

老师、家长、学生三位一体钢琴初级教程

指尖上的芭蕾

李卓 编著



中国文联出版社

指尖上的芭蕾

李卓题

老师、家长、学生
三位一体钢琴初级教程

李卓 编著

中国文联出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

指尖上的芭蕾：老师、家长、学生三位一体钢琴初级教程／

李卓编著．—北京：中国文联出版社，2004.9

ISBN978－7－5059－4722－1

I.指… II.李… III.钢琴—奏法—教材 IV.J624.1

中国版本图书馆CIP数据核字(2008)第088072号

书 名	指尖上的芭蕾——老师、家长、学生三位一体钢琴初级教程
编 著	李 卓
出 版	中国文联出版社
发 行	中国文联出版社 发行部 (010-65389150)
地 址	北京农展馆南里10号(100125)
经 销	全国新华书店
责任编辑	陈若伟
责任印制	李寒江
印 刷	北京隆昌伟业印刷有限公司
开 本	880×1230 1/16
印 张	8.75
插 页	2页
版 次	2004年9月第1版 2008年10月第2次印刷
书 号	ISBN978－7－5059－4722－1
定 价	30.00元

您若想详细了解我社的出版物

请登陆我们出版社的网站<http://www.cflacp.com>

前言

《指尖上的芭蕾》是我在法国留学期间完成的。

在 2002—2003 年间,这本教材于欧洲最大的中文报纸《欧洲时报》连载,受到了中法广大读者的关心与喜爱,他们的厚爱给了我很大的鼓励。

从一开始从事钢琴教学工作,我就希望把音乐知识、弹奏方法、乐曲介绍等等以一种孩子们能够接受的方式讲解出来。音乐是抽象的艺术,而对于钢琴入门阶段的几岁、十几岁的少儿便是一种最抽象的语言,我在书中力求将音乐知识讲解的清楚明白、轻松有趣。作为钢琴教师,我在长期的教学实践中,看到了太多望子成龙的父母的殷切希望,同时又感觉到众多家长对孩子的辅导心有余而力不足。在《指尖上的芭蕾》这部教程中,我试图以生动形象的语言,把抽象的音乐概念转化成孩子们生活中可知可感的事物,来帮助孩子们学习音乐知识,理解和感受音乐。

《指尖上的芭蕾》能够出版,得到了中法学界的大力支持。谨此向为本书题写书名的法兰西艺术院院士、著名绘画大师朱德群先生,为本书撰写序言的法国著名音乐教育家、心理学家让·皮埃尔·米亚拉海教授及法国《欧洲时报》社长杨咏橘女士、总编梁源法先生表示衷心的感谢。另外感谢我的好朋友、法国南锡国立美术学院的王世文小姐专为本书设计封面与绘制插图;感谢中国文联出版社、本书的责任编辑陈若伟女士;感谢法国国立高等设计学院的冯励先生,没有他们的支持,本书不会如此顺利的付梓出版。最后,感谢给我教育的、国内外我的老师和同事们,感谢我的丈夫在文字上帮助我做了最后的润色。

谨此,愿可爱的孩子们和可敬的家长们,能够从本书中感受到音乐的美妙,理解到音乐的声音,这也是我和以上所提到的前辈和友人的共同的心愿。

李 卓

2004 年 1 月 1 日于巴黎

序 言

在这里,我非常高兴并且非常荣幸地介绍李卓的作品。

李卓,在中国与法国都长期致力于钢琴演奏与钢琴教学。在钢琴演奏方面,她有非常高超的水平;同时在钢琴教学领域,李卓也是非常优异的。在钢琴演奏与教学两个方面都能取得非常好的成就,这种情况是很少见的。由于以上所说的这两方面的能力,使得她的《指尖上的芭蕾》具有非常卓越的水准,并且独具特色,这是我要向大家特别介绍和强调的。

