

C L A R I N E T



单簧管

每日基本功训练30'

日本全音乐谱出版社提供版权

铃木良昭 著 杨宇玲 译



 **SMPPH**
上海音乐出版社
WWW.SMPPH.CN

C L A R I N E T

单簧管

每日基本功训练30'

日本全音乐谱出版社提供版权

铃木良昭 著 杨宇玲 译

上海音乐出版社

图书在版编目(CIP)数据

单簧管每日基本功训练 30' / 铃木良昭著; 杨宇玲译 -

上海: 上海音乐出版社, 2012.4

ISBN 978-7-80751-983-6

I. 单… II. ①铃… ②杨… III. 单簧管 - 吹奏法 IV. J621.46

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2012) 第 064162 号

Copyright © 1995 by Zen-On Music Co., Ltd.

Chinese translation copyright

© 2012 by Shanghai Music Publishing House Co., Ltd.

All rights reserved.

书 名: 单簧管每日基本功训练 30'

著 者: 铃木良昭

译 者: 杨宇玲

出 品 人: 费维耀

项目负责: 王 琳

责任编辑: 王 琳 崔 晶 (见习编辑)

封面设计: 陆震伟

印务总监: 李霄云

上海音乐出版社出版、发行

地址: 上海市绍兴路 7 号 邮编: 200020

上海文艺出版(集团)有限公司: www.shwenyi.com

上海音乐出版社网址: www.smph.cn

上海音乐出版社论坛: BBS.smph.cn

上海音乐出版社电子信箱: editor_book@smph.cn

上海文艺音像电子出版社邮箱: editor_cd@smph.cn

印刷: 上海市印刷十厂有限公司

开本: 889×1194 1/16 印张: 2.25 谱、文: 36 面

2012 年 4 月第 1 版 2012 年 4 月第 1 次印刷

印数: 1 - 3,000 册

ISBN 978-7-80751-983-6/J · 901

定价: 18.00 元

读者服务热线: (021) 64375066 印装质量热线: (021) 64310542

反盗版热线: (021) 64734302 (021) 64375066-241

郑重声明: 版权所有 翻印必究

前 言

亲爱的演奏者，你是否每天都在开心地练习？相信演奏者中肯定有人正在为了提高自己的演奏技巧而勤奋苦练。

如今，无论是学校乐团还是市区乐团都备受瞩目。每年，全国各地都有不同规模的乐团在表演，我们可以欣赏到各种不同形式的演出。为了解决在演出时节奏、音准、音乐表现、声音的平衡以及合奏中的配合等等问题，如何加强乐团中每个人的基本功就成为关键的议题。然而，实际情况是，我们经常会发现许多训练教程中的内容并不适合自己，也找不到自己想要的训练方法。

为此，我们邀请了 10 位富有经验的演奏者和专家，按照学校乐团每天早晨平均训练 30 分钟的内容含量，编写了这套针对各种乐器（小号、长笛、单簧管、长号、萨克斯管、圆号、大号、打击乐、大管、双簧管）演奏基本功训练的教程。一开始，可能有些学习者无法在 30 分钟内完成所有的练习，但是如果集中精力，每天坚持，总有一天能够做到。希望每位学习者都能将在本教程中所掌握的技巧用到实际演奏中去，创造出美妙的音乐，让听众获得美的享受。

此外，各位教师通过研习这一系列教程，能够理解乐器之间的共同之处，这对有效地组织起乐队排练将大有裨益。

“每日基本功训练 30'”系列编者

大滝雄久 小泉浩 鈴木良昭 中村均 藤井完

松倉利之 山本真 山本安洋 渡辺功 和田美亀雄

目 录

前言	3
练习前	6
1. 各音区的练习	10
2. 运指练习和音的连接练习	17
3. 吐音和断音的练习	19
4. 音阶	31
5. 旋律	31
参考文献	33
注释	33
结束语	34

C L A R I N E T



单簧管

每日基本功训练30'

