲謀教授

第五章 獨誦的訓練

一、選擇誦材的原則

二、獨誦訓練的步驟

(一) 選擇誦材和參賽者

(二) 理解誦材

(三) 朗讀訓練

(四) 朗誦訓練

(五) 情感培養

(六) 安排試誦

三、比賽時應注意的事項

- (一) 臨場準備
- (二) 怎樣開始
- (三) 怎樣結尾
- (四) 態度與台風

一、選擇誦材的原則

大家知道香港校際朗誦節嗎？



Hong Kong Schools
Music and Speech Association



朗誦形式的分類

朗誦的形式可分為多少種？

⊕ 朗誦一般分為：

⊕ 個人獨誦

⊕ 小組合誦

⊕ 集體朗誦

⊕ 語言：廣州話、普通話。

誦材的分類

以下根據香港學校朗誦節歷屆誦材，介紹其分類如下：

(一) 詩詞

- ✦ 中學高年級多選誦古詩、近體詩和詞曲一類。
- ✦ 中學低年級和小學多選誦新詩，取其音韻諧協，宜於誦讀。

(二) 散文

- ✦ 中學高年級多選誦歷代名篇，而尤重音節氣勢者。
- ✦ 中學低年級則多選近代作品，而其中偏於聲情描述的最宜朗誦。
- ✦ 小學多選誦語體散文，取其形象具體、描繪生動。

(三) 說故事

- ✦ 故事題材自選，時間有所規定，只限小學生參加。

(四) 二人對話

- ✦ 對話形式，容許第三者旁述。
- ✦ 參加者不化裝，亦不設佈景，但可持小道具，分設中、小學生組。

(五) 歌詞朗誦

- ✦ 朗誦主題積極、健康的歌詞，分設中、小學生組。

(六) 宗教作品朗誦

- ✦ 朗誦天主教、基督教、佛教、道教的經文及文學作品，分設中、小學生組。

(七) 造型朗誦

- ✦ 內容節選自戲劇片斷，參加者可穿着簡單的戲服和化裝，可持小道具，可以加入音響效果，但不設佈景。
- ✦ 朗誦時主要依台詞誦讀，但容許口語化。

(八) 戲劇獨誦表演

- ✦ 一人可演多個角色，時間十分鐘。

(九) 自選誦材朗誦

- ✦ 分小學組和公開組兩組，誦材自定。

(十) 新詩創作朗誦

- ✦ 只設公開組，參加者朗誦自己創作的詩。

選擇誦材的原則

如何選擇合適的誦材？

香港學校朗誦節

- ⊕ 有規定的誦材可供選擇。
- ⊕ 教師只需根據學生的興趣和天賦的聲線條件，選擇參加那一個項目。
- ⊕ 或根據指定的誦材，選拔有興趣和天賦的聲線條件比較適合的學生參加。

校內或社區中心舉辦的朗誦比賽

- ⊕ 著名的文學作品不一定都適合作為誦材，作品距離現實太遠會欠親切感。
- ⊕ 要選一段二、三百字適宜朗誦的散文不容易。

選擇誦材的原則

1. 誦材必須聲調鏗鏘、音韻諧協，有聲律之美。
2. 誦材必須情感鮮明而充沛、抑揚頓挫，有節奏感。
3. 適合學生年齡、性別和程度。
4. 題材要有趣味性。
5. 有生活感，能結合學生的生活體驗。

6. 富時代感，與現代人生活接近，較易取得共鳴。雖然如此，大部分古代作品，其題材都圍繞生命、自然、愛情等亙古不易的主題，基於人同此心的道理，所以仍被廣泛接受。此外，擷取雋永優雅的古典文學作品，也可讓人們認識及體會傳統文化之美，培養對中華文化的熱愛。

