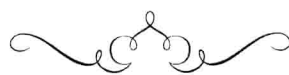


# 节奏哈农

*Rhythmic Hanon*

陈学元 编著





# 节奏哈农

*Rhythmic Hanon*



陈学元 编著

广西师范大学出版社

· 桂林 ·

### 图书在版编目(CIP)数据

节奏哈农 / 陈学元 编著. —桂林: 广西师范大学出版社,  
2014. 2

ISBN 978 - 7 - 5495 - 4864 - 4

I. ①节… II. ①陈… III. ①钢琴—指法 IV. ①J624. 16

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2013)第 296273 号

出 品 人: 刘广汉

责任编辑: 解华佳 朱 云

装帧设计: 储 平

插 画: 吴姗姗

广西师范大学出版社出版发行

( 广西桂林市中华路 22 号 邮政编码: 541001 )  
网址: <http://www.bbtpress.com>

出版人: 何林夏

全国新华书店经销

销售热线: 021 - 31260822 - 882/883

北京外文印务有限公司印刷

(北京市通州区马驹桥镇景盛南四街 15 号 邮政编码: 101102)

开本: 640mm × 960mm 1/8

印张: 22 字数: 170 千字

2014 年 2 月第 1 版 2014 年 2 月第 1 次印刷

定价: 45.00 元

---

如发现印装质量问题,影响阅读,请与印刷单位联系调换。

# 前言

在钢琴艺术史上,有很多作曲家都写过训练手指基本功的练习,比如国内常用的施密特(Florent Schmitt)的《钢琴手指预备练习》(作品16)、法国钢琴教育家菲利普(Isidor Philipp)的《手指独立练习》、捷克钢琴教育家辟什那(Josef Pischna)的《钢琴初级手指练习60首》等。一些钢琴家也曾编写过这类练习,比如法国钢琴家阿尔弗莱德·柯尔托(Alfred Cortot)、玛格丽特·隆(Marguerite Long)等。国内也有专家为初学儿童编写了手指练习,如李斐岚编写的《儿童钢琴手指练习》(人民音乐出版社)。然而随着时间的变迁和历史的沉淀,几乎没有哪一部手指练习教材在针对钢琴初学者双手的手指独立性问题上堪比《哈农钢琴练指法》这套教程。它使用广泛,影响深远,在国外众多出版商的书目里仍然可以见到它的踪影,而其他相同类型的练习教材正渐渐褪去曾经的光辉色彩。

在国内,学习钢琴的琴童、家长或是老师无人不知夏尔—路易·哈农(Charles-Louis Hanon),他的名字几乎与《钢琴练指法》成了同义词。Hanon这个名字在法语里应念成“阿农”,因为H不发音。然而随着人们长时间的误念,也便成了习惯。这套作品原名为“The Virtuoso Pianist in 60 Exercises”,不论是业余初学者、高等师范院校学生,还是音乐学院钢琴专业的学生,甚至诸多著名的钢琴家,都常会以它来做练琴前或音乐会开场前的热身练习。这本书在国内问世已有几十年,市场上的版本五花八门,比如大音符版、精讲版、教学版,但在形式与内容上基本都以保持原作为主。然而就笔者个人而言,此套教程在拥有众多优点的同时稍稍有一点遗憾——节奏较为单一。

节奏是音乐的灵魂。在绝大多数乐曲里,它们是有规律地、严格地进行的。刚刚入门的孩子学习钢琴需要注意的问题中,音高、触键、节奏、手型、指法等等,缺一不可。而在国内钢琴教学中,节奏教学并未得到足够的重视。奥地利音乐评论家汉斯立克在《论音乐的美》一书中提出:“在自然界中没有旋律,也没有和声,唯有负载着这两种要素的第三种要素——节奏。”这说明节奏在音乐中的重要性。节奏是音乐进行的时间组织者,是音乐的生命,是构成音乐的第一要素,没有节奏就没有音乐。

笔者认为,节奏如果不准确,就如同说话用词不当,非常不规范与遗憾。有时候,笔者听孩子们在弹一些较为容易的曲子时,节奏部分也欠佳,比如,全音符弹得不足,四分音符弹得过长等等;进一步说,有些稍显复杂的节奏型,比如“前十六”或“后十六”、小附点等等,就弹得更离谱了。针对这一问题,笔者结合哈农的原作,特意编写了大量的节奏型组合的练习,供广大学习者使用。此练习和原著同样共有60首,分为初级、中级、高级三部分,各20首,但只涉及原作中的第一部分以及第二、第三部分的个别选曲练习;部分对手指训练要求很高的练习,本书暂未收录,读者可以使用原始乐谱作同步练习。

本书初级篇的20首只涉及八平<sup>①</sup>、小附点、“前十六”与“后十六”共4种节奏型,同时有些练习加入了跳音、重音、落提的训练;中级篇加入了移调(一升一降至三升三降的6个大调)及双手相隔六度、十度的练习;高级篇对原作进