日本全音乐谱出版社提供版权

铃木良昭 著 杨宇玲 译

上海音乐出版社

前 言

亲爱的演奏者，你是否每天都在开心地练习？相信演奏者中肯定有人正在为了提高自己的演奏技巧而勤奋苦练。

如今，无论是学校乐团还是市区乐团都备受瞩目。每年，全国各地都有不同规模的乐团在表演，我们可以欣赏到各种不同形式的演出。为了解决在演出时节奏、音准、音乐表现、声音的平衡以及合奏中的配合等等问题，如何加强乐团中每个人的基本功就成为关键的议题。然而，实际情况是，我们经常会发现许多训练教程中的内容并不适合自己，也找不到自己想要的训练方法。

为此，我们邀请了 10 位富有经验的演奏者和专家，按照学校乐团每天早晨平均训练 30 分钟的内容含量，编写了这套针对各种乐器（小号、长笛、单簧管、长号、萨克斯管、圆号、大号、打击乐、大管、双簧管）演奏基本功训练的教程。一开始，可能有些学习者无法在 30 分钟内完成所有的练习，但是如果集中精力，每天坚持，总有一天能够做到。希望每位学习者都能将在本教程中所掌握的技巧用到实际演奏中去，创造出美妙的音乐，让听众获得美的享受。

此外，各位教师通过研习这一系列教程，能够理解乐器之间的共同之处，这对有效地组织起乐队排练将大有裨益。

“每日基本功训练 30'” 系列编者

大滝雄久 小泉浩 鈴木良昭 中村均 藤井完

松倉利之 山本真 山本安洋 渡辺功 和田美亀雄

目 录

前言	3
练习前	6
1. 各音区的练习	10
2. 运指练习和音的连接练习	17
3. 吐音和断音的练习	19
4. 音阶	31
5. 旋律	31
参考文献	33
注释	33
结束语	34

练习前

本教程中的练习是为学校管乐团单簧管演奏者进行每日基本功训练所准备。这些练习的最终目的是让学习者能用连音和吐音两种吹奏法吹出 C 大调上两个八度音区内（Chalumeau[※] 到 Clarino[※]）的优美声音。

初学者在练习时，要特别注意连接低音区和中音区的 $\sharp\text{sol} \sim \flat\text{si}$ 。在练习过程中，喉部不要过度用力（紧张），如果用力过度，会阻碍吹奏音质的提高。因此，只有把基本功打扎实之后再进行练习，才会取得吹奏的最佳效果。高音区虽然十分重要，但吹奏高音时气息和簧片之间的平衡很难把握。学习者在最初的练习中，应该避开高音区。本教程中，每个音区练习内容的重要性按照 A)、B)、C)、D) 的顺序排列。

30 分钟的练习所能学到的内容十分有限，所以，在运指练习中，我们只列出了最基本的部分。想要提高技能，就需要花费更多的时间。每个学校的乐队通常都有必练曲目，通过演奏这些曲目，学习者或多或少能达到技能上的提高。因此，本书将重点放在吹奏最薄弱的环节——提高音质的练习上。

除运指练习之外，本教程还将半音练习、变化节奏、加速练习等纳入其中，以此拓展练习内容，增强训练效果。学习者为了提高演奏技能，还需要进行各种类型的音阶练习，要根据个人情况有选择地练习。在练习过程中，如果觉得训练的音区跨度太大，短时间内难以达到标准，学习者可以将音区跨度缩小至自己所能接受的范围内，待演奏技术增强后再慢慢扩大音区练习。

不用从最开始就力求达到本教程中所有的要求。学习者在练习的过程中，觉得哪些地方有用，可以仔细阅读并反复琢磨。

最后，在开始练习前，本书先对呼吸系统、气流以及口型的重要性进行说明，这些非常重要，希望各位学习者牢记。

*呼吸系统

人体的上半身被横膈膜分隔为胸部和腹部两个部分。吹奏乐器所使用的气是由肺部提供的。吸气时，横膈膜下沉，胸部的容积扩大，胸腔内的气压下降，空气随即进入胸腔；呼气时，主动运用腹肌，使腹部的压力增大，从

