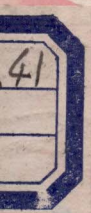


每日十二首

钢琴技术练习

第一册

人民音乐出版社



埃德纳·梅·伯楠编

每日十二首 钢琴技术练习

(第一册)

[美]埃德纳·梅·伯楠编

释文译者 樊建勤

人民音乐出版社

A DOZEN A DAY
TECHNICAL EXERCISES
FOR THE PIANO
(BOOK ONE)

本书根据美国威利斯音乐公司版影印

每日十二首
钢琴技术练习
(第一册)

[美]埃德纳·梅·伯楠编
释文译者 樊建勤

*

人民音乐出版社出版
(北京翠微路2号)

新华书店北京发行所发行
北京丰台区洛平印刷厂印刷

635×927毫米 8开 28面乐谱 4印张

1986年12月北京第1版 1986年12月北京第1次印刷

印数: 00,001—12,285册

书号: 8026·4525 定价: 1.20元

每 日 十 二 首

人们在每天早上工作之前进行体育锻炼。

同样，我们在开始练琴之前，必需进行手指练习。

本书的目的在于帮助弹奏者锻炼健壮有力的手和训练独立灵活的手指。

当第一周练习本书时，不要试图将第一组十二首练习全部弹完。每天练琴前，先弹二至三首。待练熟后，再逐首增加，直至能正确地弹奏十二首为止。

当你能熟练地、正确地弹奏第一组十二首时，再以同样的方法弹奏其他各组。

应鼓励弹奏者将这些练习中的很多首在不同的调上进行移调练习。

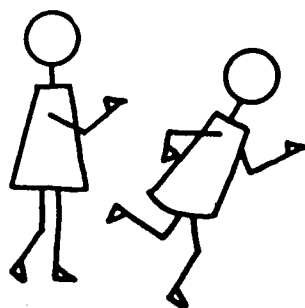
埃德纳·梅·伯楠

目 次

第 一 组	1
第 二 组	5
第 三 组	10
第 四 组	15
第 五 组	21

第一组

1. 走路和跑步

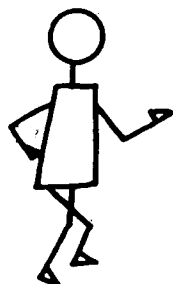


第一遍—连奏（平滑连贯的）

第二遍—断奏（机灵分开的）



2. 蹦蹦跳跳



连奏—断奏