7. 主題明確、積極健康。

8. 愈多具體意象和動感愈好。

9. 文字要避免過分艱深，否則不易理解。

10. 篇幅長短要適當。

二、獨誦訓練的步驟

(一) 選擇誦材及參賽者

1. 學生自身的條件

教師收到誦材後：

- ⊕ 可因應學生的程度、能力、興趣和天賦的聲音條件，選擇參加的項目。
- ⊕ 或可以先決定了那些可以參加比賽的學生，然後找適合的項目來配合。

2. 學校的興趣小組或班際朗誦比賽

- ⊕ 學校有朗誦興趣小組的設立，參加這個小組的學生，都是比較熱愛朗誦的，平日也有經常性的訓練，耳濡目染，可從中選拔參賽者。
- ⊕ 可先舉辦班際朗誦比賽，提早一個年度物色優勝者參加比賽。

選拔參賽者的準則

1. 首重音色基礎，男同學最好音域寬廣，音量雄厚；女同學最好清脆圓潤、收放自如。
2. 聲音必須「清亮」。

音色基礎有保證，訓練起來可收事半功倍之效。

如果學生是歌詠團、話劇組的成員，表現肯定會更為出色。

(二) 理解誦材

很多學校都設立朗誦指導小組，負責統籌訓練的工作。

如何幫助學生準備好朗誦比賽？

1. 參賽者決定了誦材後，便要蒐集資料，例如：

- ⊕ 作品的時代背景
- ⊕ 作者的寫作動機
- ⊕ 掌握文章的基本內容
- ⊕ 概括文章的中心思想
- ⊕ 分析段落和篇章結構
- ⊕ 分析字、詞、語句和修辭技巧
- ⊕ 了解朗誦者的角色(第一身或第三身等)

2. 教師要引導學生具體感受誦材的內容和感情，並準確把握基調。
3. 掌握誦材基調後，通過篇章結構以決定篇章的內容和感情層次。
4. 教師幫助或引導學生先以語義劃分句中停頓，並要求弄清讀音。

(三) 朗讀訓練

第一階段：朗讀訓練

- ⊕ 開始時，容許學生看著誦材分段進行練習，經過多次朗讀，便要求學生不看誦材而朗讀。
- ⊕ 在這階段中，教師要求學生用聲及速度平穩，字音正確而語義停頓恰當。

用聲平穩

- ⊕ 即指學生能用較和諧而穩定的聲音，用帶配合誦材的感情音色讀出整篇誦材。

速度平穩

- ⊕ 是指字句的停連有一穩定的時間，即有節拍地讀出誦材。

恰當的停頓

- ⊕ 停頓的接連時間的長短需配合誦材，即誦材的基調是歡快的，停連時間較短；若是愁苦的，則較慢。

- ⊕ 能做到以上各點，便開始引導學生在語義停頓的基礎上，劃分感情停頓。
- ⊕ 學生能做到這點，便完成第一階段的朗讀訓練，可進入第二階頓的朗誦訓練了。

(四) 朗誦訓練

第二階段：朗誦訓練

- ⊕ 第一步，是在有感情音色的條件下，用清朗的聲音表達誦材。
- ⊕ 教師要作出聲音響度的示範，並教導他們運用共鳴腔以擴大及美化聲音的方法。
(可要求音樂教師幫忙)
- ⊕ 教師要指導學生利用字句或字詞間的停頓換氣。

- ⊕ 學生能同時掌握篇章的語義及感情停頓後，可引導學生決定停頓與相連的方法。

停頓相連變化的快慢效果



聲音的高低效果



聲音的強弱、輕重效果

- ⊕ 在涉及強調讀音，運聲的高低、強弱等內容後，教師應用鼓勵、提示及示範等方法，引導學生逐步掌握。
- ⊕ 為了使學生有穩定的進展，指導學生朗誦時，可以利用朗誦符號標注在誦材上，以幫助記憶運用。
- ⊕ 可參考《朗誦符號表》

符號	意義	使用位置
●	重	字詞之下
○	輕	字詞之下
∨	由小而大	句子之上或之後
∧	由大而小	句子之上或之後
↗	升調	句末之上
↘	降調	句末之上
→	直調	句末之上
↪	曲調	句末之上
~~~~~	急速	字詞或句子之下
~~~~~	緩慢	字詞或句子之下
- - - - -	斷續	字詞或句子之下
◡	短接 / 頓	字詞之間
>	促接	字詞之間
)	延連	字詞之間
—	短延	字詞之間
——	長延	字詞之間
▲	長頓	字詞之間
+	動作	字詞或句子之下