※ 详见本书第 33 页注释。

而推动吸气时降下的横膈膜，对胸腔产生压力，气息随即吐出。

吹奏乐器时，簧片的振动会产生压力，因此肺部也总会有压力存在。

***关于气流**

单簧管是通过空气的流动来发出声音的。简单原理如下：气息通过簧片和笛头间的缝隙进入乐器形成气流，当气流达到一定的速度时，簧片会产生振动，从而发出声音。

“不能阻碍气流的运动，也不能浪费气流。”这句话的意思是：学习者应该注意，如果下嘴唇过于用力压簧片，或是使用很薄又缺乏弹性的簧片，就会妨碍气流的流动，影响吹奏效果。下嘴唇过于用力压簧片，气息的压力就会过大从而使吹奏者很辛苦；使用过薄的簧片，吹奏者如果想使吹出的气息很均匀，就要使用很小的压力，然而这样的气流难以振动乐器的气柱。

同时，学习者也应该了解到，如果下嘴唇没有保持一定程度的紧张感，或是使用太厚且对气息毫无反应的簧片，都会十分浪费气息。在这样的状态下，气息得不到很好地运用，吹奏者也很容易头晕。因为想要让过厚的簧片产生反应就必须对簧片施加很大的压力，这样会导致气息的流动被破坏，从而影响到吹奏的音质。如果吹奏者找到了吹奏的秘诀，但是相对地要运用更大的力气，吹奏就会很累，表情也会很不自然。在这种状况下持续练习，下颚长期处于紧张状态，嘴唇容易不正，之后也会很难矫正。

对于还未牢固掌握气息运用、口型也还未经过严格训练的初学者而言，练习时嘴唇需要稍加压力，以便能接近为你设置的最佳发音点。此外，还要使用对较弱的气息也能振动的薄而柔软的簧片，这样易于把握吹奏的感觉。但是，此建议并非一成不变，学习者要根据自己的学习状态，适时作出调整。

***关于口型**

口作为一种媒介，连接着乐器和身体。吹奏其实和体育运动一样，口好比棒球棒、网球拍、高尔夫球杆等器械，掌握正确的“握法”（正确的口型）是非常重要的。但是，在体育运动中，器械自身是不会动的，它们要靠运动员挥拍产生的离心力动起来。为此，运动员需要进行挥拍训练。与之相同，学习者在吹奏单簧管前也需要进行专门的口型练习。同时，想象手执着乐器吹奏时也保持同样的口型。

我们之前提到过，单簧管的声音是通过气息流动产生的。调整口型可使吹出的气息易于传送至笛头，同时有利于使簧片和笛头之间的距离调整至簧片易于对气流产生振动的位置。簧片振动在笛头最前端进行着有规则的打开和闭合，连续的气流使管中气柱不断振动。嘴唇一边含住振动的簧片一边以其柔软的质地控制簧片的振动，充当着制音器的角色，因此嘴唇必须要接触簧片。然而嘴唇这个“制音器”也需要有东西来支撑，牙齿就担任了这个角色，嘴唇和牙齿是相辅相成的。此外，“制音器”需要根据不同的吹奏音进行调整，学习者需要从每天的练习中找到感觉。

最后总结三个注意事项：

1. 追求正确性和精准性。
2. 不要浪费气息。高效地利用气息吹奏。
3. 用舒畅的、如唱歌般的感觉来吹奏。

***关于各项目练习时间的分配**

30 分钟内要想吹奏本书中所有的练习，从时间上来说是不够的，况且学习者还会经常练习重复的训练内容，常感到枯燥。因此，可以考虑制定出最适合自己的练习计划。比如：零基础的学习者，可以只进行 1—A) 的练习；能够吹出声音但不太擅长吐音的人，可以多练习 3 中的内容；能吹出所有的音后，就可以开始着手练习音色的均衡性。所有练习模式参照以下内容。

