

适合2-5级
学生使用



上海音乐学院出版社
SHANGHAI CONSERVATORY OF MUSIC PRESS



钢琴音阶练习

趣味

Pleasant

Scale Exercises of Piano

姚方正

上海音乐学院出版社
SHANGHAI CONSERVATORY OF MUSIC PRESS

姚方正

趣味钢琴音阶练习

Pleasant
Scale Exercises of Piano

图书在版编目(CIP)数据

趣味钢琴音阶练习/姚方正著. —上海:上海音乐学院出版社,2006.5

ISBN 7-80692-211-3

I. 趣… II. 姚… III. 钢琴-音阶-练习曲 IV. J647.411

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 036763 号

书 名: 趣味钢琴音阶练习

作 者: 姚方正

责任编辑: 夏 楠

插 图: 孙洁涵

封面设计: Tony

出版发行: 上海音乐学院出版社

地 址: 上海市汾阳路 20 号

排 版: 艺达工作室

印 刷: 江苏省通州市印刷总厂有限公司

开 本: 890 × 1240 1/16

印 张: 4.5

字 数: 谱文 70 页

版 次: 2006 年 5 月第 1 版 2006 年 5 月第 1 次印刷

印 数: 3,100 册

书 号: ISBN 7-80692-211-3/J·204

定 价: 20.00 元

序

音阶，尤其是大、小调音阶，是每个学习钢琴者不可绕过或超越的必修课题。在音阶这一“课题”中，包含着许多子课题。第一，构成。在通常教科书中，“大调”被表述为“大-大-小-大-大-大-小”（指邻音之间为大二度或小二度）或“2-2-1-2-2-2-1”（指音距间的半音数）；“和声小调”则为“大-小-大-大-小-增-小”，不但复杂，而且拗口，容易出错。第二，音位。每个音阶在不同音位上的构成形成键盘上的不同位置，在白键与白键、白键与黑键、黑键与黑键、黑键与白键之间，不仅高低深浅不同，而且左右远近也不同。第三，转指。大指与3指，大指与4指之间的距离随时变化，大指的向上或向下转弯负担着整个手位对键盘的适应重任。正因为上述三项，把音阶弹得准确、均匀、清晰、整齐，既是每个习琴者的首要的技术基本功之一，又相当不易，需要长时间、相当枯燥的练习。

正因为音阶练习的枯燥与困难，往往使琴童勉强应付。姚方正先生在长期教琴童习琴的教学过程中，萌生、累积了一套非常有意义的音阶转指难点练习。它虽只是薄薄的包括32课的小册子，但体现了丰富的内涵。

首先，24个大、小调的难点部分均被强调出来进行专门的练习，并且寓教于乐，使学生在练习中倍觉兴趣。如，重复练习两个手指的练习是寓于“蜜蜂嗡嗡叫”的形象之中，和声小调的增二度音程被赋予富有民族特性的“雉舞”和“抖空竹”形象，转指困难也在“木偶行进”、“阿凡提的小毛驴”等富有童趣的内容中被化解。弱起节奏成为“蔓陀萝”情趣洋溢的节奏成分，切分在“节日”的欢腾氛围中成为律动的必然。

其次，姚方正先生把音阶的枯燥练习放在古今中外不同时空之中，让琴童在练习音阶过程中同时了解了圣彼得堡涅瓦河畔的美景，意大利贡多拉的风情，外高加索厄尔布鲁士山峰，陪伴着太阳落山，放学回家，豪猪鸣叫，阿细跳月，可谓童趣十足。尤其在此集中，纳入了富有21世纪城市文化特征、现代意向的内容，如“数码王国”、“航天塔”、“磁力杰克”，体现环保意识的“城市绿地”，这些都富有时代特征。

再次，集子的32首小曲编排有序，目标明确，并配以适当的和声背景或伴奏，以集子的24个大小调的和弦的“礼花”作结，使每个适用本集进行练习的学生从中获得全面有效的训练。

