



编著 © 冼劲松

新编 车尔尼

钢琴练习曲分级教程

基础一级至五级



上海教育出版社
SHANGHAI EDUCATIONAL
PUBLISHING HOUSE

编著 © 冼劲松

新编 车尔尼

钢琴练习曲分级教程

基础一级至五级



上海教育出版社
SHANGHAI EDUCATIONAL
PUBLISHING HOUSE

图书在版编目(CIP)数据

新编车尔尼钢琴练习曲分级教程：基础一级至五级 /
冼劲松编著. — 上海：上海教育出版社，2016.4
ISBN 978-7-5444-6904-3

I. ①新… II. ①冼… III. ①钢琴曲—练习曲—
奥地利—近代—教材 IV. ①J657.411

中国版本图书馆CIP数据核字(2016)第078997号



出品人 范慧英
责任编辑 梁丽红
封面设计 刘昕旻

编辑部热线 021-62797755
编辑部邮箱 shijiyinyue@163.com

官方微博



官方微信



关注“上海世纪音乐”

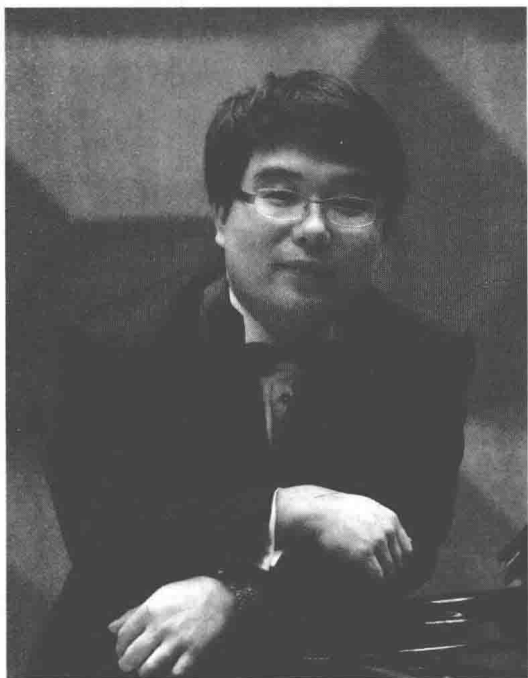
新编车尔尼钢琴练习曲分级教程：基础一级至五级

冼劲松 编著

出版 上海世纪出版集团教育出版社
(200031 上海市永福路123号 www.ewen.co)
出品 上海世纪出版集团世纪音乐教育文化传播公司
(200235 上海市钦州南路71号7楼 www.ewen.co/centmusic)
发行 上海世纪出版集团发行中心
经销 各地新华书店
印刷 江阴金马印刷有限公司
开本 890×1240 1/16 印张14.25
版次 2016年5月第1版
印次 2016年5月第1次印刷
书号 ISBN 978-7-5444-6904-3/J.0474
定价 38.00元

(如发现质量问题,读者可向工厂调换)

作者简介



冼劲松，广州星海音乐学院钢琴系副教授、广东省钢琴学会副会长、中国音乐家协会钢琴学会理事、施坦威艺术家。

出生于广州，从小开始学琴，先后师从广州星海音乐学院钢琴系教师陈华逸，著名钢琴演奏家、教育家李淇，中央音乐学院钢琴系教授郑丽琴等名师。之后以优异成绩考入中央音乐学院附小、附中，一直师从著名钢琴教育家吴元教授。附中毕业后考入德国埃森国立高等音乐学院钢琴演奏专业，跟随俄罗斯著名钢琴教育家布拉托夫教授学习，1997年以钢琴成绩最高分毕业，获得钢琴演奏硕士学位，同时被考试评委会指定免试攻读“最高演奏家文凭”。尔后，师从科隆音乐学院陈必先教授和莫斯科柴科夫斯基音乐学院

前任钢琴系主任马里宁（Malinin）教授（著名钢琴教育家涅高兹的学生兼助教）。

曾获得第七届意大利国际音乐大赛第二名；德国“尼贡”犹太音乐比赛双钢琴第二名；德国对外文化交流中心（DAAD）授予的“1997年度德国最杰出留学生音乐奖”。留学期间，曾在德国、荷兰、比利时和俄罗斯等地举行了多场钢琴独奏音乐会，曾多次与广州交响乐团合作举行钢琴协奏曲音乐会。