1. 各音区的练习

A) 5~6 分钟

B) 5~6 分钟

最开始不用进行 C) 或者 D) 的练习。能够稳定吹出 A) 和 B) 之后，从 A) B) 的 1、2 或者 3+4 这 3 种模式中选择一种练习。A) 和 B) 各花 5~6 分钟练习，之后练习 C) 和 D)。

C) ②和①或③ 5~6 分钟

D) 1 分钟

2. 运指练习和音的连接练习

A 或 B

3~5 分钟

3. 吐音和断吐的练习

1) 热身准备

1~2 分钟

2) 下列选项中的 1 种

3~5 分钟

A-a1

A-c1

A-a1+b1

A-c1+d1

A-a2+b2

A-c2+d2

A-a3+b3

A-c3+d3

A-a4+b4

A-c4+d4

A-a5+b5 (+b6)

A-c5+d5 (+d6)

3) B-a 或是 B-b

2~3 分钟

4. 和 5.

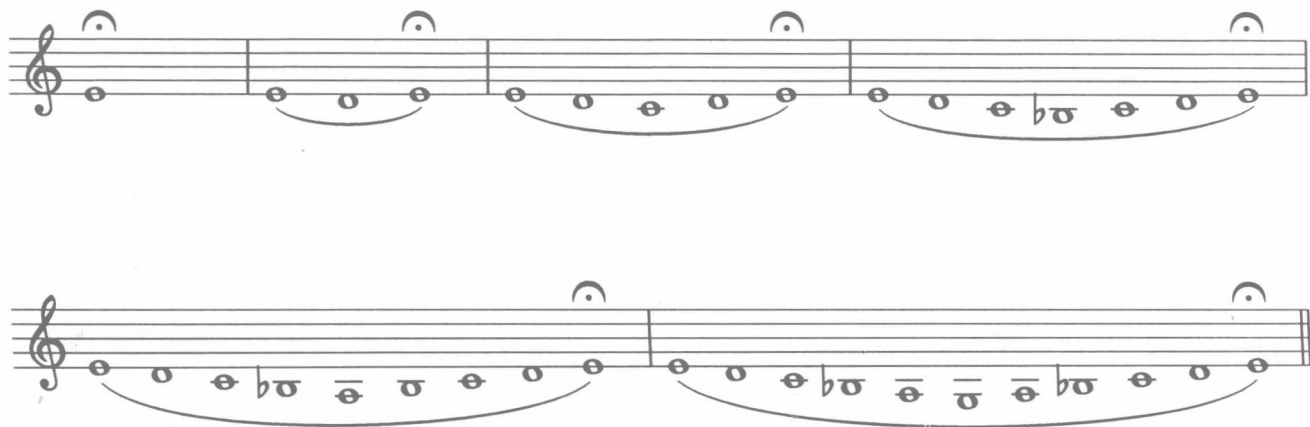
5 分钟

1. 各音区的练习

A) 低音区的平稳性

在低音区中，mi 应该是单簧管最容易吹的音。左右手的大拇指和食指将乐器牢牢地固定在吹奏时的口型上。将这个最好吹的音作为所有练习的基础音，使用左右手的食指、中指和无名指练习吹奏下面 6 个音。