总之，这是一本集中解决音阶练习难点的寓教于乐、富有情趣的好教材。我相信诸位琴童可从中获益匪浅。

姚方正是我五十年的老同学，老朋友，老搭档。1956年9月刚满十一周岁时，我们同进上音附中初一，人称我为“大头”、他为“小头”。其实经过发育，方正脑容量已比我大得多。在他开创《音乐爱好者》杂志并任首任编辑时，我是那里的常客，他为我所开的专栏逼出了我后来的音乐随笔。去年《时空重组》一书的出版更耗费了方正巨大的心力、精力、体力。在我们长达五十年友谊的过程中，我时时为他焕发闪光的睿智所振奋。如今，他的这番睿智以这本童趣盎然的小曲集之形式体现凝聚，我由衷感到高兴。作为对他工作的支持，我也凑热闹提个小建议。

方正已在降E大调中发现此调反向进行的两手指法是完全相同的。因此《小脚踏车》一曲也可用以下方式演奏，以达到两手完全相同指法的目的。

于光远

丙戌春分
于上海音乐学院附中

前言

有经验的钢琴教师都懂得练好音阶对于钢琴学生优化手指、熟悉键盘、提高演奏能力的不容置疑的意义。

这本钢琴小曲集（第1—第27首）的每一条都是专门为着某一个调的“音阶”而设计的。它们兼有着熟悉该调的1.调式音（是升、是降、还是本位音？）2.左右手各自的用指（是3指还是4指、拇指在哪个音上转？）以及3.指距感（如D大调左手的E—#F，d小调右手的♭B—#C）和特殊的指序（如e小调左手的♭c—♭d）的功用。同时它还兼有第4种——手（弱）指锻炼的作用。但是这一切的技术目的在这本小曲集中全部隐藏在旋律和音乐性格中，学生可以愉快地带着兴趣，而不是带着枯燥的理性认识来做这些练习和熟悉一个调。或者反过来说，一个具备了熟悉该调音阶的学生（无论他的程度如何）完全拥有高质量地“享受”自己劳动成果的理由，并在享受中继续强化自己的能力。

为了让这些片断尽美地达到预期的效果，作者设计了有趣的标题和有感觉的伴奏，同时一一标出了左右手的指法和每条的技术难点——训练目的所在。因着不同调上面临的共同课题，这些片断可以被（保留指法）“移”到相关指定的调上使用，这样既可减少熟悉曲谱、指法的时间、增强效果，又可加强学生移调的即兴弹奏能力（包括减少对于乐谱的心理依赖）。作这样的移调指导，相信对大多数教师来说不会是一件太难的事。

在曲集后半，第28—第32首是为了弹奏琶音而设计的，包含了5—4—2的指法、递进中的换指和快速穿越手指等基本的技术。

在此谨祝孩子们开心和进步（进步更是一种开心的理由）。



姚方正

2005年4月

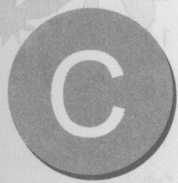
目录

序 (赵晓生)