1999年回国后，从事钢琴演奏和教学工作，其中有学生曾获美国迈阿密国际青少年双钢琴比赛少年组第一名、德国埃特林根第八届国际青少年钢琴比赛少年组第四名、德国威斯巴登国际钢琴比赛第一名、德国欧米勒钢琴公开赛专业组第一名、首届“Schimmel杯”全国音乐艺术院校钢琴比赛专业组第二名等。还有学生考上美国柯蒂斯音乐学院、茱莉亚音乐学院；德国柏林音乐学院、科隆音乐学院；中国中央音乐学院及上海音乐学院等。

在繁忙的工作之余，积极参与社会音乐教育的普及与推广工作。近几年来，为提高钢琴基础教学的质量以及推广音乐教育，在广东省珠三角地区乃至全国各地定期举行《德国钢琴教学法》《钢琴基础教学实用法》《钢琴演奏风格研究》等系列讲座和教师培训班、大师班活动，经常担任各项比赛的评委。

编者的话

在钢琴教学中，如何让学生们在有限的学习时间里提高练琴效率？如何让老师们在教学中更有目标性、针对性地实施技能技巧的传授？怎样在枯燥的练习曲中寻找音乐的本源、体验音乐带来的心灵愉悦？怎样在传统的钢琴教学中注入新的教学思维模式？这是编者在从事多年的钢琴教学中一直探索的问题。

关于车尔尼钢琴练习曲教材的使用，在国内几十年来惯有的传统教学模式，几乎都是从“599、849、299、740”这四本经典教材中按顺序来练习的。目前有关车尔尼这四本钢琴练习曲的讲解以及编订等系列视频、文字、乐谱资料名目繁多，数不胜数，而大多数都只是针对每一首练习曲的技法进行文字讲解，或是教授每一个音应如何地去弹，并且有很多专家都已做过这类工作，因此，编者不需要也没必要再次重复。编者在编写这套教材的过程中希望换个角度，以“理顺教学思路、启发教学方法、提高学习效率”为目的，将教材的内容、教学的进度与考级的进度相匹配，并根据循序渐进的教学规律，在教程中进行了难易程度的编排、技术类型的划分以及技术要领的讲解。本教程简单易懂，深入浅出，有新意且有实用价值，既可以让老师们在教学中举一反三，正确地帮助孩子们打下扎实的弹奏基础，又可以让学生在学中融会贯通，达到事半功倍的效果。教程具有以下与众不同的特点：

一、普及大众化，老师易讲易教。老师们的钢琴教学水平各有差异，高低不一，参差不齐，但不管水平如何，只要懂中文，拿起这本教程就能轻松教学。本教程的分级、分类以及教学要点的讲解，让老师们不需要太费神就能掌握如何教授基本功、如何布置学生作业、如何判断学生的级别和水平、掌握学习的进度等教学窍门。

二、按难易程度、技术类型编排，内容一目了然。将教材与考级级别相结合，打破几十年来惯有的传统模式，从车尔尼众多的钢琴练习曲中，将不同的技术类型进行分类编排，划分出难易程度的级别，并且每一级别的难度与社会业余钢琴考级的级别程度相匹配，去除一些类型重复或可听性不强的曲目，挑选出具有实用性、代表性、典型性和针对性的曲目进行重新编订。

三、增加教学要点提示，解答问题疑惑。在教学指南中非常细致地讲解了每一种技术类型的训练要领和弹奏要求，指出教学中需要注意的一些问题，提出正确的解决方法，解答老师们在钢琴基础教学上一些常见的疑惑，帮助老师们在启蒙基础教学上不走弯路，让老师们思路更清晰、目的更明确、更有计划和有步骤地实施教学。

四、具有灵活性、针对性和独特性，教学融会贯通。这套教程给老师们留有很大的教学自主空间，应对不同的学生所出现的问题，可以灵活地、有弹性地选择不同级别、不同类型的曲子来解决，并