① 吹奏音程平稳性的练习

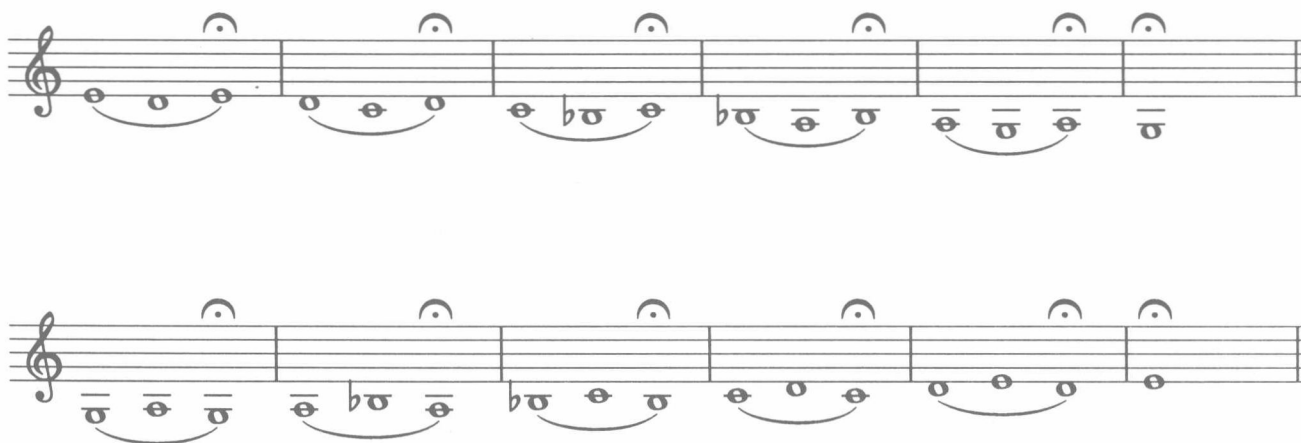


训练的目的在于练习 mi 到 sol 的发音，要求能够稳定地吹出 mi。

吹奏力度是 *mf*，延长音要做好渐弱，直至最弱。此外，需要一口气吹出每一小节用延长记号标记的音。由于一小节内吹奏音的数量在逐渐增多，学习者可以渐渐加快速度吹。

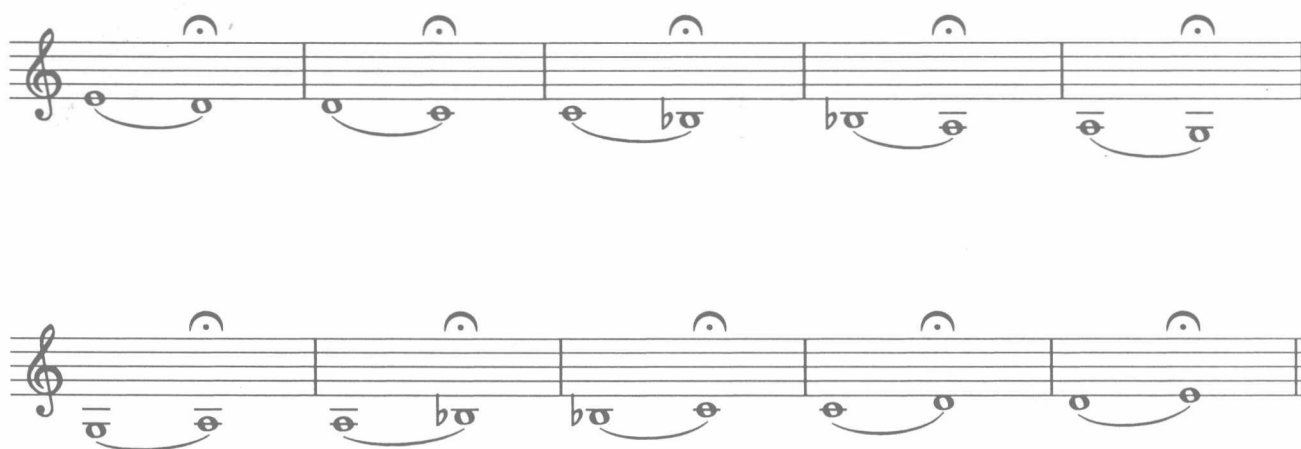
随着练习的难度越来越深，一同按下的手指数量逐渐增加，乐器的管身需要产生的振动区域和簧片的振动部分会有相应的变化。因此，时刻记住吹奏 mi 和其他音之间的感觉，保持腹部对气息和嘴唇对笛头的控制。