前言

1. 两只蜜蜂 Two Bees	(C大调)	(2)
2. 傩舞 Exorcising Dance	(a小调)	(4)
3. 回忆Memory	(G大调)	(6)
4. 去, 还是不去 Go, or Not	(e小调)	(8)
5. 数码王国Digital Kingdom	(D大调)	(14)
6. 阿凡提的小毛驴Afanti's Donkey	(b小调)	(16)
7. 涅瓦河畔 Bank of Neva River	(b小调)	(19)
8. 厄尔布鲁士山 Gora El'brus	(A大调)	(26)
9. 草地里有一条河 River in Meadow	(#f小调)	(28)
10. 航天塔 Launch pad	(E大调)	(32)
11. 奇怪的仪仗队 Guard of Honor	(#c小调)	(34)
12. 欢乐的风车 Frisk Windmill	(B大调)	(38)
13. 古老的街巷 Old Alley	(#g小调)	(40)
14. 放学回家 After School	(#F大调)	(47)
15. 太阳落山 Sunset	(#d小调)	(48)
16. 海港之夜 Harbor at Night	(be小调)	(50)
17. 城市绿地 City Green	(bD大调)	(42)
18. 贡多拉之歌Gondola	(bb小调)	(44)
19. 花开时节 Blossom	(bA大调)	(46)
20. 门口有座木楼梯Wood Stair	(f小调)	(36)
21. 小脚踏车 Toy Bike	(bE大调)	(18)
22. 蚂蚁搬家 Migrating Ants	(c小调)	(30)
23. 磁力杰克 Magnetic Jack	(bB大调)	(20)
24. 抖空竹Diabolo	(bB大调)	(22)
25. 曼陀萝Jimson Weed	(g小调)	(24)
26. 节日Festival	(F大调)	(10)
27. 木偶行进Puppets' March	(d小调)	(12)
28. 音诗Poem	(三和弦、六四和弦)	(52)
29. 小豪猪Porcupine	(三和弦强化)	(54)
30. 水晶球灯Crystal Ball	(六和弦)	(56)
31. 阿细跳月Dance under Moonlight	(三和弦移指)	(58)
32. 礼花Fireworks	(全部大小和弦)	(60)

后记



两只蜜蜂

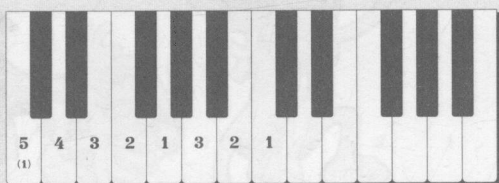
Two Bees

连绵地 $\text{♩} = 80$

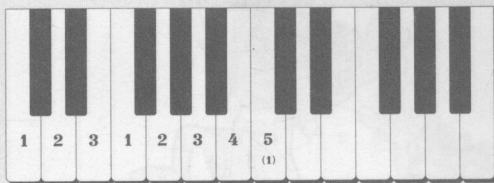
First system of musical notation for 'Two Bees'. It consists of three staves: a treble clef staff with a melody line, a grand staff (treble and bass clefs) for accompaniment, and a separate bass clef staff. The melody line includes fingerings: 2 3 2 1, 3 2 3 2 3 2 3 1, 2 3 2 1, 3 2 3 2 3 2 3 1, 2 3 2 1. The grand staff accompaniment includes fingerings: 1 3 1 2, 3 4 3 4 3 4 3 2, 1 3 1 2, 3 4 3 4 3 4 3 2, 1 3 1 2, 3 4 3 4 3 4 3 2, 1 3 1 2.

Second system of musical notation for 'Two Bees'. It consists of three staves: a treble clef staff with a melody line, a grand staff (treble and bass clefs) for accompaniment, and a separate bass clef staff. The melody line includes fingerings: 3 2 3 2 3 2 1 4 3 4 1 2 3, 1 2 1 3, 1 3 1 3 1 3 2 1 4 1 2 3. The grand staff accompaniment includes fingerings: 3 4 3 4 3 4 1 2, 3 2 1 4, 3, 2 1 2 3, 2 3 2 3 2 3, 3 4 1 2 1 4 3.

左手



右手



练习提示

▶ 弹奏音阶之不顺，一在于指序（特别是1-4指的互换）不习惯；二在于弱指（特别是4-3、4-5指）交替的不利索。这首无升降音的小曲正是针对着这两个方面设计的。两只蜜蜂第一句（围绕mi）练习左手，第二句（围绕fa）练习右手，可以先单手练，然后按谱合。