不需要按部就班来练习。本教程的级别和类别都是编者根据个人多年的教学经验以及自我审美喜好来编订的，具有独立的思维，与其他的教材都不类同，因此，不存在可比性，当然也不存在排他性。

钢琴教学本身就是因人而异的，是依据因材施教的教学原则来进行的。因此，所有的教程和教材，哪怕再好，也只不过是写在五线谱上静止的音符与文字，是符号的标记，需要老师们的智慧、经验、审美和判断等能力作为主导，灵活运用，才能赋予它们生命力，发挥出它们应有的作用。每一个人的能力都是有限的，编者编写这套教程也会受能力所限，挂一漏万，不可能做到完美，因此，希望广大教师在使用本教程的过程中提出宝贵的意见，帮助编者集思广益，继续对教程进行修订、改进与完善，让老师们能用之开心、用之有效，共同为培养中国的琴童们而努力。

欢迎老师们将宝贵的意见和建议发送到邮箱 xjspiano@126.com，编者表示衷心的感谢！

冼劲松

2016年2月15日于广州

使用说明

一、技术分类的一些概念解释

五指类——本教程的意思是指在没有大拇指转位的情况下，五个手指进行近距离位置的移动训练，而不是特指单纯的五个音的手指练习。

多类型组合——在大部分作品里经常包含了多种技术类型，本教程将具有特别明显特征的两个或两个以上技术类型的曲子编进这种类型里，并且标注出包含了哪些类型，让学生们学习起来比较清晰。

琶音类——包括长琶音、短琶音和分解和弦。

音程分解类——包含了各种音程度数的分解，也包括了双八度的分解技术。

抒情类——这里指的是具有明显歌唱性的曲子。

二、当钢琴入门学习阶段结束，进入基础训练这个阶段时，我们首先要关注的不能只是单纯的手指技术训练，而是要结合音乐，通过最简单的音符来启发学生的音乐想象力。**没有技术的音乐是自我陶醉，没有音乐的技术是机械运动。音乐是目的，技术是手段。**本教程从基础一级开始，老师们就需要在每一首曲子里加入渐强、渐弱记号，到了后期可让学生自己添加。除了作曲家原有的强弱记号不能改动外，其他地方都可以自己添加。要从一开始给予学生“学音乐”这个概念，而不是机械的手指训练。从最开始的渐强、渐弱做起，发展到后来的分句、走向、呼吸、强弱幅度对比等变化，都是为了启发学生们的音乐想象力。编者在其中几首曲子中添加了强弱记号（用[]标注），老师们可以举一反三，在其他曲子中继续运用。

三、从基础训练开始就不要偏向右手，而是两只手平衡地发展，同时训练。左手与右手是同等重要的，而不是只会弹伴奏（当然有些学生连伴奏也没弹好）。我们要抛弃左右手的概念，而用十只手指代替，每只手指的能力要等于“一只手”。所以，在每首曲子的练习中，老师要多注意甚至故意地突出左手的运用。编者在其中几首曲子中特意标注有左手的运用，老师们可以举一反三，在其他曲子中继续运用。

四、本教程的练习曲按从易到难的程度分为基础一级至五级，每个级别又以技术类型来分类，在这些技术类别中再以从易到难程度进行排序（多类型组合除外），但技术类别之间并没有难易的顺序关系。老师们可以根据学生的程度和技术需求，按照这本教程所编排的级别、类别以及顺序来布置练习的曲目。

五、在本教程的使用过程中，老师们有很大的选择性和针对性，比如既可以让学按顺序一条条地练习，也可以跳跃式地抽取其中某一条来练习；既可以一个类别练好后再练另一个类别，也可

以几个类别同时进行练习；还可以将不同级别混合在一起来练习，自由编排各种组合。学生们需要解决什么技术类型；如何把握弹奏的水平程度；当学生达到这个程度后，老师又该布置什么程度的练习曲给学生训练等这些在基础教学中常见的问题，都能在本教程中得到解决。老师们要根据每个学生的不同情况制定出适合他们学习的教学计划。

六、编者在教学指南中对每一个技术类型都写了一段教学要领。这些要求是在基础教学中需要的，也是正确、合理和科学的，但可能会与更高级别的专业演奏教学中的某些要求不尽相同。这并不是对错的问题，只是教学步骤的先后而已。希望老师们能全方位地思考、分析和解读教学指南的内容，而不要断章取义式地曲解这些内容。