在这本书中,李卓借助于配有图画和文字解读的世界经典名曲谱例,唤起儿童的想像力,并且保持孩子们对音乐的好奇心和对钢琴学习的兴趣与动力。将抽象的音乐概念和钢琴的演奏技巧融合在一起,把音乐与钢琴演奏的知识传授给孩子们。

李卓有丰富的教学和实践经验,在人文科学方面特别是在音乐教学方面的深入研究中,使得她能够通过更深层的思考,提出这一独特而有效的教学方式。这种教学方式通过儿童能够理解的想像空间,使孩子们获得各种不同的音乐知识,最大限度地发挥出孩子的潜力与才能。

李卓的《指尖上的芭蕾》三位一体教程,将会引起钢琴老师和所有渴望给孩子一个真正的、良好的音乐教育的家长们的一致兴趣。

让·皮埃尔·米亚拉海

法国著名音乐教育家、心理学家

课前致家长

目前,学习钢琴者日益增多。我根据众多家长要求,结合自己十几年来的专业教学经验和专业钢琴理论,编写了这部钢琴教程。

钢琴,被人们称为“乐器之王”。它的音域宽广,富于色彩变化,表现力丰富,拥有浩如烟海的经典作品和系统的教材。可以说,钢琴自身就像一所音乐学校,通过它可以学习到构成音乐的基本要素,懂得理解和表现音乐的规律,从而全面提高音乐素养和文化艺术修养。钢琴作为普及音乐文化的工具,是学习音乐入门的阶梯,是孕育音乐家成长的摇篮。

许多家长会问,孩子为什么要学钢琴,这对孩子的发展有什么好处吗?钢琴作为音乐中一种重要的表现手段,是一扇通向人们创造思维和形象思维的大门。孩子从小受到良好的钢琴教育,就会使他们较快地找到打开这扇门的钥匙。手指的精密运动,会成为儿童智能发达的基础,尤其是在需要手指做出精密运动的钢琴演奏中。因此,通过钢琴学习,可以行之有效地对儿童进行早期智力开发,可以培养孩子的想像力、自我价值的感受和能力的发挥。更重要的是,它可以提供一个适合孩子成长的环境,通过潜移默化的影响,培养孩子的情操和品德。在学习过程中,逐渐培养孩子良好的自制力、学习习惯和合作精神。

学习钢琴是一个艰苦而愉快的过程。经过一段时间的练习,当孩子手指间流淌出优美的乐曲时,伴随着他的是兴奋和快乐。一般人认为,孩子学习钢琴主要是孩子在学,其实不然。家长对孩子学琴的引导是必不可少的。这并不是指要求家长必须会弹钢琴,也不是非得整天守着孩子陪练。最重要的是,从学琴开始,家长就要注重孩子良好习惯的培养,关注孩子的学习,鼓励孩子克服暂时的困难,肯定他们的每一点进步。

可能有的家长会问,我的孩子能学钢琴吗?著名日本音乐教育家铃木镇一曾

经说过：“所有的孩子都能拥有像巴赫和莫扎特的音乐感觉。除了音乐之外，再也没有能够从出生时就可以开始进行教育的领域了。”所以说，所有的孩子都可以从事钢琴学习，在家长为他创造的音乐环境中，适应着那种环境而获得各自的能力。

那么，钢琴教师在孩子的学琴过程中起着多大作用呢？首先，一个好的老师应该教给孩子全面的音乐知识和规范的演奏技巧，培养孩子的综合音乐能力，充分发挥孩子的潜能。因为从小开始学习的这些技巧和方法，对孩子今后的发展有着直接的影响。其次，每个孩子的成长环境、性格特点各有不同，老师应该根据每个孩子的各自情况，寓教于乐，从孩子的兴趣出发，正确引导。让孩子在乐趣中学习，在学习中找到乐趣。对孩子的爱是推动教学的根本，是孩子真正喜爱音乐的源泉，是一个好的老师应该做到的最高境界。