找到弱起和三拍子的感觉，就不容易乱。





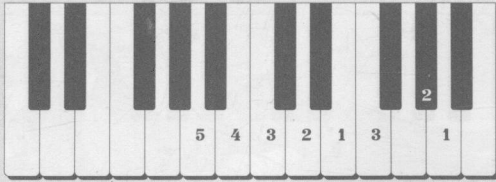
雉舞

Exorcising Dance

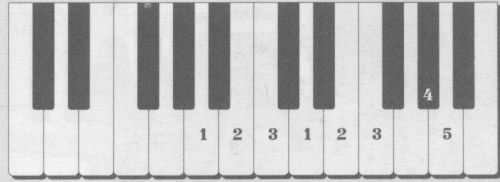
a

遒劲地 $\text{♩} = 104$

左手

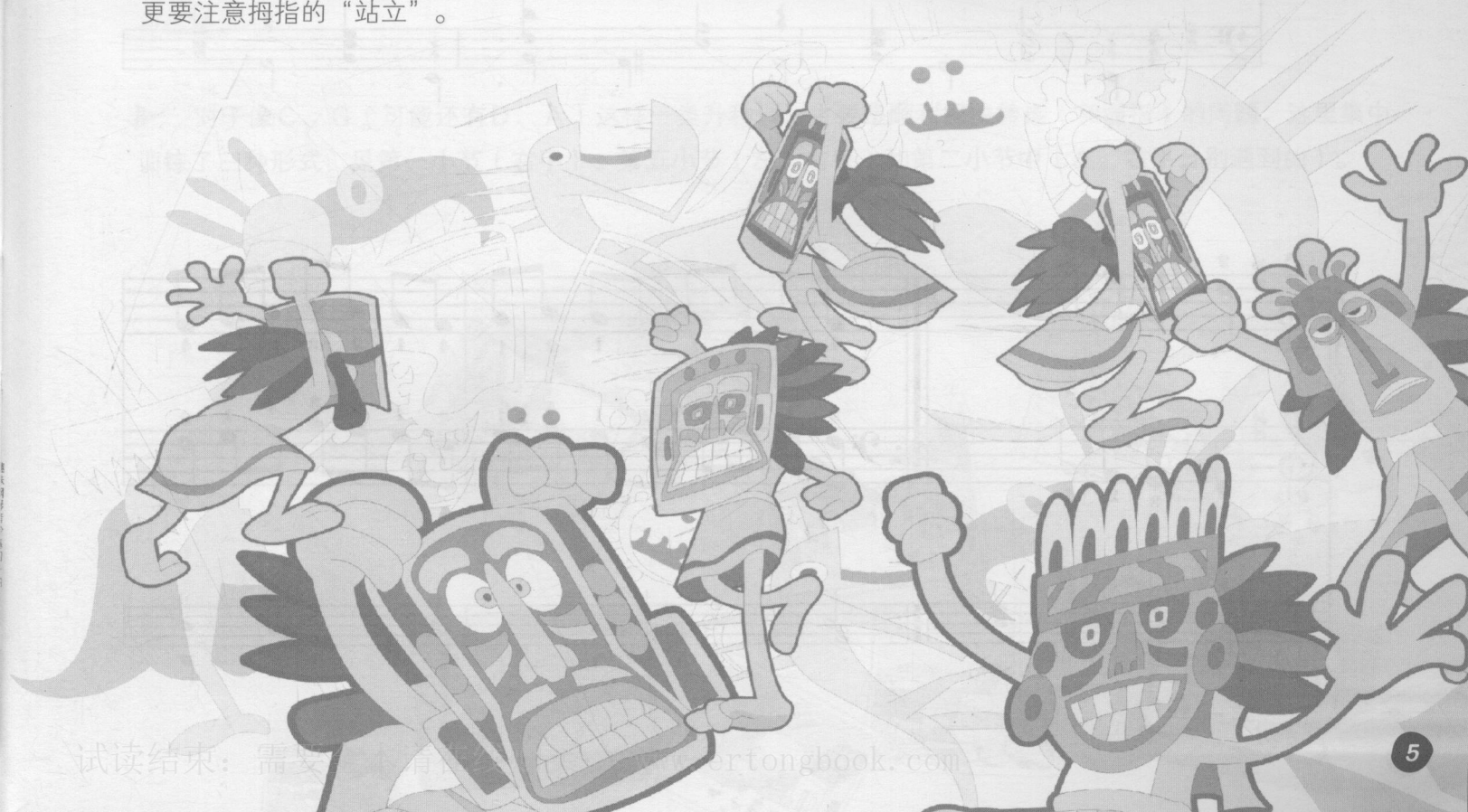


右手



练习提示

► 傩（音Nu o）舞是流传于我国江西、湖南、湖北、贵州、安徽、山东等地区民间的仪式性的假面舞。湖南音调原有的升七音和自然倾向于五级音构成的大三度，对于左手拇指是绝好的转指练习，由于跨度大，更要注意拇指的“站立”。