① 八平:平均的八分音符。

行了拓展,加入了双手不同步音型的练习、大量“三对二”“四对三”的节奏练习、音符的保持练习、三度颤音练习,还有双手不同步的落提与跳音、和弦以及八度的练习等专门训练,具有一定的难度,适合8—10级的学生使用。

当然,节奏型的组合可以是多种多样的,仅靠这一本书远远不可能涵括所有的种类,老师可以根据学生的不同情况给学生们做更多的补充练习。此外,在日常练习时,教师可以采用两种不同的训练方法,一种纯粹练习手指的独立性、颗粒性和支撑力,需要用 *f* 的力度;另一种是培养练习者更高一个层次的,如柔和性、歌唱性、连贯性的,可以用 *p* 的力度,并带有渐强、渐弱等富有表情的处理。

原作里的练习速度要求在♩=60,并逐渐加快,即一秒弹四个十六分音符。这对于初学者来说是偏快的,并且很难达到训练手指的理想功效。笔者建议,教师可以让学生从慢至快分3种速度练习,比如♩=60,♩=60,♩=60。这样,既可以在慢练中扎实掌握该练习涉及的基本功,又可以在熟练后用正常速度或快速弹奏,以方便之后学习不同乐曲中相似的节奏型和音型。

此外,每首练习附有一个标题,可以让初学者有想象的空间;练习前附有音符时值对照表及常用节奏型解析图,可供家长、教师和学生参阅。由于笔者才疏学浅,书中定有失误和不当之处,望同行朋友给予指正与谅解。希望本书可以给初学者在训练手指基本功的问题上带来一定的帮助。



2013年12月于上海



# 目 录

|          |   |
|----------|---|
| 前 言      | 1 |
| 音符时值对照表  | 1 |
| 常用节奏型解析图 | 2 |

## 初 级 篇

|              |    |
|--------------|----|
| 1. 昨日重现      | 4  |
| 2. 活泼的兔子     | 6  |
| 3. 附点与落提     | 8  |
| 4. 纯粹的附点     | 10 |
| 5. 加强弱指      | 12 |
| 6. 长腿运动员     | 14 |
| 7. 爬 山       | 16 |
| 8. 蜿蜒的山      | 18 |
| 9. 东方的印象     | 20 |
| 10. 淡与浓      | 22 |
| 11. 叠罗汉      | 24 |
| 12. 五度与六度的结合 | 26 |
| 13. 上台阶      | 28 |
| 14. 左顾右盼     | 30 |
| 15. 徘 徊      | 32 |
| 16. 请 求      | 34 |
| 17. 对称的建筑    | 36 |
| 18. 快来看      | 39 |
| 19. 聚精会神     | 42 |
| 20. 悄悄走      | 45 |