字音方面

- ⊕ 應逐步提高要求。先要求發音清晰，字音清脆；然後要求學生能注意吐字歸音的方法。
- ⊕ 先針對學生某些發音的弱點，要求他們清楚發音部位，掌握主要元音舌位及口型，韻尾收音部位準確；然後要求他們在重要的字詞方面，運用吐字歸音的方法使字音圓潤。

- ⊕ 最後，教師要求學生在用聲方面有層次感。
- ⊕ 通過節奏感的變化，聲音的高低轉變，語調及語氣的轉換，以及較長的心理停頓等，以表現篇章的內容和感情層次。
- ⊕ 這時，第二階段的朗誦訓練便告完成。

(五) 情感培養

- ⊕ 在第一及第二階段中，教師要求學生用帶感情的音色來朗誦篇章，在這兩個階段中，學生要顧及與朗誦有關的種種聲音表達方法。
- ⊕ 教師以指導、帶引、示範為主。

第三階段：情感的培養

- ✦ 學生在聲音表達方面已有一定的基礎，他需要通過自己的已有知識及生活經歷，以體味誦材的內容思想。
- ✦ 教師只能從旁輔助，引導學生充分發揮想像力，培養情緒，投入到作品中去。

一些相關的經歷，教師可用以下方法培養學生的情緒：

1. 類比的方法

悼亡

- ✦ 如痛惜心愛的物件丟失，可以與所愛的人消逝成類比。

政治失意

- ✦ 渴望得到師長或父母的稱許卻不能如願，與政治失意也可成類比。
- ✦ 或可通過某些與誦材相類似的情景，利用圖畫或音樂等，引導學生進行聯想。

2. 眼神、表情與手勢

- ⊕ 學生內心若有感情，舉手投足之間已能自然地配合誦材的內容。
- ⊕ 教師也可以根據誦材，設計眼神、表情、手勢和動作，提高表達效果。
- ⊕ 教師應聽取學生意見，或放手讓學生自己設計，不斷思考、改進，以求盡善盡美。

(六) 安排試誦

為甚麼要安排試誦？

- ⊕ 試誦是為了減少學生的怯場心理。
- ⊕ 教師應盡量安排學生有試誦機會，如在下課前三、五分鐘或全校集會的時間，能夠讓學生試誦一下便最好。

試誦的好處

- ⊕ 增強學生的自信心
- ⊕ 台風和儀態表現會愈趨老練鎮定
- ⊕ 學生可聽取其他老師和同學的意見

如為試誦過程進行現場錄像，然後與學生總結、檢討，則效果更佳。

⊕ 指導初期，教師可容許學生較多摹擬，但切忌要求學生完全摹倣教師的聲調和表情動作，不能指導得「太死」，必須留有餘地。

⊕ 當練習純熟後，教師便應要求學生發揮想像力，投入作品，揣摩體會，探求準確、貼切的表達方法。教師應培養學生自我矯正錯誤、自我創新的學習精神。

朗誦訓練的重點簡單歸納如下：

1. 指導或引發學生理解、感受和詮釋誦材
2. 具體指導、恰當示範
3. 盡量使學生發揮自己的聲音特色，並因應他們採用的表達方式而予以引導。
4. 聲情兼顧

5. 循序漸進，要求明確。

6. 引導學生通過自己的知識及生活經驗，或利用類比的方法，使他們對誦材的思想感情能作較深入的理解和體會，在朗誦時發揮其想像力。

三、比賽時應注意的事項

(一) 臨場準備

- ⊕ 朗誦者在臨近出賽之前，應有充分的休息，心境保持平靜。
- ⊕ 參賽者賽前不斷練習，很多時會適得其反，徒加重自己的心理負擔。
- ⊕ 教師在學生比賽之前，應用不同的方法消除他們那種患得患失的心情。