② 二度音程的各音连接练习 I

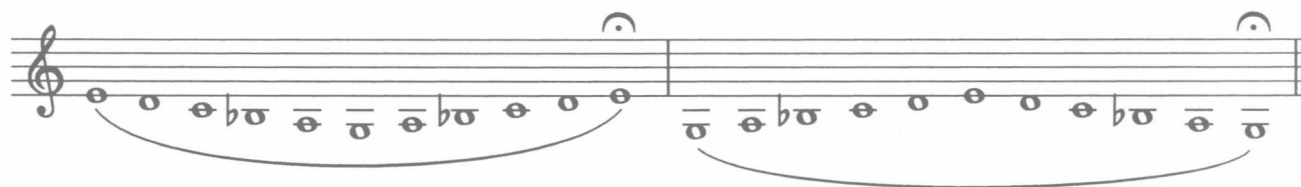


为了保持音色的均匀, 需要仔细聆听吹奏出的每一个音。

③ 二度音程的各音连接练习 II



④ 低音区的音阶练习

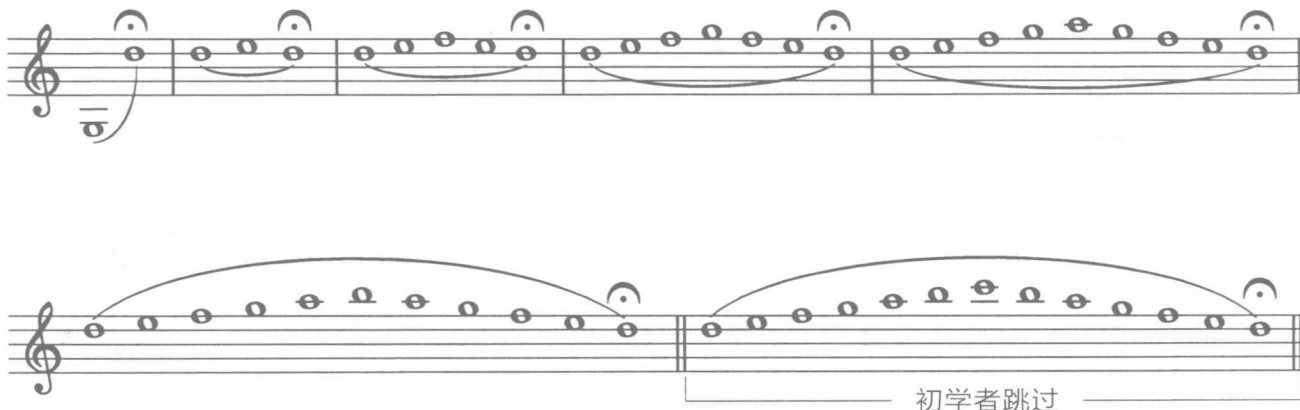


B) 中音区的平稳性

单簧管 (Clarino) 的名字来源于“中音区”，单簧管最美的音色发自这个音区。在这个音区吹奏，能进行最戏剧性的音色变化和吹奏感觉的变化。同时，在这个音区能够感受到的共性也是单簧管演奏时需克服的最重要也是最基本的问题。这里所指的“共性”也就是无论吹哪个音都能感觉到的压力。吹奏 re 时比较能抓住这种压力。

练习低音区的 sol 至中音区的 re 之间的音。之后，初学者练习到 si，中级以上的学习者应将这一发音练习进行到 do。

① 吹奏音程平稳性的练习



注意不要失去吹 re 时的压力。

和低音区的下行音型相反，随着音增高，簧片的振动频率逐渐变快、变短促。

这时，初学者容易遇到的问题是对于加快振动的簧片无法给予相对应的气息流动。

要学会检查气息的流动是否正确。根据吹奏音的不同，检查簧片是否被装在了合适的位置。确认自己是否获得了正确的压力，而且这一压力的获得确实是由腹肌所产生的。

要时刻谨记管乐器的声音是由吹奏者直接（借助簧片等气息的切断器）将气的压力吹入乐器的气柱而产生的。