教学指南

一、五指类

主要是训练每个手指的独立性与灵活性。这里需要掌握一些基本概念。

支撑：支撑是由手指和手掌甚至连带手腕共同完成的。首先要训练每个手指的独立支撑能力，而且每个手指的能力都要均衡，同时也需要训练出手掌的肌肉来作支撑，掌关节不能下塌。请注意，很多学生往往只注意训练了手指的支撑而忽略了手掌的功能，这样是不能训练出优秀的支撑能力的。

手型：在基础阶段特别要注意不要出现手指的第三关节（掌关节）塌、第二关节高的手型。虽然手型是可以有多种形态，而且要根据演奏的需要变化的，但是在基础阶段，基本的手型还是需要的。什么是好的手型？好的手型就是具有支撑能力的手型。如果手指的第二关节顶高、第三关节（掌关节）塌陷，这样的手型是很难完成支撑任务的。

抬手指：关于这个概念要注意两种情况，一种情况为“抬手指”，其实这三个字的概念是不对的（除非是针对性的特殊训练），因为“抬”的概念是只有“上”的动作，而没有“下”的动作，常常学生一听到“抬手指”，手指就会下意识地往上用力，这会产生很多连带的问题，如浪费力气、力不能集中在手指上、浪费时间等。在手指基础训练的阶段，重要的是手指如何地“下”，而不是如何地“上”。所以，手指应该是主动积极地运动（挥动），而不只是抬起。

另一种情况则是所有手指都“贴”着键盘来弹，这样又会导致初学者的手指很难独立、灵活地运动起来。

所以对于手指的弹奏方式，编者强调的是：不弹奏的手指需要离开键盘，但不需要抬高，手指离开键盘不等于把手指抬起来。力量应该集中在弹奏的手指上，不弹奏的手指不要紧张，不要用力，只是被“撑”了起来。就好像走路一样，当一只脚（一只手指）踩（弹）下去时，另一只脚（余下所有手指）就会被“撑”起来，离开地面（键盘）做好走（弹）下一步（音）的准备。弹与不弹的手指要有“支撑”与“被支撑”的关系，就像跷跷板一样。这样的弹奏方式具有以下优点：a. 独立支撑；b. 力量集中；c. 力量转移；d. 做好预备；e. 省时省力。

当然，对于其他的弹奏方法，如哪个手指弹就只抬那个手指，其他手指贴着键盘；或哪个手指弹，其他手指要一起同上同下等，可以作为特殊的手指训练，而不能作为通用的弹奏方式。

手腕：手腕是钢琴演奏手段中最重要的元素之一。训练手腕最难的就是放松问题。但请注意，放松不等于发软，没有绝对的放松，只是不要人为地加力。手掌和手腕是紧连着的，但在弹奏时要求手掌要有支撑而手腕要放松，这就需要“松”与“紧”的感觉同时存在。但一般情况都是一紧则两者都紧，一松则两者都松，这是需要长时间的训练才能做到“前紧后松、松紧结合”的正确状态。

手腕的运动方向有前后、左右、转圈、上下等,在基础阶段应该尽量避免纯粹的上下运动。上下运动要和前后、左右运动一起协调配合。手腕具有传递、转移、带动、弹性、支撑等功能,要根据演奏的需要来切换运用这些不同的功能。

指法:从一开始就要求学生关注指法,重视指法。因为正确的指法运用,可以帮助我们的演奏更流畅、更自然、更舒服和更容易。除了作曲家本人标注的指法外,老师也应该尽早在谱子上标注指法,最终要求学生自己编写指法。让学生尽早地习惯常规的指法运用规则是非常必要的。在应对不同手指条件以及在不改变作曲家的音响意图的情况下,甚至可以改动作曲家本人标注的指法。

有时候,当碰到一些技术困难的片段,可以首先考虑指法问题,编写一个适合自己弹奏的指法,这样你就会发现,不需要浪费很多的时间去练习,这些困难的片段便可以解决了。运用适合自己弹奏的指法,能使演奏更舒服、更容易。