## 中 级 篇

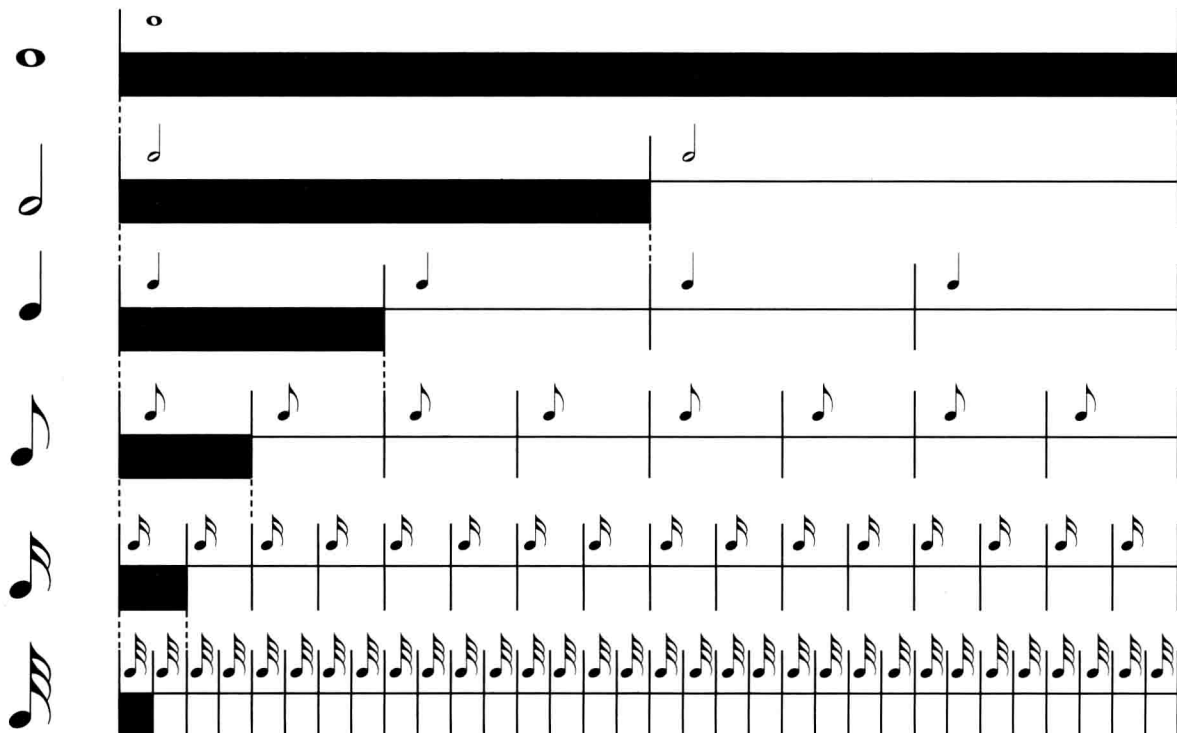
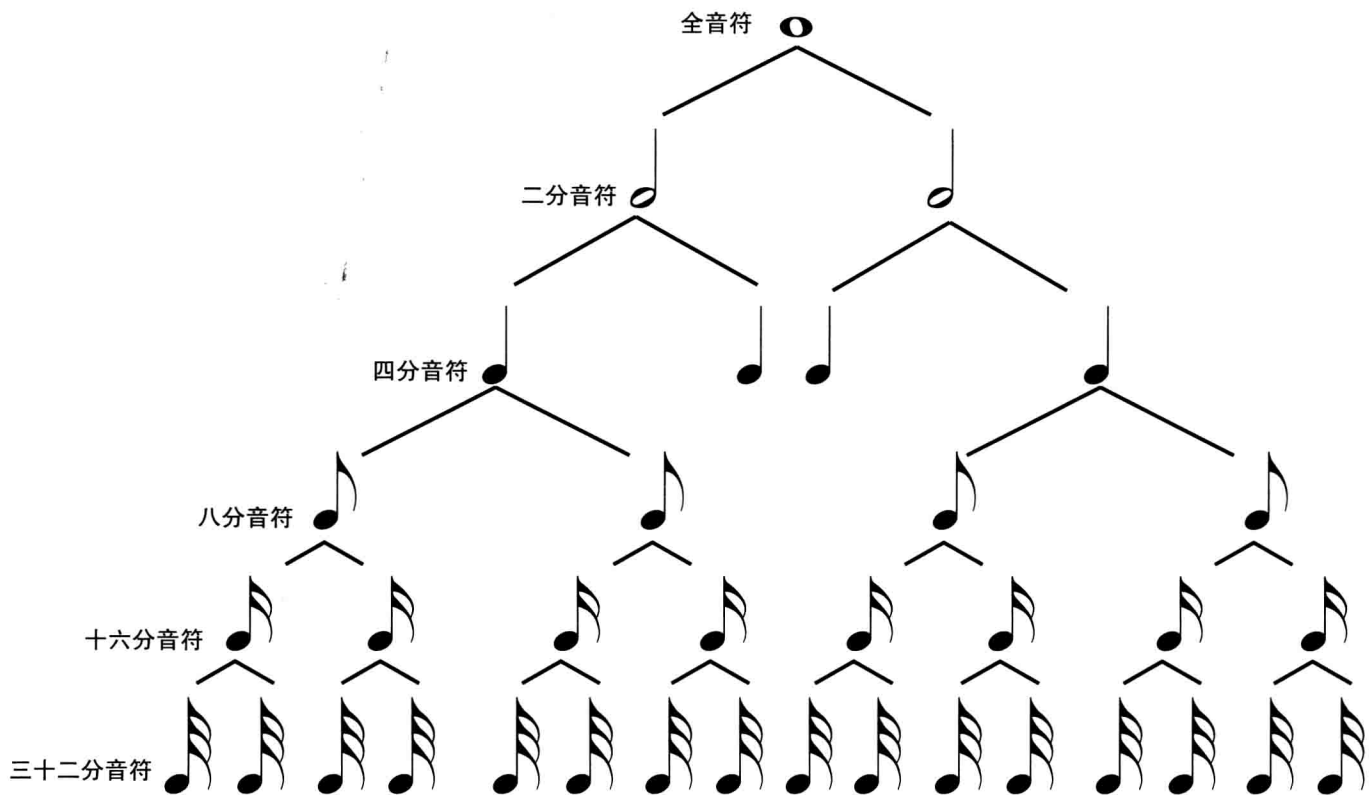
|           |    |
|-----------|----|
| 21. 得意的切分 | 48 |
| 22. 孜孜不倦  | 51 |
| 23. 弱指练习  | 54 |
| 24. 原地打转  | 57 |
| 25. 回 音   | 60 |
| 26. 跨大步   | 63 |

|                   |     |
|-------------------|-----|
| 27. 对 话 .....     | 66  |
| 28. 钢铁战士 .....    | 69  |
| 29. 两种花纹 .....    | 72  |
| 30. 照镜子的小姑娘 ..... | 75  |
| 31. 一个降号 .....    | 78  |
| 32. 两个降号 .....    | 81  |
| 33. 一个升号 .....    | 84  |
| 34. 两个升号 .....    | 88  |
| 35. 三个升号 .....    | 92  |
| 36. 三个降号 .....    | 96  |
| 37. 乌云密布 .....    | 99  |
| 38. 斜布纹 .....     | 103 |
| 39. 乡村音乐 .....    | 107 |
| 40. 摘葡萄 .....     | 110 |