这本钢琴教程是我十几年来教学实践的心得体会，对暂时还没有接触过钢琴的孩子，可以随着它，学习和掌握一些基本的音乐理论知识；对于正在学琴的孩子，可以加深理解。应该提到的是，钢琴教学是一个艺术实践的过程，而文字的讲解是必不可少的。在文字方面，我力求做到浅显明了。家长也可以给孩子阅读，让孩子通过这个学习钢琴的系列教程了解钢琴。愿《指尖上的芭蕾》伴随着我们一起走入音乐的殿堂。

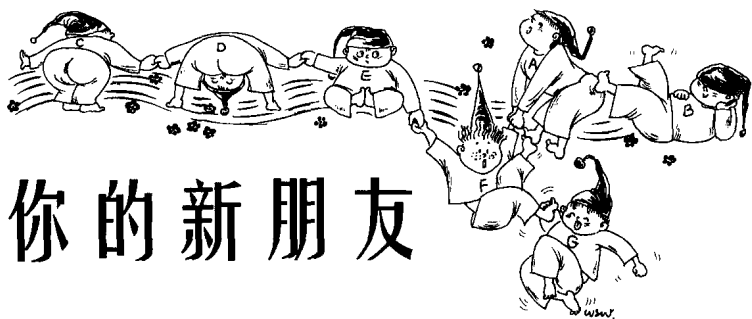
目 录

前 言	(1)
序 言	(1)
课前致家长	(1)
第一课 认识你的新朋友	(1)
第二课 小矮人的两个名字	(2)
第三课 小矮人的家	(3)
第四课 弹钢琴的姿势	(5)
第五课 大拇指的弹奏和全音符	(7)
第六课 食指的弹奏和二分音符、四分音符	(9)
《火车开了》	(11)
第七课 中指的弹奏和附点二分音符	(12)
《玛丽的小羊》	英国民歌(14)
《春来了》	(15)
第八课 无名指的弹奏和休止符	(16)
《小企鹅》	(18)
第九课 小指的弹奏和同音连线	(19)
《自新大陆》	德沃夏克曲(20)
第十课 高音谱号的由来和贝多芬的《欢乐颂》小曲	(22)
《欢乐颂》	贝多芬曲(24)
第十一课 低音谱号和左手大拇指、食指的弹奏	(26)
《新疆舞曲》	(28)
第十二课 八分音符和左手中指、无名指的弹奏	(29)
《铃儿响叮当》	美国歌曲(31)
快乐的手指游戏	(32)

第十三课	乐曲的终止线和左手小指的弹奏	(33)
	《人力车》	(35)
第十四课	识谱的窍门	(36)
	《看星星》	中国儿歌(37)
	《小白菜》	河北民歌(38)
第十五课	怎样写谱子	(39)
	《打电话》	中国儿歌(40)
	《船夫曲》	俄罗斯民歌(41)
第十六课	双音的弹奏	(42)
	《唐老鸭嘎嘎嘎》	美国儿歌(43)
	《快乐的啰嗦》	云南彝族舞曲(44)
第十七课	音乐中的强拍	(45)
	《渔光曲》	电影《渔光曲》插曲(46)
	《扬基歌》	美国民歌(47)
第十八课	音乐中的弱起小节	(48)
	《梦中的舞蹈》	李 卓曲(49)
	《哦! 苏珊娜》	美国歌曲(50)
第十九课	左右手的“串门”	(52)
	《月光下》	法国儿歌(53)
	快乐的手指游戏	(54)
	《京剧行弦》	京剧传统曲牌(55)
第二十课	和新的低音小伙伴唱《生日快乐》	(56)
	《生日快乐》	(57)
	《晨歌》	德国民歌(58)
第二十一课	和新的低音小伙伴看《小星星》	(59)
	《小星星》	法国儿歌(60)
	《樱花》	日本民谣(62)
第二十二课	认识升号	(63)