- ⊕ 若學生臨時忘記誦材，教師應引導他們，利用篇章的前後內容來記憶誦材。
- ⊕ 為了培養學生的臨場表演情緒，教師可重點地引導學生通過聯想，投入誦材之中，營造內心視象，設身處地體會其中感情。
- ⊕ 教師不應在學生比賽之前，作出任何更改或提出新的要求。

(二) 怎樣開始

上台前

- ⊕ 應盡量放鬆自己。
- ⊕ 可以作深呼吸以消除緊張，回復平靜情緒。

上台後

- ⊕ 恭敬地向觀眾和評判鞠躬致敬，不疾不徐，優雅大方，予人好感。
- ⊕ 不要急於開口，必須培養情緒、誘發感受，慢慢進入作品意境，營造氛圍。
- ⊕ 報幕時，聲音要平實清晰。先讀篇章名稱，跟着讀作者姓名，朗誦者姓名最好也一併讀出，以避免不必要的錯誤。
- ⊕ 報讀上述三項時，中間要有停頓。

正式開始朗誦前

- ⊕ 宜深呼吸以平靜心境，忘記一切競爭名次之念，讓自己有足夠的醞釀時間，才開始朗誦。

朗誦時

- ⊕ 應通過自己的想象，把自己投入到作品中去。
- ⊕ 最理想是腦海中像看到或感受到誦材中的情景，即內心視象。這樣，感情自然能從聲音中流露出來。

(三) 怎樣結尾

- ⊕ 朗誦接近尾聲時，除非要造成特殊緊迫的效果，切忌戛然而止；必須事先暗示，慢慢作結。
- ⊕ 這時聲音已停住了，氣息亦相繼收斂，情感卻依然始終貫串，所謂「留不盡之意，見於言外」，便是指這種境界。

- ⊕ 聲音沒有了，眼神、表情、動作卻不要一下子恢復原狀，必須逐步收斂，使聽眾有餘音裊裊，情意無窮之感。
- ⊕ 朗誦完畢後，應繼續站立片刻，慢慢從作品中回到現實來，再向聽眾和評判行禮，然後從容走下台來。

(四) 態度與台風

朗誦者的態度和台風，具體表現在：

- ⊕ 服飾打扮
- ⊕ 上下台時的步態
- ⊕ 表演前後的禮貌儀態
- ⊕ 朗誦表演時的神態、動態

服飾打扮

- ✦ 應以端雅整潔為要，儀容大方，不宜穿戴耀目的飾物。

上下台時的步態

- ✦ 朗誦者上下台應步伐從容，舉止沉穩，顧盼自然。

表演前後的禮貌儀態

- ✦ 表演前後，站立向聽眾行禮鞠躬，要出於真誠，切勿敷衍了事。
- ✦ 無論任何情況，都要認真地朗誦，精神集中而投入。

朗誦表演時的神態、動態

- ⊕ 朗誦表演重視下意識的表情動作，對於有意識的體態語，也以自然為主，切忌誇張造作。

表情方面

- ⊕ 表演之前及表演完畢，宜面帶微笑。
- ⊕ 表演時，面部的肌肉放鬆，眉額間展、皺或雙眉低、揚等，要配合誦材的歡、愁、哀、怒等感情。
- ⊕ 面部表情及眉目表情，應自然而切合誦材感情。

眼神運用方面

- ⊕ 朗誦時，眼睛除自然流露出切合誦材的悲喜感情之外，還得與聽眾眼神交流。
- ⊕ 與聽眾眼神接觸時，就如說話時與對方交談一般，目光集中，但切忌眨眼或盯著對方，也不要游移不定。
- ⊕ 可選擇一些積極聽眾——那些對你的表演表示特別欣賞的人，與他們溝通。
- ⊕ 由遠而近地望向聽眾，使每一位聽眾都感覺到你看他們，在跟他們「盡訴心中情」。

第六章 集誦的訓練

一、選擇誦材的原則

二、分聲的處理方式

(一) 齊誦

(二) 領誦

(三) 對誦

(四) 分組誦

(五) 和誦

三、分聲的處理原則

四、集誦訓練的方法和步驟

五、集誦的要點

一、選擇誦材的原則

怎樣才算是集誦？

- ⊕ 香港校際音樂朗誦節集體朗誦項目的人數規定，不能少於三十人，也不能多於五十人。
- ⊕ 人數由主辦團體規定。
- ⊕ 一般來說，十人以上同時同地朗誦同一篇誦材，便可稱為**集體朗誦**。