## 高级篇

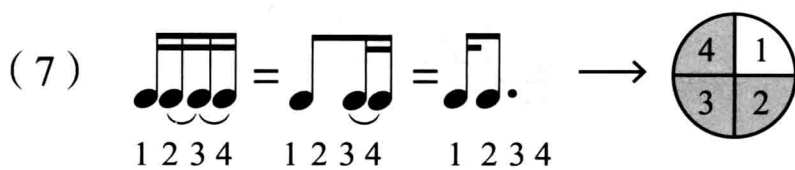
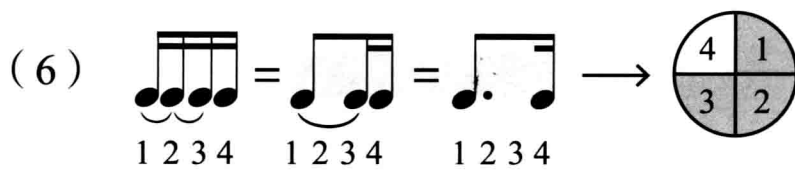
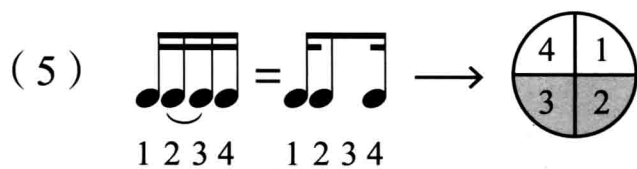
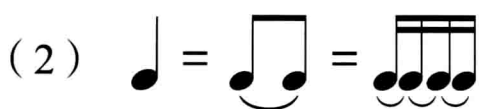
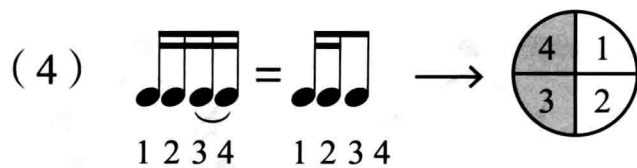
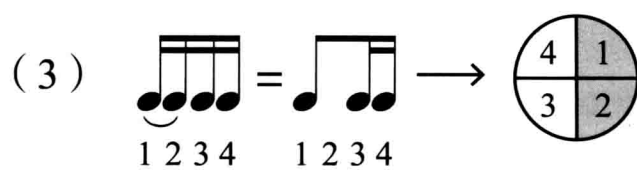
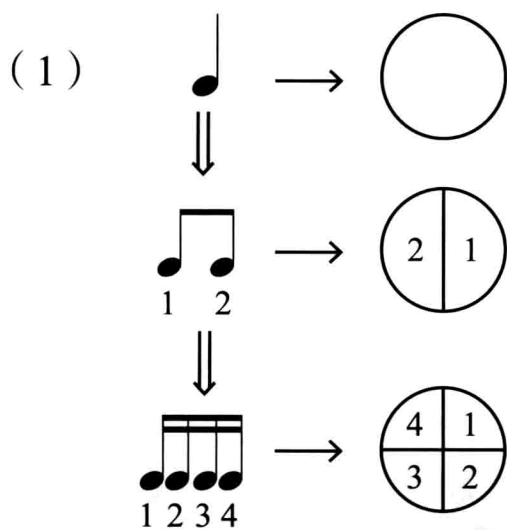
|                   |     |
|-------------------|-----|
| 41. 谨 慎 .....     | 113 |
| 42. 悄悄话 .....     | 116 |
| 43. 踢毽子 .....     | 119 |
| 44. 走两下、蹦两下 ..... | 122 |
| 45. 保持联系 .....    | 125 |
| 46. 左邻右舍 .....    | 128 |
| 47. 三度颤音 .....    | 132 |
| 48. 乒乓球 .....     | 135 |
| 49. 三对二的音阶 .....  | 138 |
| 50. 十二个音阶排队 ..... | 140 |
| 51. 上上下下 .....    | 142 |
| 52. 三度音的苦恼 .....  | 145 |
| 53. 魁梧的警察 .....   | 148 |
| 54. 胆小鬼 .....     | 151 |
| 55. 弹簧球 .....     | 154 |
| 56. 鸭子走路 .....    | 157 |
| 57. 三对四 .....     | 160 |
| 58. 卡 农 .....     | 163 |
| 59. 小心驾驶 .....    | 166 |
| 60. 动 感 .....     | 169 |

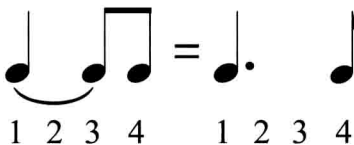
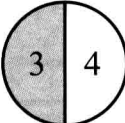
# 音符时值对照表

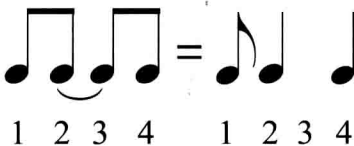
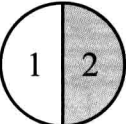
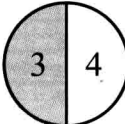


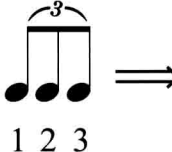
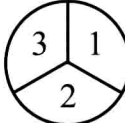