小连线:众所周知,小连线演奏的第一个音“长且强”,第二个音“短且轻”。但要强调的是,重点应该放在“强和轻”而非“长和短”上,不要把第二个音单纯地弹得短或跳,这样的演奏会造成像“打嗝似的”不良效果。甚至,第二个音可以不短但一定要轻,要有一种短暂而又渐渐消失感。在基础阶段,小连线的弹奏可以多运用手腕的“落、提”方式,使手腕不要僵硬,协调地配合手指。

小连线注重的是语气,如哀求、焦虑、调皮或轻盈等,根据不同语气的需要,小连线要有不同的弹奏方法。

跳奏:千万不能以“抽”的方式来弹奏跳音。有很多学生一想到“跳”就把动作和力量都往上抽、往回缩,以为这样才能使音弹得短促。其实,正确弹奏跳音的方式反而应该是手臂动作及力量向下推送,同时手指尖一勾,发出声音的同时手自然向前向上反弹。这样弹奏出来的跳音,既能做到时值短且有弹性,又能做到声音坚挺饱满,而不是疲软发虚,并且还能控制时值的长短。因为跳音不只是时值要短的问题,更重要的是要表现情感。不同的情感、不同的风格,就要运用不同长短时值的跳音弹奏法。

跳音可以分为指尖跳音、第三关节(掌关节)跳音、手腕跳音和肘关节跳音等几种。值得注意的是:
a. 每一种跳音的动作和力量在弹奏的瞬间都是往下的,不要往上,弹完之后的往上只是反弹而已。
b. 每一种跳音都表现了不同的情感。
c. 每一种跳音都训练了该部位的灵活性和能力。
d. 每一种跳音既可以独立运用也可以结合在一起运用,要视音乐情感而定。

连奏: Legato 这个词,还有“连线”这个词,我们的翻译都不是很准确,台湾地区将 Legato 这个词翻译为“圆滑奏”,编者觉得是非常正确的。一定要让学生把连奏弹出圆滑的效果,而不只是连起来,这才是我们学习连奏的目的。只要是圆滑奏,就不能用抬高手指的方式来弹奏,要多运用手腕作横向运动,一组音运力,且要有方向性,这才称之为“圆滑奏”。

“连线”并不只是代表连起来(因为谱子上很多没有“连线”,也没加“点”的音,我们还是需要弹成连的),它可能代表的是圆滑奏线、句法线、小连线或同音连线等。所以,不要从一开始就灌输连线就是“连”的概念给学生,它其实就是“线”而已,必须要判断它是什么功能,才能判断它是代表哪一种类型的“线”。

二、和弦类

和弦练习的主要目的是训练手指和手掌的支撑以及手指触键的整齐、有力。弹奏和弦时,要注意几点:

1. 第5指应适当伸展且不要侧躺,训练其有力和站稳。
2. 第1指也不要侧躺,第一关节也要适当伸展,第二关节不要塌陷。因为1指和5指本身已经比其余三个手指短,如果太弯曲,就会使它们显得更短且站不稳,不利于触键的整齐和支撑。
3. 手指和手掌一定要坚挺,发软也会导致发音不整齐。
4. 发力要用推的方式,而不要直上直下地拍或者压。手臂一推发力,将力气送到指尖触键,发声的同时手臂要放松而且要有反弹。

三、音阶类

音阶类与五指类的区别就在于增加了大拇指转位的运用,其他的要领相同。

1. 大拇指训练主要有三个方面:a. 大拇指的上下运动。b. 大拇指的进出运动。c. 大拇指转进去后的上下运动。这三个方面在《哈农钢琴练指法》中均有体现,尤其是第37条,建议配合音阶类练习一起训练。

2. 弹奏音阶时,不管是3指转指还是4指转指,大拇指都要在弹奏第二个音时就转进去做好准备,不要等到弹奏第三个音时再转,而且转入的位置要深,要达到或超过第4指的位置,否则会导致手腕过多地帮忙扭动,甚至变成用跳的方式来弹奏转位,造成声音的不均匀与不灵活。提早转进去的大拇指在演奏时尽量贴键,用第二关节来发力而不要用手腕,并且不要弹重。