⊕ 不足十人或兩個人以上，一般稱為**小組朗誦**。

⊕ 兩個人或三個人的朗誦也可稱為二人或三人**對誦**。

小組朗誦和集體朗誦的處理方法是共通的，它們之間的分別是人數的多少而已。

選擇集誦誦材的原則

⊕ 從聽眾的角度來看，集體朗誦的選材應注意與表演時間、表演場合以至聽眾的心理反應相配合。

一般可考慮下列**四個**基本原則：

1. 表演時間與誦材篇幅
2. 誦材的通俗性
3. 感情濃淡及明顯度
4. 配合表演的場合

1. 表演時間與誦材篇幅

- ⊕ 表演時間一般以四、五分鐘為限，字數約在四、五百字左右，以一些膾炙人口的優秀作品為主。
- ⊕ 參考作品：
白居易《長恨歌》、杜甫《兵車行》

2. 誦材的通俗性

- ⊕ 選取一些大眾熟悉的誦材或含文化教育意義的作品。
- ⊕ 參考作品：
岳飛《滿江紅》
何其芳《我為少男少女們歌唱》

3. 感情濃淡及明顯度

- ⊕ 集體朗誦可選取一些帶激情或感情較鮮明的作品。
- ⊕ 參考作品：
蘇軾《念奴嬌》（赤壁懷古）
聞一多《洗衣歌》

4. 配合表演的場合

李白《蜀道難》



中國河山的表演會

李白《春夜宴桃李園序》



學校或團體的聯歡會

⊕ 集體朗誦可由不同人的聲音，把誦材的思想感情表現出來，在聲音表達方面可有較多變化。

除了以上四個基本因素外，還可考慮以下兩個因素：

1. 內容及感情較複雜而多變化的誦材

⊕ 參考作品：

杜甫《茅屋為秋風所破歌》

2. 通過多角度表述的誦材

⊕ 參考作品：

陳衡哲《揚子江與運河》

二、分聲的處理方式

集體朗誦基本有兩種方法：

1. 所有參加集體朗誦的隊員，由始而終齊聲地把一篇誦材朗誦出來。

優點：聲音宏亮、氣勢磅礴

缺點：聲音變化受到一定的限制，如處理一些比較婉約的誦材，則這種處理方法便力有不逮了。

2. 將演出者分成若干聲部，然後根據誦材的內容要求，利用領誦、對誦、分聲、和聲及合聲等聲音組合變化。

優點：有節奏地用聲音以表現誦材的思想感情。

集體朗誦在分聲方面，可有下列各種形式：

1. 齊誦
2. 領誦
3. 對誦
4. 分組誦
5. 和誦

1. 齊誦

⊕ 全體演出者合誦。

⊕ 若演出者有男聲、女聲，可稱為混聲合誦。

優點：音色強而渾厚，適宜營造氣氛，渲染氣勢，充分體現整體性和統一性。

缺點：平板單調，而且要五十人聲音、動作完全齊一，有時頗感困難。

2. 領誦

- ⊕ 由一個人或一個小組朗誦篇章的某句，接着便由合聲或其他幾個聲部繼續朗誦。

李白《將進酒》

君不見黃河之水天上來，奔流到海
不復回！君不見高堂明鏡悲白髮，
朝如青絲暮成雪。人生得意須盡歡，
莫使金樽空對月！天生我材必有用，
千金散盡還復來。



3. 對誦

- ⊕ 由兩個人或兩個小組接誦篇章中某些內容，就是對誦。
- ⊕ 誦材本身有對話方式或問答方式的，宜採用對誦方式。

李瑛《第一條河》

像一個不知憂患的孩子，
喧鬧的小河，為甚麼這樣快樂？
我的生命十分古老，
我的心裏充滿了歌；
但我沒有像自今天這樣光芒四射。
今天，來為古老的土地解渴……

呵！波光閃閃，
你帶來的又是一些甚麼？
我帶來的是無數把無弦琴、
燦爛的書籍和花朵，
燈光、旗子、香醇的酒，
我帶來一千個祝賀……



陳衡哲《揚子江與運河》，開始的一段是：

介：揚子江與運河相遇於十字路口。

河：你從哪裡來？

江：我從蜀山來。

河：聽說蜀山險峻，峭巖如壁、
尖石如刀，你是怎樣來的？

江：我是把它們鑿穿了、打平了，奮鬥著下來的。

.....