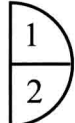
# 常用节奏型解析图

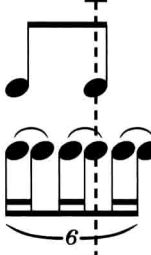
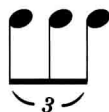
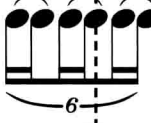


(8)   $\rightarrow$   + 

(9)   $\rightarrow$   + 

(10)   $\Rightarrow$    $\rightarrow$  

(11)   $\Rightarrow$    $\rightarrow$    
  

(12) M.D.  =   
M.S.   $\Rightarrow$  

(13)  = 

(14)  = 

(15)  = 

(16)  = 

注：“=”两者节奏完全相等。

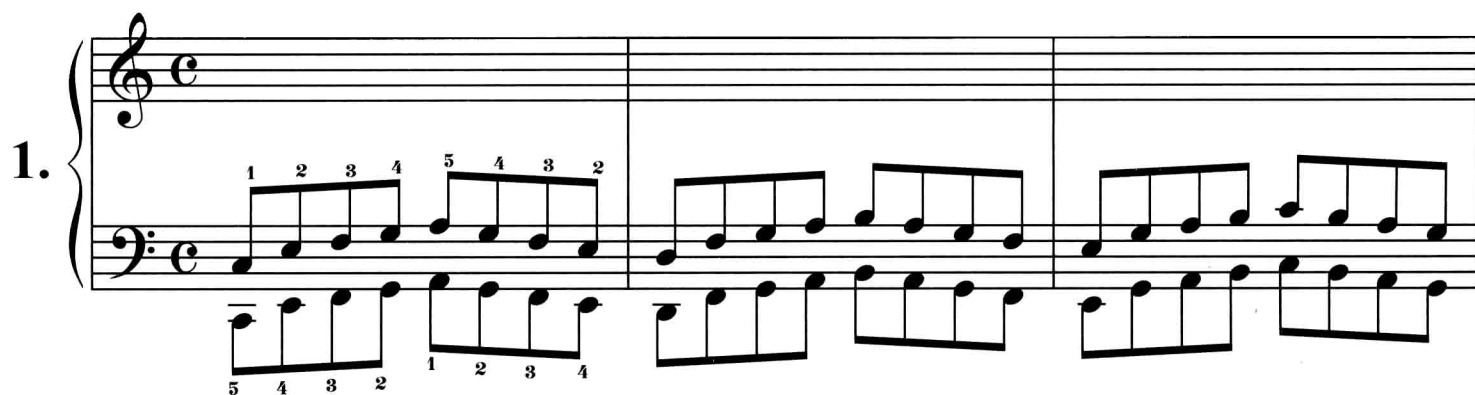
“ $\Rightarrow$ ”两者时值相等。

“ $\rightarrow$ ”图形解析。

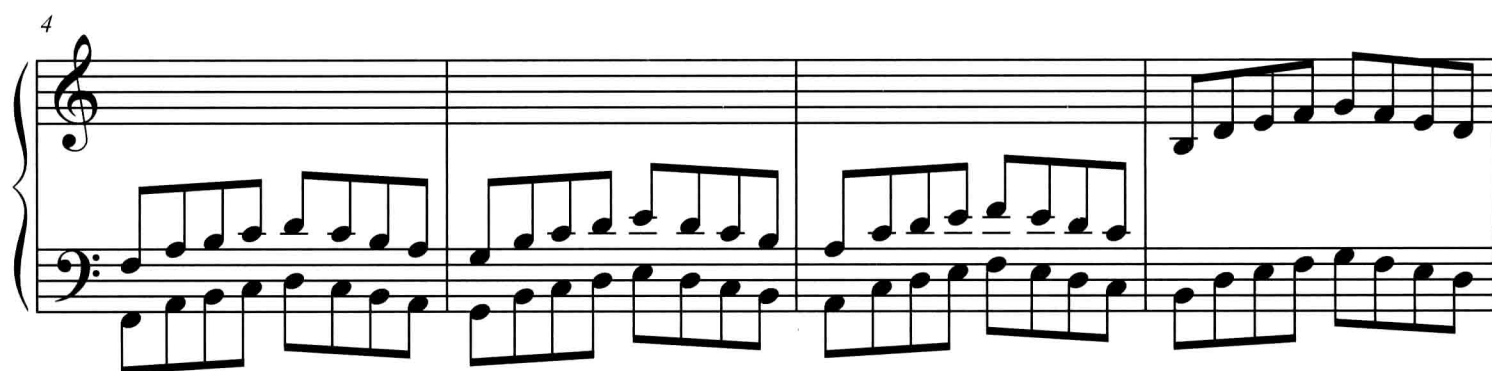
 初级篇

## 昨日重现

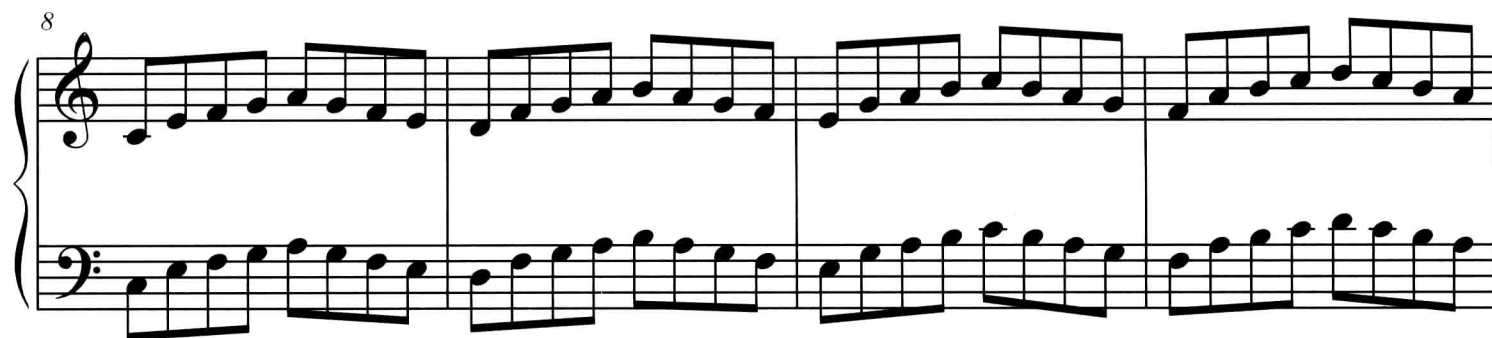
1.