《蝴蝶》	(64)
《军民大生产》	陕北民歌(65)
第二十三课 认识降号	(66)
《两只老虎》	法国儿歌(67)
快乐的手指游戏	(68)
《太阳升起来》	(69)
第二十四课 升号、降号的回家——还原记号	(70)
《绕迷宫》	(71)
《雨滴》	福莱西尔曲(72)
快乐的手指游戏	(73)
第二十五课 音乐里的半音和全音	(74)
《康康舞》	奥芬巴赫曲(75)
《五月》	德国儿歌(76)
第二十六课 C大调的排列(一)	(78)
《红河谷》	加拿大民歌(79)
快乐的手指游戏	(80)
《四季——春天》	维瓦尔第曲(81)
第二十七课 C大调的排列(二)	(82)
《小兔乖乖》	中国儿歌(83)
《圣者进行曲》	(85)
第二十八课 G大调的排列(一)	(86)
《你知道怎么种卷心菜吗?》	法国儿歌(87)
快乐的手指游戏	(88)
《溜冰的女孩》	(89)
第二十九课 G大调的排列(二)	(90)
《我去上学校》	中国儿歌(91)
第三十课 F大调的排列(一)	(92)
《一只绿老鼠》	法国儿歌(93)

快乐的手指游戏·····	(94)
《爱的赞颂》·····	埃尔加曲(95)
第三十一课 F 大调的排列(二) ·····	(96)
《唐璜》·····	莫扎特曲(97)
第三十二课 重音记号 ·····	(98)
《印第安鼓》·····	(99)
第三十三课 延长记号 ·····	(100)
《会跳舞的熊》·····	(101)
第三十四课 双手的交叉弹奏 ·····	(102)
《巨人》·····	(103)
第三十五课 八度、高八度和低八度的标记法 ·····	(104)
《钟》·····	(105)
第三十六课 附点四分音符 ·····	(106)
《小松树》·····	中国儿歌(107)
《鳟鱼五重奏》·····	舒伯特曲(109)
《拍手游戏》·····	德国儿歌(110)
《平安夜》·····	(112)
《摇篮曲》·····	勃拉姆斯曲(114)
第三十七课 拍、速度和节奏 ·····	(116)
《小鼓手》·····	(118)
《表演者》·····	召普林曲(120)
第三十八课 五声调式 ·····	(123)
《世上只有妈妈好》·····	(124)
《茉莉花》·····	中国民歌(126)
《小燕子》·····	王云阶曲(127)
《沂蒙山小调》·····	山东民歌(129)
快乐的手指游戏·····	(130)
《北风吹》·····	歌剧《白毛女》选曲(131)



第一课 认识你的新朋友

我叫李卓,是你们的新朋友。我将带领大家一起走进音乐的乐园,教大家弹钢琴,我们将一起来认识许许多多新的朋友。

在介绍新朋友之前,我先提一个问题:我们每个人都有两只手,我们的两只手是做什么的呢?对了,我们可以用它们写字、画画、做手工、帮妈妈做家务。现在告诉你,用我们的手还可以弹奏出美妙的音乐,就像在动画片中听到的那样好听。很快你也会在钢琴上弹出自己最喜欢的歌曲,表演给爷爷奶奶、爸爸妈妈,还有幼儿园的小朋友。到时候,你一定会非常非常高兴。

现在让我们先来认识一下“钢琴”这个大家伙。打开盖子,啊,真奇妙,里面有白的,有黑的。这些白色、黑色的东西叫“琴键”。仔细看一看,是不是白色的是长长的一排,黑色的总是两个、三个、两个、三个……有规律地排着队呢?(图 1-1)对了,这些琴键可不是乱来的,就像小朋友在幼儿园里排队一样。现在让我来告诉