可以用甚麼方式朗誦上文？

4. 分組誦

- ⊕ 把演出者分成若干聲部，利用分組的方法，分別負責朗誦篇中的不同內容，或分組輪誦。

沙白《珠江晨曲》

珠江上，一片片，一朵朵，
幾百張白帆破霧行；
掛魚網，開往大海追春汛，
載肥料，送到田裏備春耕。

珠江邊，一團綠，一團青，
荔枝拂水，龍眼纏雲，
村莊裏，大路小路三五條，
人聲，牛聲，車輪聲……

人們像雁羣，來到田野上，
摺衣袖，捲褲筒，踩起一田波紋；
巧手頻起舞，田水蹦蹦跳，
霎時秧苗一片青……



沙白《珠江晨曲》

珠江上，一片片，一朵朵，
幾百張白帆破霧行；
掛魚網，開往大海追春迅，
載肥料，送到田裏備春耕。

珠江邊，一團綠，一團青，
荔枝拂水，龍眼纏雲，
村莊裏，大路小路三五條，
人聲，牛聲，車輪聲．．．

人們像雁羣，來到田野上，
摺衣袖，捲褲筒，踩起一田波紋；
巧手頻起舞，田水蹦蹦跳，
霎時秧苗一片青．．．．．

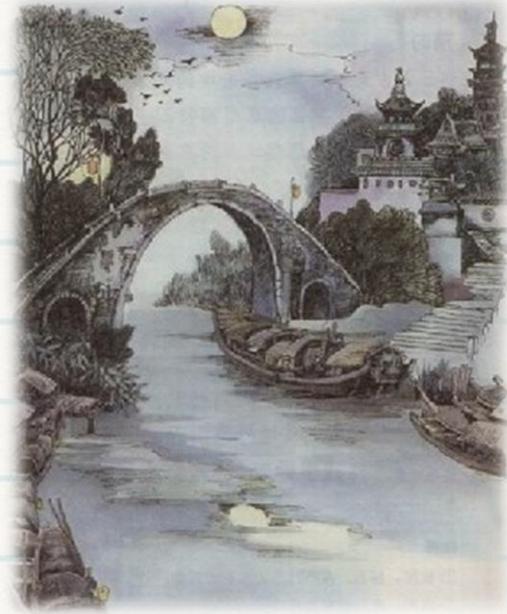


5. 和誦

- ⊕ 由一個人或一組人朗誦，其餘演出者同時低聲伴誦，稱為和誦。
- ⊕ 它利於營造氣氛，突出主題，產生一種特殊的聲音效果。

張繼《楓橋夜泊》

月落烏啼霜滿天，
江楓漁火對愁眠，
姑蘇城外寒山寺，
夜半鐘聲到客船。



可以用甚麼方式朗誦這首詩？

分聲處理方式的要點

1. 分組朗誦，聲音的音色或聲音的高低應有明顯的區別，以發揮分組朗誦的優點和特色。
2. 分組朗誦的分組方法要靈活，因表演者的組合而有很多變化，表演者是男女組合的，可分男聲、女聲。
3. 如男女人數平均，隊員較多，可把男聲再分為男高音、男低音；女聲再分為女高音、女低音，又可進一步把男女高音合組，男女低音合組等。

注意：

- ⊕ 每一聲部最好不少於三人(獨誦及對誦除外)。
不然，聲部雖多而聲弱。
- ⊕ 聲部的劃分不必太瑣碎。在集體朗誦中，最重要的是聲部的組合是否合乎誦材的需要，而不是聲部數目的多少。