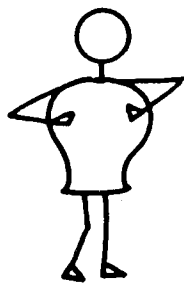
3. 单脚跳



断奏



4. 深呼吸



5. 下蹲



6. 伸展



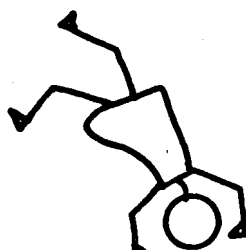
7. 举右腿



8. 举左腿



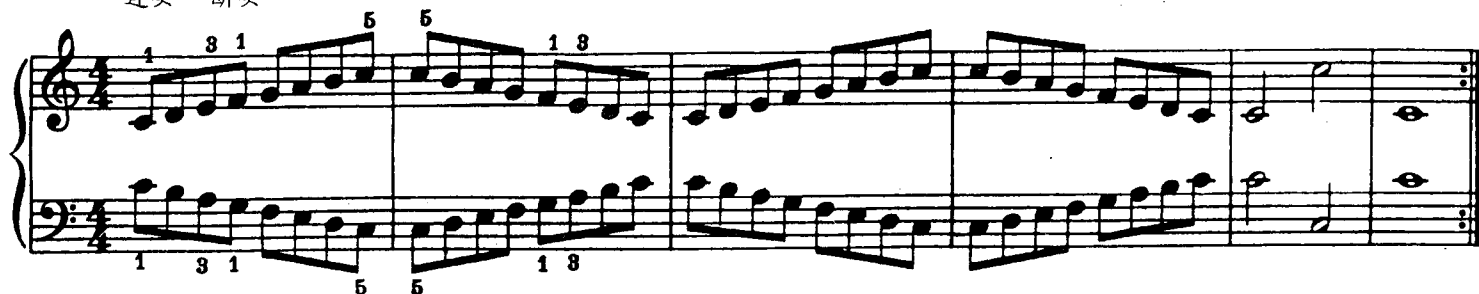
9. 侧滚翻



10. 劈 叉



连奏—断奏



11. 倒 立



连奏—断奏



12. 精神抖擞，准备弹奏



连奏—断奏



第二组

5

1. 做早操



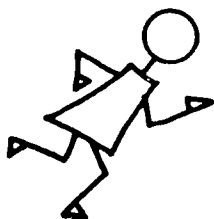
2. 散步



连奏—断奏



3. 跑步



连奏—断奏



4. 抬腿走



连奏—断奏



5. 跳跃



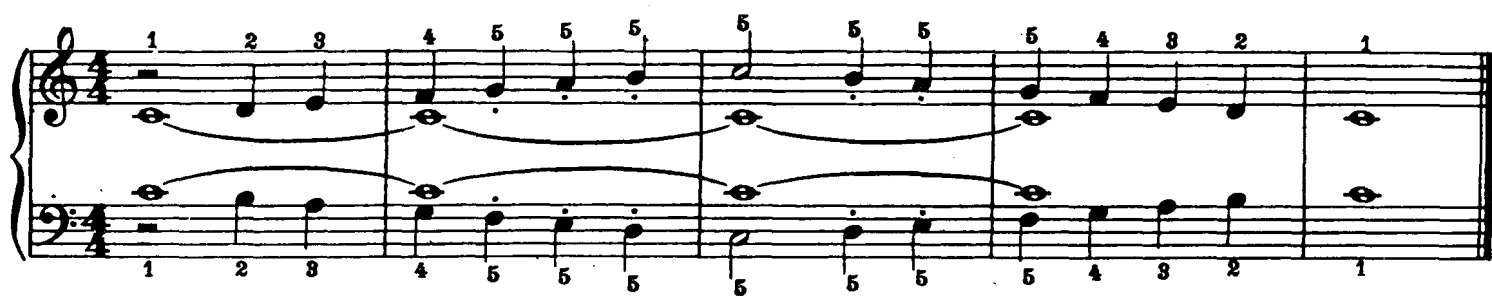
6. 踢右腿



7. 踢左腿



8. 劈叉



9. 躺下抬腿



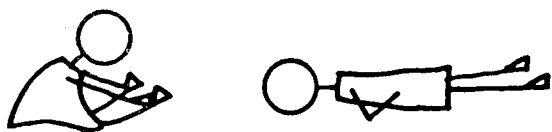
连奏—断奏
右腿

右腿

双腿



10. 仰卧起坐



连奏—断奏

11. 难耍的把戏

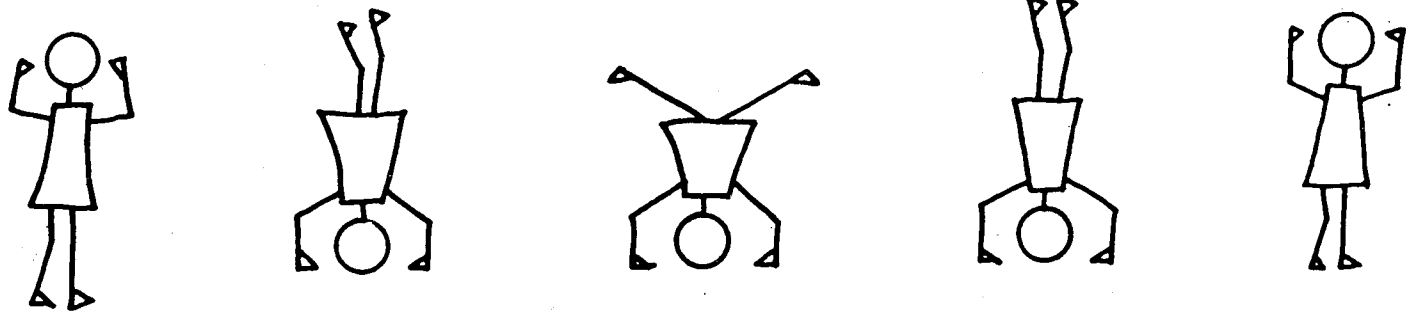
首先练这部分

连奏—断奏

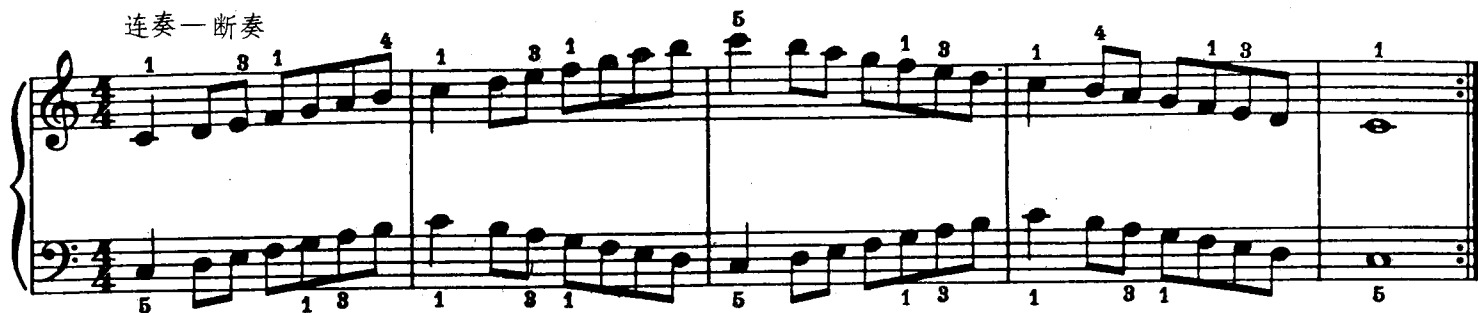
然后练这部分

连奏—断奏

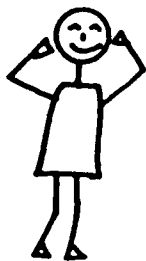
现在整首连起来弹奏



连奏—断奏

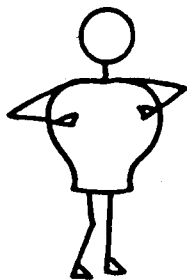


12. 精神抖擞，准备弹奏



第三组

1. 深呼吸



2. 打滚儿



连奏—断奏



3. 攀 高



连奏—断奏



4. 踮脚跑



5. 婴儿学步



6. 巨人走路



7. 跳 绳