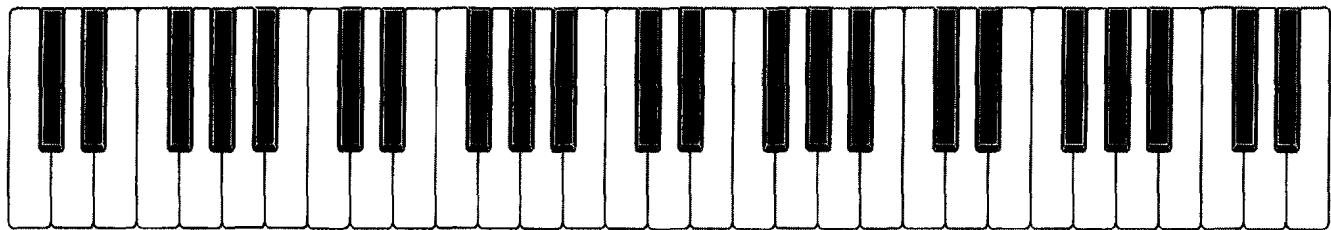


图 1-1

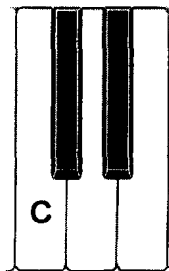
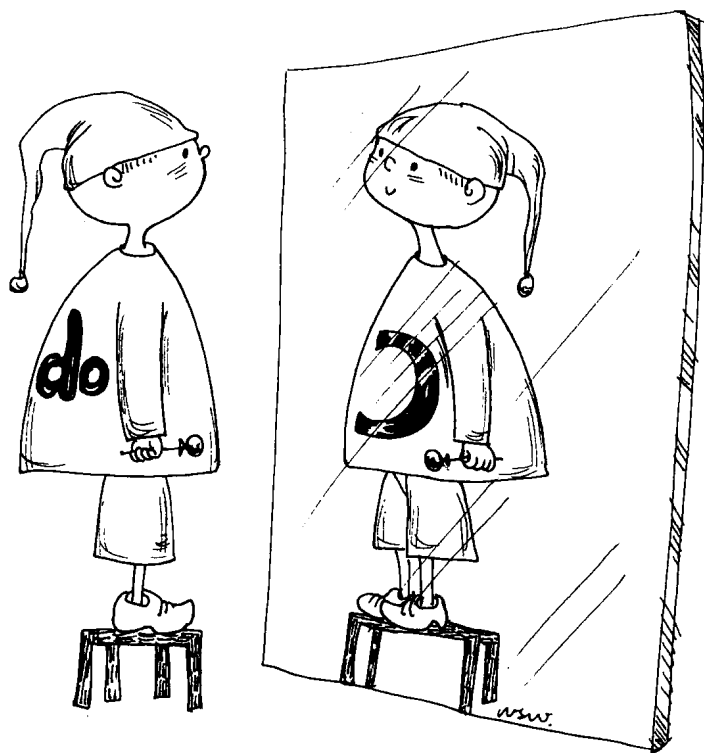


图 1-2

你,在两个黑色的琴键左边、最近的那个白色的琴键,就是“排头”(图 1-2)。我们给它起个名字叫“C”。接下来找一找,看一看,钢琴上还有没有“C”呢?原来钢琴上有好几个“C”。每个排头“C”都带着自己的队伍,数一数,一共有七个白键。你还记得《白雪公主》里有几个小矮人吗?对了,是七个,和我们的每一组白键一样多。

我们知道,英文字母 A、B、C、D、E、F、G……是从 A 开始的,那么我们的琴键为什么从“C”开始呢?

第二课 小矮人的 两个名字



先让我们来回忆一下,上一课讲到每一组白键有七个,就像七个小矮人,我们已经知道了“C”。那么后面的六个叫什么呢?我们给它们按顺序取名字,叫“D、E、F、G、A、B”。原来,在很久以前,人们觉得从“A”在的地方开始的音的排列很好听,像夜晚天上的月亮。后来,人们越来越熟悉音乐,慢慢发现,从“C”开始的音的排列更有力量,像白天明亮的太阳。所以,慢慢地,人们就从“C”在的地方开始了。不过,这里面还有很多学问,别着急,让我们一点一点了解。

我来告诉你,我们的七个小矮人每人还有一个好听的名字“do、re、mi、fa、sol、la、si”,试着唱一唱。啊!原来那么多美妙的歌都是由它们组成的。从这里面我们会发现,原来每个小矮人都是有两个名字的。就像小朋友们可以有一个中文名字和一个英文名字一样。C=do, D=re, E=mi, F=fa, G=sol, A=la, B=si(图 2-1)。那么小矮人们住在哪里呢?它们的家是什么样子的?它们住在一层一层的楼里,还有一间一间的房子呢!