三、分聲的處理原則

⊕ 集誦比獨誦更重視節奏感，而聲部的組合更是集誦關鍵所在。

集體朗誦在聲部組合方面，應有以下的要求：

1. 聲音的起、收整齊一致
2. 各聲部的呼應自然暢順
3. 聲部間的配合和諧
4. 聲部的組合變化符合誦材的思想感情變化

⊕ 集體朗誦分聲的前提是甚麼？

分聲能恰當而有效地表現出誦材的思想感情。

在這前提上，有下列三個原則：

1. 通過不同聲部及它們之間的組合，把誦材的內容和感情層次表現出來。
2. 利用不同的聲部的組合，把誦材的感情變化突顯出來，或突顯一些主要的內容和感情。
3. 發揮不同聲部的音色的特點，並能通過這些音色的對照、襯托等，把誦材中細膩而曲折的思想感情表現出來。

王昌齡《從軍行》

《從軍行》（第一首） 王昌齡

烽火城西百尺樓，
黃昏獨、坐海風秋。
更吹羌笛關山月，
無那金閨萬里愁。



註：無那即無奈，那：廣州話音no5。

王昌齡《從軍行》

《從軍行》（第一首） 王昌齡

（男單一）：烽火（城西一百尺、樓，

（男合）：黃昏—獨、坐—海（風—秋—。

（女合）：更吹（羌笛、關、山、月（或：關山、月）

（男合、女和）：無那—金閨（萬—里—愁—。

註： 即無奈，那：廣州話音no5。

《從軍行》（第二首） 王昌齡

琵琶起舞換新聲，
總是關山離別情。
撩亂邊愁聽不盡，
高高秋月照長城。



《從軍行》（第二首） 王昌齡

（女合）：琵琶ㄣ起舞ㄣ換ㄣ新聲，

（男合）：總是、關山ㄣ離ㄣ別、情。

（合聲）：撩亂一邊 - 愁 - 聽 - 不 > 盡，

（女合男和）：高ㄣ高 - 秋ㄣ月、照 - 長ㄣ城。



《從軍行》（第三首） 王昌齡

青海長雲暗雪山，
孤城遙望玉門關。
黃沙百戰穿金甲，
不破樓蘭終不還。



《從軍行》（第三首） 王昌齡

（男合）：青海> 長雲（暗、雪山，
（女合）：孤城）遙望—玉> 門、關。
（男合）：黃沙—百戰（穿> 金、甲，
（合聲）：不破> 樓蘭—終、不、還。



四、集誦訓練的方法和步驟

(一) 初期

1. 指導或引導參加者了解誦材的內容及思想感情，以掌握篇章的基調。

基調是指誦材的主要思想內容和主要感情類別。

需要掌握基調的原因

- ⊕ 對誦材思想內容的心理反應或體驗，演出者之間可能有較大的差別。
- ⊕ 集體朗誦講求團隊合作，故訓練者必先通過不同的方法，為演出者共同制訂基本的感情調子，作為集誦用聲的基準，也作為分聲、對誦等用聲諧協要求的標準。

2. 確定關鍵的字、詞、句，弄清字音及確定停頓，誦材中那些文句應按語義劃分停頓，那些內容要考慮以感情劃分停頓。

3. 初部劃分聲部

⊕ 根據誦材的內容和感情初部考慮用不同聲部來表達。

4. 第一階段的集體及分聲朗讀。

- ⊕ 參加者一起朗讀誦材，這階段要注意字音的正確，聲音中的感情音色符合誦材，語義停頓的恰當，及集體朗誦時參加者的起聲收音是否一致。
- ⊕ 若停頓、起聲及收音不一致而未能及時覺察和糾正，發展下去，不但小組分聲不整齊，在聲部接合方面也將出現不暢順的情況，影響合誦的效果。