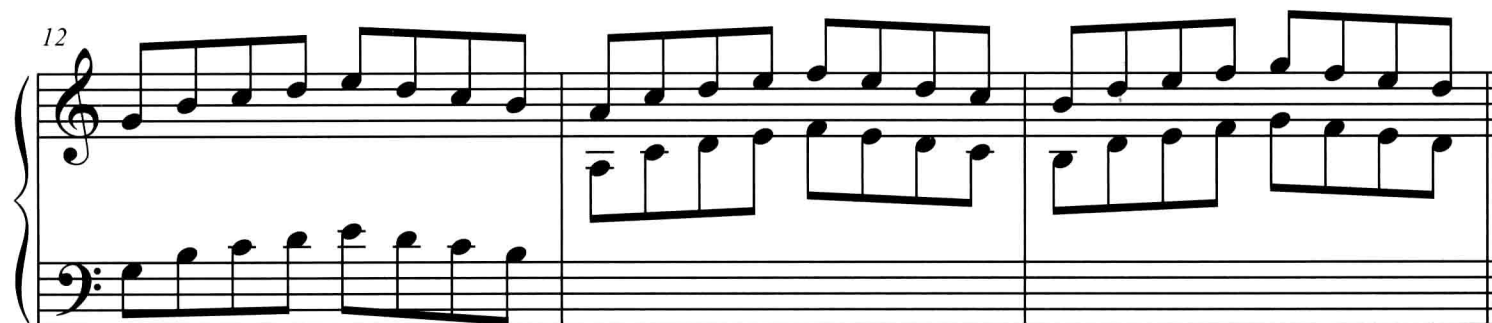
4

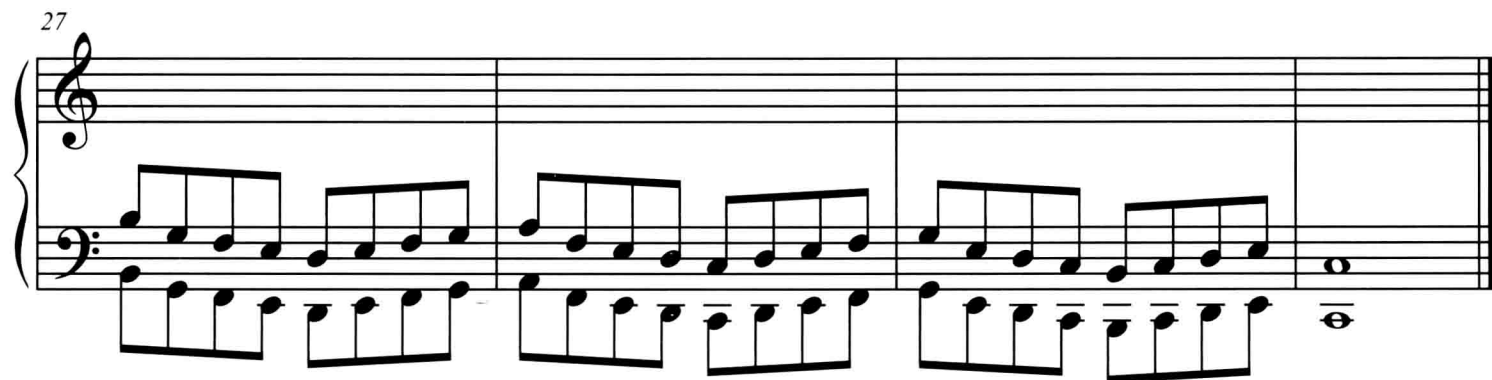
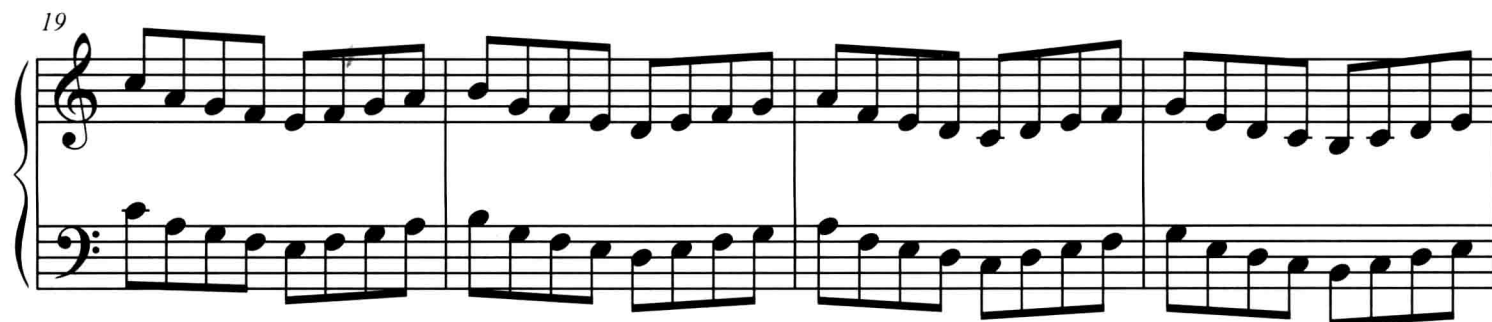
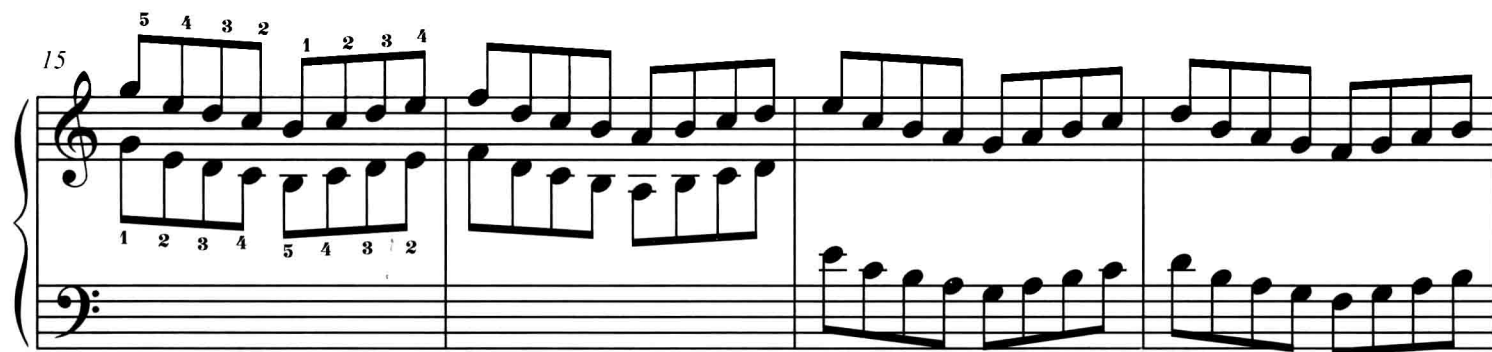


8



12





## 演奏指导

初学者在弹奏本练习时,务必慢练并使用节拍器(比如 ♩=60 )。“高抬指”与“快下键”是众多钢琴基础训练中所采用的一种最基本的弹奏方式,是为了让练习者的每个手指都学会正确地在琴键上“站稳行走”。家长在督促孩子练习时,需注意提醒孩子的手腕放松,并防止其手腕抖动得过于厉害。另外,在本书一开始就要特别强调的是,初学者在训练手指的同时,需特别注意把握好力度的均衡。此外,从小养成习惯倾听自己弹奏的声音也极有必要,这对以后弹奏歌唱性作品有着举足轻重的作用。

## 活泼的兔子

2.

Handwritten musical notation for measures 1-3. The piece is in C major, 2/4 time. The first staff (treble clef) contains a melody of eighth notes: C4, D4, E4, F4, G4, A4, B4, C5. The second staff (bass clef) contains a bass line of eighth notes: C3, D3, E3, F3, G3, A3, B3, C4. Fingering numbers are written above the first staff: 1, 2, 5, 4, 3, 2, 3, 4. Fingering numbers are written below the second staff: 5, 4, 1, 2, 3, 4, 3, 2.