图 2-1

第三课 小矮人的家

上节课我们学习了七个小矮人的两个名字,一个是 C、D、E、F、G、A、B,另一个是唱歌时用的 do、re、mi、fa、sol、la、si,你还记得吗?今天,我们要给这些小矮人找个家。

小矮人的家在哪呢?小矮人的家在一层一层的楼里,它的家是这个样子的(图 3-1)。小朋友们数一数有几层。“一、二、三、四”,对了,有四层(图 3-2)。我们叫它“间”。那它有几条线呢?对了,是五条线(图 3-3)。我们叫它“线”。我们把这个五条线盖的楼叫“五线谱”。我们再用墙把它分成一间一间的房子(图 3-4)。这个房子叫“小节”。这个墙叫“小节线”。我们的小矮人就住在这些房子里。



图 3-1

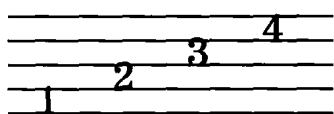


图 3-2

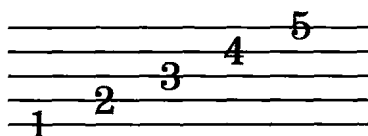


图 3-3

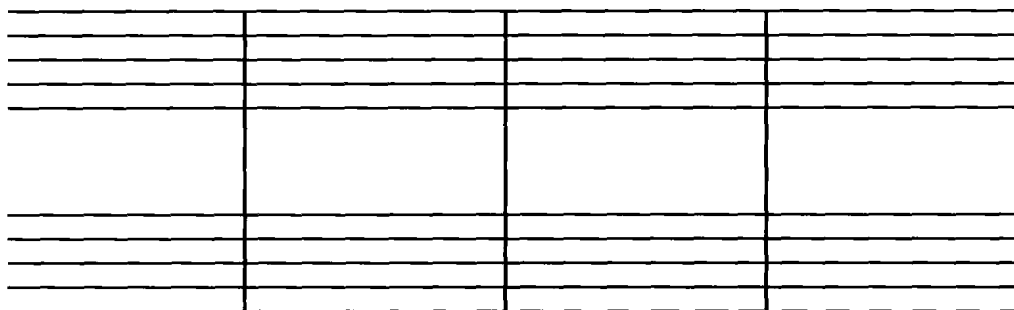


图 3-4

小矮人的家要由它的妈妈和爸爸一起管理。妈妈是这个样子的(图 3-5),像不像陀螺呀。我们看到这样的记号就知道是妈妈在管它们。爸爸是另外的样子(图 3-6),像不像耳朵呀。我们看到这样的记号就知道是爸爸在管它们了。那爸爸和妈妈的名字又叫什么呢?以后我们会慢慢学到。



图 3-5



图 3-6

现在,我们先来学习妈妈管理的部分。前面我们讲过,钢琴上有好几个 C,让我们先从中间的那个 C 开始,我们给它起名叫“中央 C”。再给它定个位置吧!(图

3-7)噢,这个 C 住在了五线谱下面加的一条短线上。这是因为楼上还会住很多人,所以妈妈就把这个 C 安排在了这里。现在你知道了钢琴上的音写在谱子上的位置,其他的音我们很快就会学。以后,你通过循序渐进的学习,就可以自己看着谱子弹出好听的曲子了。