- ⊕ 如果是廣州話朗誦，句子收音是入聲的，要注意收音一致。
- ⊕ 普通話朗誦則需注意各詞組的輕重音格式是否恰當。
- ⊕ 這是集體朗誦最重要的一環。

5. 制定中期的練習重點及每次練習的目標。

在這階段的訓練期間，訓練者要時常提醒演出者注意以下各項：

1. 朗誦時，一方面要放聲朗誦，若發現自己的聲音特別明顯地高於他人，宜將音調降低一些。
2. 別的聲部朗誦時，其他人的內心也要跟著朗誦。

3. 要緊記句與句的接合時間。

✦ 方法一：

心中可一起數一、二等，最好是不用這方法。

✦ 方法二：

訓練者在開始時，可作指揮，讓參加者依指揮朗誦。但到某一階段，要讓朗誦者自己找出一個順利接合的方法，最後達到心靈相通的境界。

(二) 中期

1. 將誦材劃分節段，分段、分組練習。
2. 若訓練者對朗誦有較高造詣，在指導朗誦時可利用示範，先要求演出者模仿，一步一步的達到要求。
 - ✦ 在這過程中，訓練者也應鼓勵參與者討論。
 - ✦ 訓練者也可先鼓勵大家試誦，然後通過引導、討論，指導大家多次嘗試，找出一個理想的朗誦效果。

3. 加入感情停頓因素，並開始要求各聲部連接及呼應暢順。
4. 集中處理一些特殊的接合效果，及特殊的快慢、輕重等節奏感的處理。
 - ✦ 訓練者要用種種方法引導、啟發、激發參加者的想像力，使大家從理性及感情上，了解這些特殊表達方法的原因及所產生的效果。

5. 重點練習

✦ 可集中練習如對誦間的連接，聲部間的分合自然和順暢，聲部間組合的諧協，以及和聲的特別效果等。

6. 開始注意快慢、高低、輕重等與節奏感有關的聲音整體表達效果。

(三) 後期

1. 注意參加者聲音運用的和諧性及感情音色的一致性。
2. 培養參加者的聯想，使他們能投入誦材中，從而產生相類似的激情。
 - ✦ 訓練者這時候要特別注意聲音運用的和諧性和感情音色的同一性，以提高朗誦的效果。

3. 隊型設計和眼神、動作等的運用。

- ✦ 隊型設計宜簡單、大體。
- ✦ 眼神運用方面：眼睛為靈魂之窗，感情蓄於胸中，自能形諸於外。
- ✦ 動作方面：只有情之不能已，才會手舞足蹈，用身體語言幫助表達。

這些都只是聲音的輔助表達工具而已，可列為成功或有水平的朗誦表演的充份條件。

五、集誦的要點

集體朗誦講求整個隊伍表現的合作性。

台風方面

⊕ 整個隊伍的形象應配合這方面的要求。

形象方面

⊕ 整隊隊員服裝整齊

⊕ 校際集體朗誦比賽的隊伍一般都穿上校服。

⊕ 若非朗誦團體，也應該穿上整齊劃一的服裝，服飾宜大方素雅。

⊕ 隊伍上下台時應不疾不徐，從容有序，魚貫地進出場地。

隊型方面

- ⊕ 隊型設計宜簡單、莊重而美觀。
- ⊕ 若採用分聲部的方法表演，可參考合唱團按聲部列隊的方法。
- ⊕ 理想的隊型，是既能恰當的按聲部列隊，又能配合誦材的特色。
- ⊕ 隊型設計不宜過於花巧。

表演時的眼神運用與動作

- ⊕ 所有成員的眼神最好能集中同一方向，一般來說，應是會場的中央。
- ⊕ 若是聲部對誦，對誦的聲部可有眼神交流。
- ⊕ 集體朗誦不宜有太大動作。若有，動作也應小而自然。
- ⊕ 若是屬於整隊的，在舉手投足之際，更要顧及隊員的人身安全。

集誦需要特別注意的事項

- ⊕ 集體朗誦，強調整體性、合作性、和諧性，要求做到音調齊一，停連一致。
- ⊕ 演出時不容許「突音」，全隊眼神、表情、動作要一致，手腳肢體不能隨意擺動，以免破壞整體性的要求。
- ⊕ 集誦採用分聲部的方式以追求藝術表現，這本無可厚非；但應有機聯繫，一氣呵成，渾然一體。