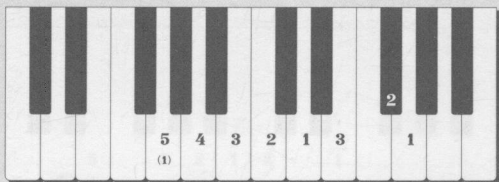
回忆

Memory

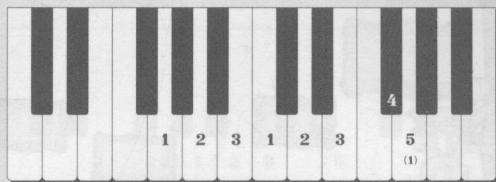
G

叙述地 $\text{♩} = 80$

左手



右手

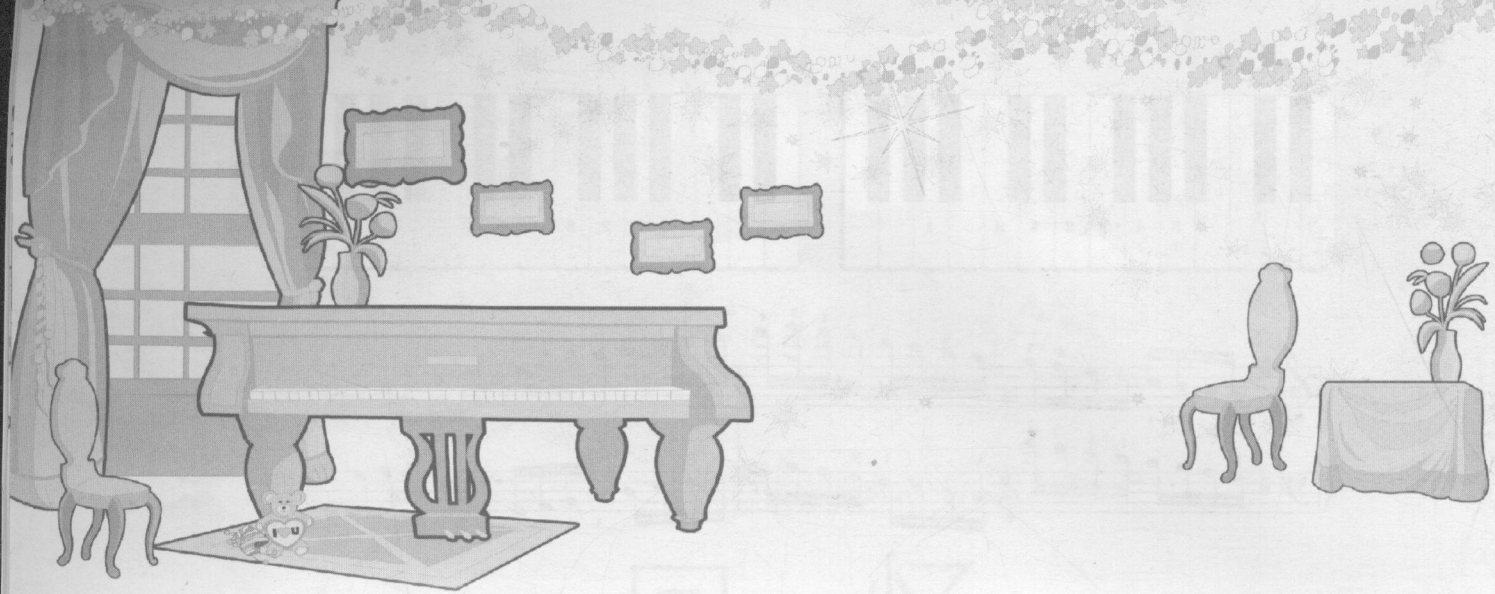


练习提示

▶ 这赏心悦目的情景这么熟悉，我在哪儿见到过？翻开一页页的回忆，细细求索。很多人都有过这样的心灵体验。

▶ 对于像C、G（可能还有D、A）这样一类升种调，主要是顺利解决转指（和弱指）的问题，这里集中训练了三种形式：见第一小节（右手）、第五小节（左、右手）和第二小节中（左、右手分别遇到的）。





e

去，还是不去？

Go, or Not

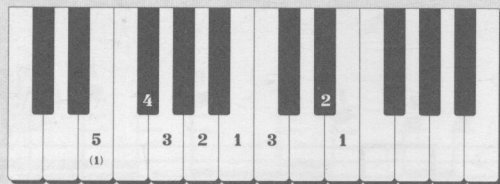
口齿清晰 ♩=88

可移调到a

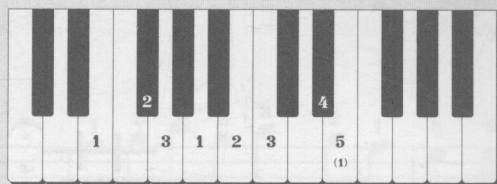
Musical score for the first system, featuring treble, alto, and bass staves. The key signature is one sharp (F#) and the time signature is 2/4. Fingerings are indicated by numbers 1-4. Circled numbers 1 and 4 indicate specific notes or measures.

Musical score for the second system, featuring treble, alto, and bass staves. The key signature is one sharp (F#) and the time signature is 2/4. Fingerings are indicated by numbers 1-5. The system concludes with a double bar line and repeat sign.