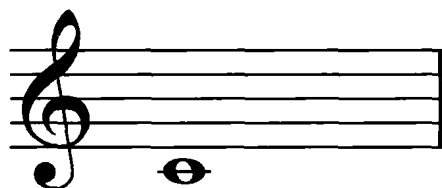
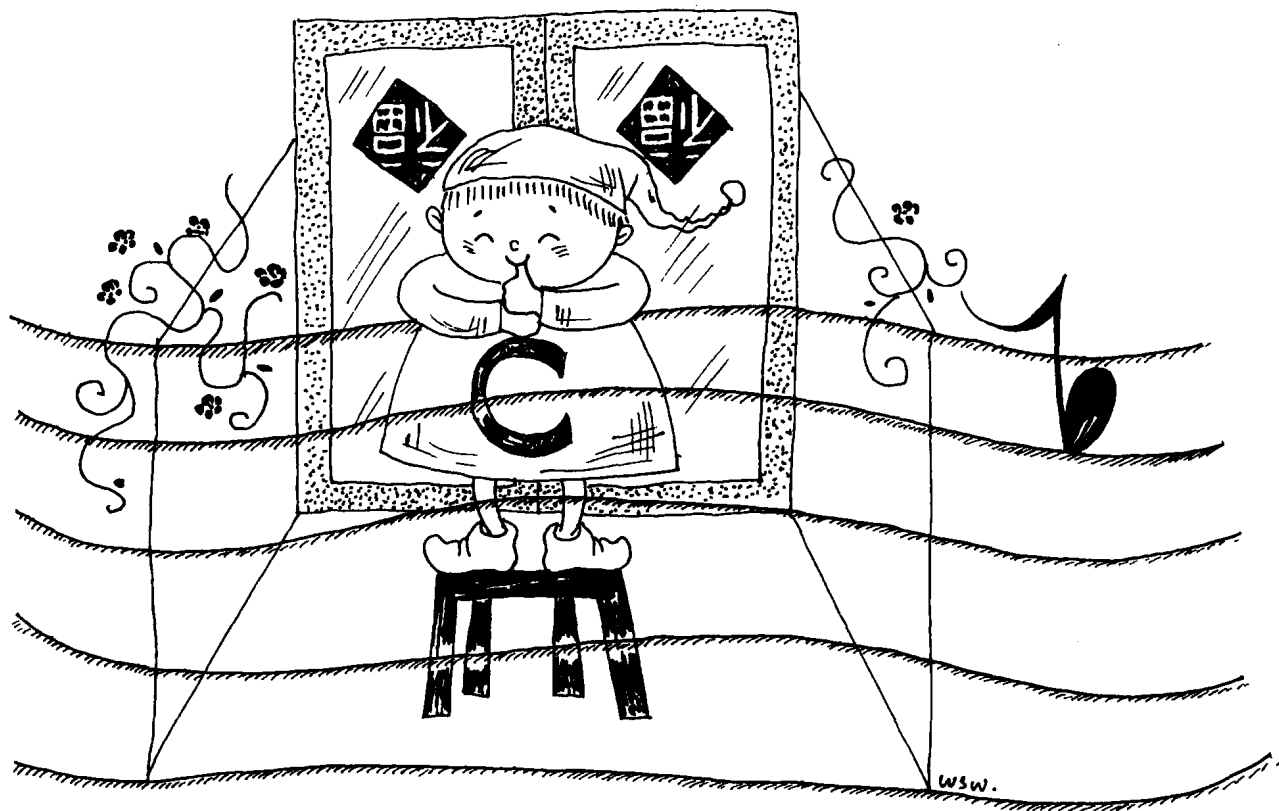


图 3-7



第四课 弹钢琴的姿势

前面几课我们学习了许多音乐知识,认识了许多新朋友。这节课我们开始学习弹钢琴,因为只有我们灵巧的手才能让那些小矮人奏出美妙的乐曲。

伸出你的两只手,每只手都有五个手指,我们从大拇指开始给它们编上号(图4-1)。这样我们就可以指挥它们按要求来弹了。你可以和爸爸妈妈做个游戏,伸出他们要求的手指,看看你是不是每次都能做到又对又快。