3. 在基础阶段的手指训练时,音阶的大拇指转位要尽量做到平稳,手腕尽量不帮忙,尤其不能上下帮忙。扭来扭去、高高低低的手腕帮忙,是对手指及大拇指转位训练的一个伤害。

4. 在声音的均匀控制能力和手指的灵活性(包括大拇指转位)得到提升后,可以加上渐强、渐弱的力度变化来弹奏音阶,这时手腕保持松弛,可以作左右横向帮忙,让学生有音乐性、有句子走向感地去演奏。

编者把半音阶也归在音阶类别中,训练半音阶技术主要是注意大拇指和指法。

四、音程类

音程的训练除了注意手指、手掌的支撑以及触键的整齐外,还要注意以下两点:

1. 在学习了弹奏和弦的基础上,弹奏三度、四度、六度等音程应多注意分力的训练,即是突出某个音,将它们构成旋律线,而不要两个音都弹成一样重。
2. 注意正确的指法运用,双音的连奏一定要弹得连贯、均匀。

五、节奏类

1. 节奏感的培养: 节奏和音乐是同等重要的课题。涅高兹就曾说过:“音乐之初,先有节奏”。对于刚入门的学生就更需要注重节奏感的训练。编者建议用节拍器进行训练,不主张用脚打拍子。训练时,边用节拍器边开口数拍子,慢慢把节奏根植到心里,形成良好的节奏感。

2. 附点节奏的训练: 建议学生用节拍器打大拍(即按一个四分音符打一拍),自己开口数小拍(一拍数四下,即一个十六分音符数一下),这样,附点节奏就能弹准确,不然学生们经常把附点十六分音符弹成三连音的时值,虽然大拍是准确的,但小拍是不准确的。

3. 切分节奏的训练: 主要特点是训练“短长短”的感觉,重音落在长音上。

4. 音符和休止符的时值: 对于初学者,老师们特别要训练他们把音符的时值和休止符的时值弹得准确。很多学生对音符的时值和休止符的时值不重视、不在乎、太随便,而导致在弹奏中出现节奏不稳定、抢拍、拖拍等现象,尤其对休止符,常常当作没看见,养成了不好的习惯。

六、左手类

因为大多数学生都是右手比左手强(左撇子除外),所以编者将单独的左手训练归为一类,训练要求与右手是一样的。《车尔尼钢琴初级练习曲 作品 599》《车尔尼钢琴流畅练习曲 作品 849》中训练左手的曲子并不多,所以建议碰到这类曲子都不要省略不弹。至于《车尔尼左手简易练习曲 24 首 作品 718》是专为训练左手而写的,建议在基础三级以上的水平时才开始使用。

七、颤音类

1. 声音的平稳、均匀、清楚。颤音的技术首先是要训练声音的平稳、均匀和清楚,然后才训练快速与强弱变化等,要做到用不同的指法都能把颤音弹好,而不只是局限于用 2、3 指弹。弹奏颤音的两个手指的第三关节要灵活地运动,但不要抬高,靠近键盘弹,要有跷跷板的感觉,下键快,离键也要快。同时,指尖要坚挺,感觉到有弹性,要使两个手指训练到具有一样的能力。在练习此类型时,可同时练习《哈农钢琴练指法》第 46 条作为辅助训练,尤其第 46 条最后所标注的练习方法一定要按要求做到。

2. 两只手的对齐规律。不管是用哪一只手弹奏颤音,都要与另一只手弹奏的音有规律地对齐。一般都是以“2 对 1”或“4 对 1”这样的双数方式来对齐的。比如:右手弹颤音,左手弹四个十六分音符时,一般情况,右手弹两个音对左手的一个十六分音符。当然,“1 对 1”、“3 对 1”或“5 对 1”也是可以的,这要根据曲子的实际情况来定。但不管是哪一种对齐法,都必须统一,不能对第一个音时为“2 对 1”,对第二个音时变为“4 对 1”,对第三个音又变为“3 对 1”,这样无规律的对齐或者根本不对齐的弹奏是不规范的。