4

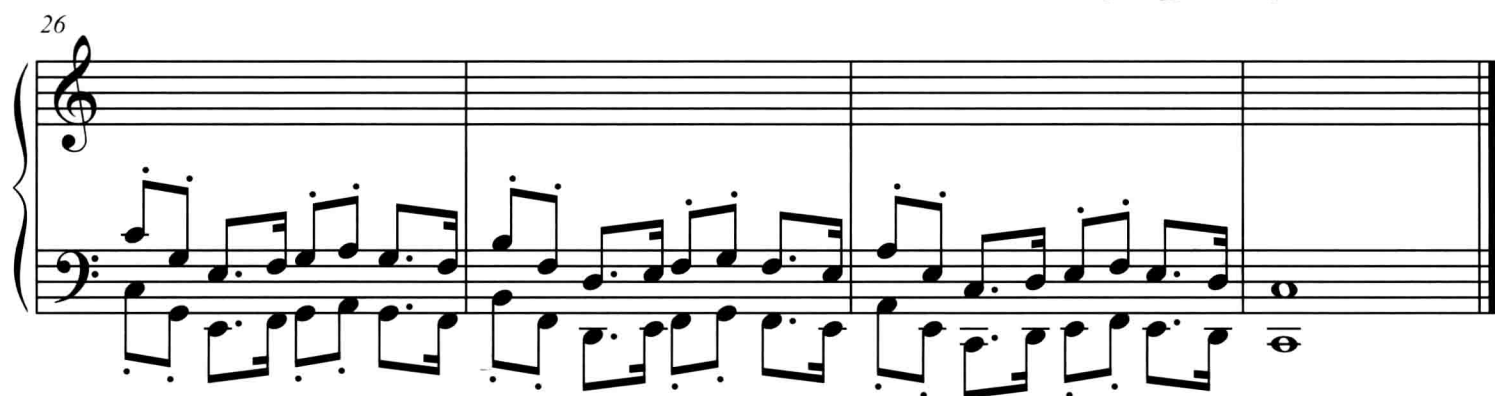
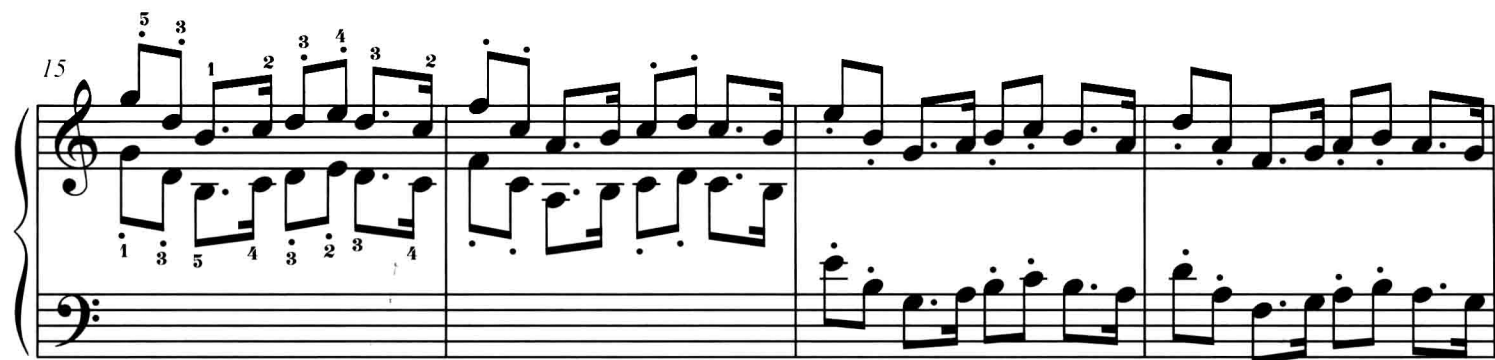
Handwritten musical notation for measures 4-7. The melody continues in the treble staff, and the bass line continues in the bass staff. The notation is consistent with the previous system.

8

Handwritten musical notation for measures 8-11. The melody continues in the treble staff, and the bass line continues in the bass staff. The notation is consistent with the previous system.

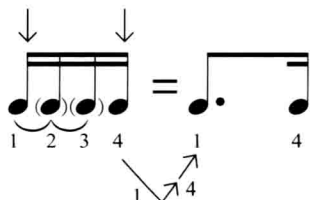
12

Handwritten musical notation for measures 12-14. The melody continues in the treble staff, and the bass line continues in the bass staff. The notation is consistent with the previous system.



### 演奏指导

这是一首八分音符跳音与小附点节奏结合的练习。跳音弹奏时不要拖泥带水,手指在碰到琴键后迅速反弹跳起,但同时也要注意手腕抬起时不要抽得过猛。弹奏小附点节奏时,建议使用节拍器,以确保节奏的准确性。家长在检查孩子的节奏准确性时,注意小附点音符的第二个音(即十六分音符)应在第二个八分音符的后半拍弹下。





## 附点与落提

3.

5 4 5 3 1 2 3 4

4

7

11

### 演奏指导

这首练习主要复习上一首的小附点,并对落提进行训练。弹奏落提音符的方法是,第一个音让手臂重量落下去,然后再提手。即第一个音稍微强调,随后连到第二个音。注意第二个音千万不要用高抬指的方法用力敲下去。第二个音要比第一个音轻柔一些,比标记时值稍短一点,音发出来,手腕自然提起,把手带离键盘。其关键就是弹第二个音的手指由手腕带起来,手指参与弹奏的主动性不强。



# 纯粹的附点

4.

4

7

11