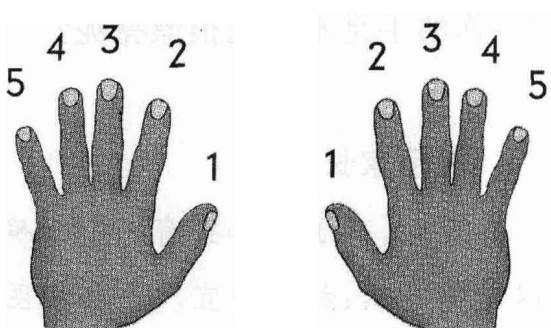


图 4-1

弹钢琴时要挺直身体,不要离钢琴太远或太近(身体太远,不易控制;身体太近,容易紧张),也不要太高或太低(以手腕和小臂持平为准,小臂与大臂约成120度角)。脚要放平稳。

下面我要问一个问题,弹钢琴需要一定的力量,这力量从哪里来呢?告诉你,我们的胳膊是骨头、血肉组成的。试着放松地抬起胳膊,然后懒洋洋地掉下去。是不是很重?对了,弹琴的力量就从这里来。所以,我们弹琴时,要注意自然和放松。

我们学习写字、用筷子都要有一定的姿势,弹钢琴也不例外。只有动作正确,我们的手指才能在钢琴上走路、跑步、跳舞。现在,先把你的左手握成拳头,右手

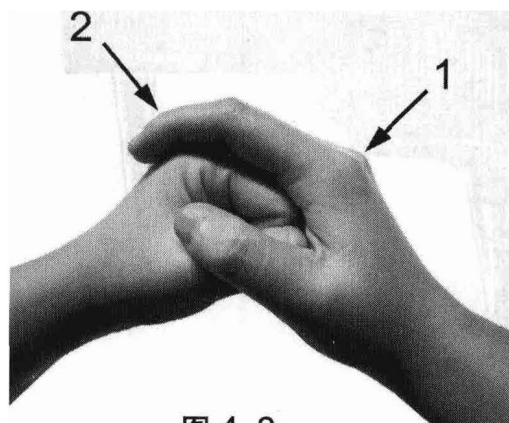


图 4-2

把它轻轻抱住(图4-2)。你会看到,右手手掌的手指相连的关节是突出来的,像一座小山(图4-2所指1处);再看看前面,指甲上面的第一关节也是突出的(图4-2所指2处)。手掌关节就像我们的腰,第一关节就像我们的脚,一起支撑着我们的身体,是我们弹琴的关

键。让右手保持着这个样子,轻轻离开左手放到钢琴上。你的“小山”还在吗?你的第一关节是不是出来的?(图4-3)记得肩膀要放松,肘关节自然下垂,手腕要放平。然后,照着同样的动作,换一下手,看看你是不是还能把左手做好。接下来可以试着不再抱拳头,直接把手放上去。慢慢地,你的手指会越来越听话。然后,你可以试着两只手一起放上去,摆好姿势,对着老师的图看看,你的手是不是也很漂亮呢?

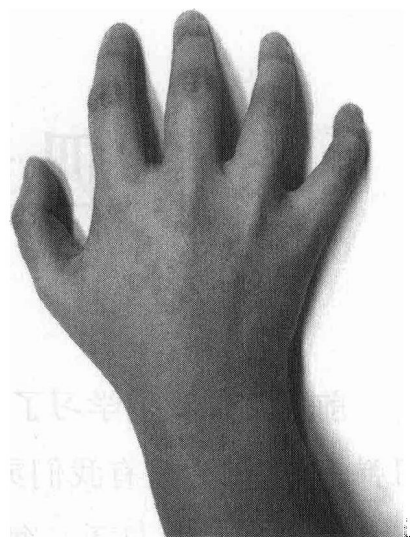


图4-3

提示家长:

首先,孩子弹琴要有一个正确的坐姿。孩子们的年龄、身高各有不同,但是都以动作自然、放松为宜。手指按图2要求轻轻放在键盘上,手腕与小臂基本持平,小臂与大臂约成120度角。如果孩子年龄小,脚下可垫一个小凳。但无论孩子身材高矮,脚下一定要有“根”,因为脚是整个身体的支撑点。