八、装饰音类

1. 在巴洛克风格和古典风格早期的作品中,装饰音都是对齐正拍一起弹奏的,且重音落在正拍上,即装饰音上;上波音和颤音几乎都是从上方音开始,而不从本音开始的。

2. 至于车尔尼作品中的装饰音,编者认为可用两种方式训练,既可以对齐正拍一起弹,也可以提前弹。装饰音的种类有很多,如倚音、上波音、下波音、回音等,这些在理论书上都有讲述,在此就不再重复。

九、琶音类

在琶音中大拇指转位的技术要比在音阶中更难,应加强训练。

长琶音:长琶音的大拇指转位可以运用手腕的左右移动来帮忙,但手指还是占主导地位,首先要把大拇指转好后再加上手腕的帮忙才是正确的。

短琶音:四个音的短琶音的训练,特别要注意,第三个音和第四个音要弹得清晰,不能混过去。学生通常只注意了前面两个音,后面两个音就忽略或者不管了。如此,在弹奏一连串的短琶音时,就产生了“连滚带爬”的不良效果,导致音混在一起,含糊不清。为避免这种情况的发生,我们可以有意加重第三和第四个音来进行练习。

除此之外还要注意指法的训练,根据键盘把位,我们一般采用“1、2、3、5”和“1、2、4、5”这两种指法来弹奏短琶音,比如:C大调主和弦原位的四个音 ,就采用“1、2、3、5指”的指法来弹奏;第一转位 ,就用“1、2、4、5”的指法来弹奏。但学生们通常都只用“1、2、3、5”这一种指法来弹所有的短琶音,避开了4指,这是不合理的。我们应该根据不同的把位用匹配的指法弹奏。对于“1、2、4、5”这种指法,4指较弱,且又与5指连在一起弹就更显困难,所以我们反而更应该多加练习。

分解和弦:分解和弦的训练,要注意音的位置和指法的准确性,因为度数在不断地变化,如C大调中 (相隔的度数为“五度、三度、六度”,指法为“1、3、2、5”), (相隔的度数为“六度、四度、六度”,指法为“1、4、2、5”)等,手指还要不停地做向右、向左的交替运动,有些调还会出现大拇指弹奏黑键的情况,这些都容易造成弹奏的不准确。因此要注意练习时,手指不要抬高,手腕放松并左右移动帮忙,指法要正确。

十、双手交替类

这个技术需要有很好的双手协调能力,两只手交替的弹奏衔接要自然,声音要均匀,没有重音,让人听不出是由两只手弹奏出来的效果。尤其在交替时的那两个手指的衔接,需要单独抽出来加强训练,做到声音均匀而没有重音地平稳过渡,要从慢到快地练习。

十一、轮指类

弹好轮指的前提是要求手指的第三关节非常灵活,所以一开始学习轮指时建议手指第一、二关节不要“勾”回来弹,因为这样弹奏只运动了第一、二关节,而第三关节没有得到充分的训练,会造成手指笨拙地在键盘上抹来抹去的效果,弹不快,也弹不清楚。因此,我们应该首先训练第三关节积极地上下移动,下键快,离键快,指尖非常集中,要有点、有弹性。当第三关节具备了迅速灵活移动的能力后,弹快时手指就会自动地“勾”回来弹。

十二、抒情类

1. 在演奏抒情性的作品时,弹奏的手法会有所不同,其不同与刚入门打基础时的弹奏手法要求可能会有点冲突,所以编者将这类型放在基础三级以后。但这不是绝对的,老师们可根据学生的具体情况或提前在基础二级中进行训练。

2. 抒情歌唱性的弹奏方法,要求手指不要上下挥动得太高,贴近键盘弹奏,横向感要强,要学会调整下键的速度。通常下键速度是偏缓和的,同时力度可能会略大并且要集中到指尖,力量要学会“转移”,形成“一个力”完成“一组音”的组合用力方式,善于运用手腕。要有句法、呼吸、句子线条走向的起伏等,同时要有很强音乐感。这些可能与基础入门时所学习的“支撑、独立、均匀、有力、迅速、灵活”等弹奏要求产生矛盾冲突,学生会有无所适从的感觉。因此,在教学过程中,希望老师们能耐心、正确地引导学生,也希望学生们能尽早尽快地学会“如歌般”的弹奏方法。

十三、音程分解类

音程分解类的弹奏要注意两个方面:

第一,手腕与手指相互配合,“前(手指、手掌)硬后(手腕、手臂)松”。音程分解主要训练手腕左右转动配合手指弹奏的能力,这是一个很重要的技术,重点在于手腕的运用。学生在弹奏中往往会出现手指在运动时手腕僵硬,手腕能放松运动时手指却又发软这两种状况。因此,这里要解决一个“前硬后松”的问题。手腕的运动就好像手握住门把开门时那样左右拧动,同时手指也要“紧握门把”,积极地运动,不能发软。

第二,分声部与线条走向。这种分解音型一般都是分声部的,弹奏时要突出其中带有旋律的那个声部线条,而另一个声部则要弹得轻一些,要有不同的力量分配,同时注意指法的准确性。

十四、双手交叉类

双手交叉类的弹奏要做好两点:

第一,快速移动,贴键弹奏。不管是在左手移动到右手的音区弹奏,或者是右手移动到左手的音

区弹奏时,手臂的移动速度都要迅速,要以接近直线而不要以弧线的距离移动。最好的方法是手指在要弹的音上先做好准备,然后再贴键弹奏,而不要离键太高直接砸下去,这样会很容易碰错音,声音也不好听。

第二,双手互不影响。原先在一个位置上弹奏的一只手,当要跨越(或穿过)另一只手并与其衔接弹奏时,手移动的过程要快,但不需要移动弹奏的另一只手,弹奏速度不能跟着快,否则会导致声音不均匀。

十五、手臂震动类

这类技术的运用,在弹奏时手指不需要离键,因为它们不是靠用手指弹出来的,而是以手腕和手臂的震动来带动手指发出声音的。手腕、手臂应尽量放松,向前、向下反复震动,频率要快,同时手掌、手指要能支撑。重复音的弹奏不需要每一个音都一样强,要有组合的韵律感。

十六、托卡塔类

两个音错开的弹奏,也称为“触技曲”。这个技术的难点在于如何在弹快的时候,每个音能做到清楚,而上下音又能错开。如果慢弹是不存在困难的,但当速度加快了以后,很多学生就会把错开的音弹成了对齐。弹奏这种技术类型的双手,要有主次之分,一般情况是以先弹音的手为主,后弹音的手为辅。注意不要两只手的音都弹成一样重,这样既不好听,也弹不快,而且还会容易把音弹成对齐。先弹的音应弹得重些,后弹的音应弹得轻些(当然如果后弹的音是旋律时除外)。另外,后弹的音要紧跟着先弹的音,这样更容易找到错开的感觉。建议局部一组一组音做反复练习,先练好两个音,之后是练四个音,再练八个音,如此类推。

十七、多类型组合

有些作品往往包含了多种技术类型,每一种都同样重要而且较均衡,不适合划归到具体的哪一类。这里需要老师们在教学中注意几点:一是要根据学生的个体情况来选择此类曲目。二是将这些曲目补充到其他的类型中同时训练。三是检验学生是否具有将所学的技术类型融合运用的能力。

目 录

使用说明	2
教学指南	4
基础一级	1
说明 / 技术练习类别 / 要点提示	2
五指类练习	3
和弦类练习	10
音阶类练习	12
多类型组合练习	14
基础二级	17
说明 / 技术练习类别 / 要点提示	18
多类型组合练习	19
和弦类练习	28
音阶类练习	29
音程类练习	33
节奏类练习	36
颤音类练习	39
装饰音类练习	41
基础三级	45
说明 / 技术练习类别 / 要点提示	46
多类型组合练习	47
音阶类练习	55
音程类练习	60
左手类练习	64
节奏类练习	69
颤音类练习	70
琶音类练习	76
轮指类练习	80
抒情类练习	85

基础四级	87
说明 / 技术练习类别 / 要点提示	88
多类型组合练习	89
音阶类练习	96
节奏类练习	111
左手类练习	113
双手交替类练习	121
轮指类练习	131
抒情类练习	139
基础五级	143
说明 / 技术练习类别 / 要点提示	144
多类型组合练习	145
音阶类练习	154
左手类练习	169
颤音类练习	179
琶音类练习	186
音程分解类练习	194
双手交叉类练习	198
手臂震动类练习	203
托卡塔类练习	208