左手

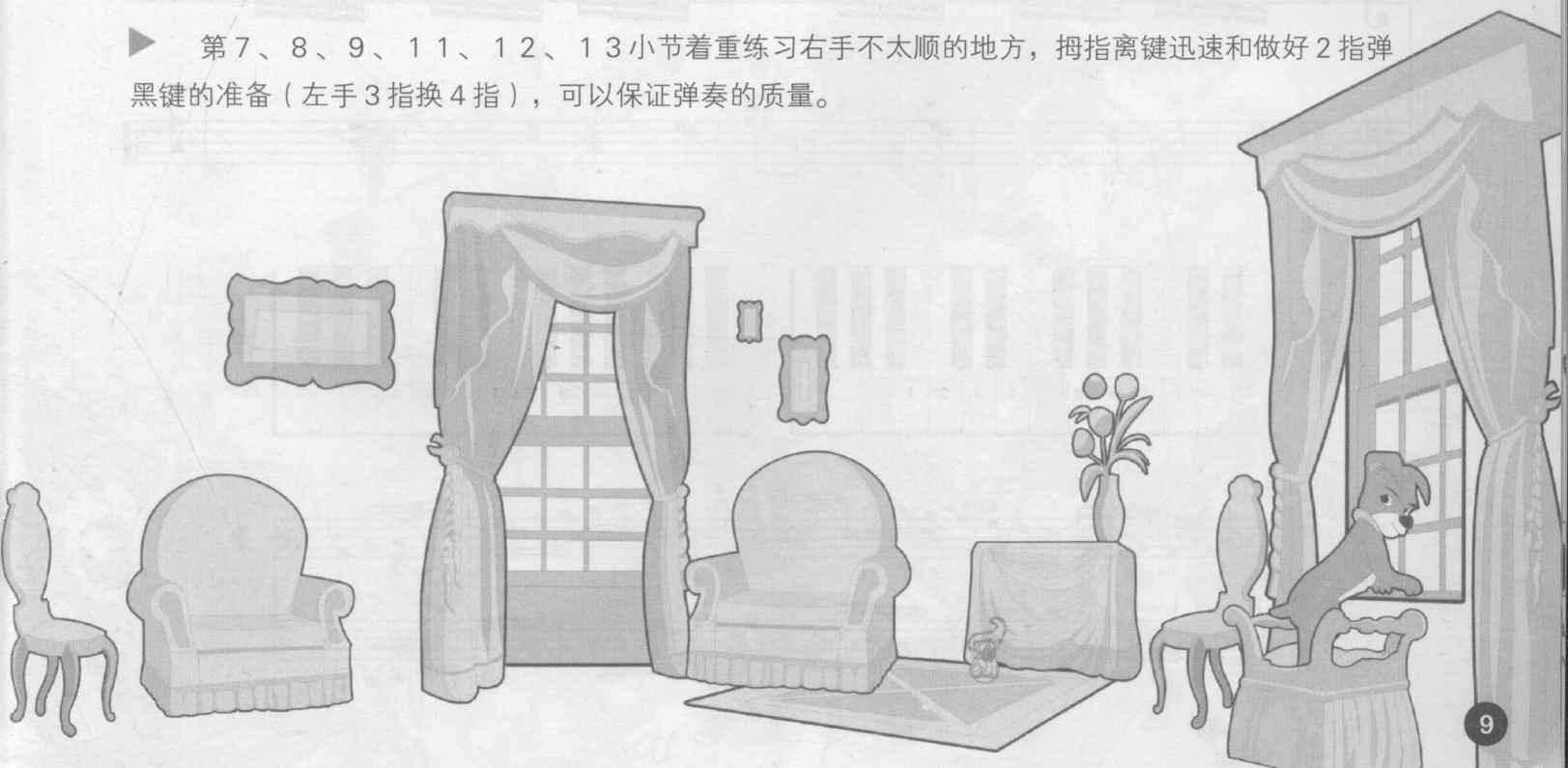


右手



练习提示

- ▶ 和声小调第 6 - 7 音之间的增二度 a、e、b 调中都是 3 - 4 指（左手为 3 - 2 指）从白键到黑键的跨越。
- ▶ 第 7、8、9、11、12、13 小节着重练习右手不太顺的地方，拇指离键迅速和做好 2 指弹黑键的准备（左手 3 指换 4 指），可以保证弹奏的质量。





节日

Festival

欢快地 ♩=80

1 2 4 2 3 2 1 4 4 3 1 2 4 2 3 2 1 4 3 2 1 2

1 3 ① 3 2 3 1 2 2 3 1 3 1 3 2 3 1 2 3 4 5 4

4 1 2 1 4 1 2 1 4 1 2 3 4 4 4 1 2 1 4 1 2 1 4 1 2 3 4

2 1 3 1 2 1 3 1 2 1 3 2 1 1 2 1 3 1 2 1 3 1 2 1 3 2 1

左手

5 4 3 1 3 2 1

(1)

右手

1 2 3 1 2 3 4

(1)

1 3 1 4 1 1 1 1 3 1 4

5 1 3 1 3 1 3 1 4 1 3 1



d

木偶行进

Puppets' March

机械地 ♩=108

可移调到G

Musical notation for the first system of the piece. It consists of a grand staff with a treble clef and a bass clef. The music is in 2/4 time and features a key signature of one flat (B-flat). The notation includes various rhythmic patterns, such as eighth and sixteenth notes, and rests. Fingerings are indicated by numbers 1-4. A circled '1' above a note in the first measure of the second system indicates a first ending or a specific fingering instruction.

Musical notation for the second system of the piece. It continues the grand staff notation from the first system. The music features more complex rhythmic patterns, including triplets and sixteenth notes. Fingerings are clearly marked throughout. A circled '1' above a note in the second measure of the first system of this section indicates a first ending or a specific fingering instruction.