



新世纪老年课堂系列教材

# 老年钢琴 实用教程

LAO NIAN GANG QIN  
SHI YONG JIAO CHENG

第 四 册

上海市老年教育教材编写委员会 组编

郭佩安 刘漪莲 编著

新世纪老年课堂系列教材

# 老年钢琴 实用教程

LAO NIAN GANG QIN  
SHI YONG JIAO CHENG

第 四 册

上海市老年教育教材编写委员会 组编

郭佩安 刘漪莲 编著

图书在版编目(CIP)数据

老年钢琴实用教程. 第4册 / 郭佩安, 刘漪莲编. —上海:

上海教育出版社, 2011.6

ISBN 978-7-5444-3480-5

I. ①老... II. ①郭... ②刘... III. ①钢琴—奏法—教材

IV. ①J624.1

中国版本图书馆CIP数据核字(2011)第107010号

责任编辑 李世钦

装帧设计 毛伟民

老年钢琴实用教程(第四册)

郭佩安 刘漪莲 编

---

出版发行 上海世纪出版股份有限公司  
上海教育出版社  
易文网 [www.ewen.cc](http://www.ewen.cc)

地 址 上海永福路 123 号

邮 编 200031

经 销 各地新华书店

印 刷 江苏启东人民印刷有限公司

开 本 890×1240 1/16 印张 5

版 次 2011 年 6 月第 1 版

印 次 2011 年 6 月第 1 次印刷

书 号 ISBN 978-7-5444-3480-5/J·0232

定 价 22.00 元

---

(如发现质量问题,读者可向工厂调换)

## 上海市老年教育教材编写委员会

名誉主任：李骏修

顾问：陈铁迪 郑令德

主任：俞恭庆

副主任：桂世勋 庄俭 李彦林 刘晓南 张文碧

胡慧芳 朱小红 孔全会

委员：王遐 夏振民 姚振裕 朱龙霞 徐刚

王跃平 刘政 庄惠元 李迪臣

## 上海市老年教育教材编写委员会办公室

主任：庄俭

副主任：张文碧 胡慧芳

成员：李炳伟 朱家凤 戴菊生 张士新 徐东

# 序

上海市老年教育协会会长 俞恭庆

上海是我国最早进入老龄化社会的城市之一。目前，全市60岁以上的老年人已占全市总人口的20.1%，也就是说，每五人中有一个是老年人，而且这一趋势还在不断增长。因此，关注老年人、改善和提高老年人的生活质量，应该成为全社会都必须高度重视的课题。

发展和加强老年教育，从不同渠道、不同层次、不同角度满足老年人不断增长的精神需求和文化需求，增加生活的乐趣和过好晚年生活的信心，已成为实现健康老龄化、积极老龄化的重要途径。二十多年来，上海市老年教育事业蓬勃发展，已初步形成了具有特色的老年教育的新格局。令人瞩目和欣喜的是，一批扎根于老年学校、老年大学，自编和改编的老年教育教材深受广大老年学员的喜爱。2005年，上海市老年教育工作小组办公室和上海市老年教育协会联合组织、评选出了10门特色课程，并对41门课程颁发了特色课程提名奖。如何使一批具有特色的老年教育教材得到推广，让更多老年学员共享，这是积极推进老年教育事业的一项重大课题，也是广大老年工作者的重要职责。

为了进一步落实上海市委、市政府在《关于推进学习型社会建设的指导意见》中提出的“鼓励社会各界开展老年教育、开发一批适合老年人需求的课程”的要求，积极为老年人创造学习条件，让老年人老有所教、老有所学、老有所为、老有所乐，切实从上海老年人的学习需求出发。在上海市教育委员会的领导下，在上海市老龄工作委员会办公室的大力支持下，上海市老年教育工作小组办公室和上海市老年教育协会联合组织编写了《新世纪老年课堂》系列教材。我们注重有关专家、老年教育工作者和出版单位的结合，从来自老年教育第一线、深受老年学员欢迎的课程和教材中遴选，力求使本系列教材贴近老年人实际、贴近老年人生活、贴近老年人需求。我们重视本系列教材内容的针对性、实用性和科学性，使其内容充实、通俗易懂、简便实用、价格低廉，成为老年人喜欢的丛书之一。

从2007年起，我们将在五年内分期分批组织编写具有特色的老年教育教材。首批编写的这些书，得到了静安区、徐汇区、杨浦区、宝山区老年教育工作小组办公室和上海大学、上海金融学院、静安区乐龄讲坛办公室、上海科普讲师团以及上海教育出版社的大力支持，在此表示感谢。我们殷切希望全社会更多的人关心《新世纪老年课堂》，使它成为关注老人、关怀老人、为老人做好事、办实事的一项工程。

愿它为推进上海终身教育事业做出又一贡献！

2008年1月

# 前 言

随着人们生活水平的不断提高，钢琴——这一乐器之王，出现在越来越多的家庭中，也使越来越多的老年人步入了高雅的艺术殿堂，他们要求编写一套适合老年人学习钢琴的实用教材。为了提高老年钢琴教育质量，我们根据多年的老年钢琴教学实践，按照老年人的特点和需求，尝试编写了这套《老年钢琴实用教程》。希望能为广大老年朋友自娱自乐、丰富业余生活、早日圆儿时的钢琴梦提供系统而全面的帮助。

我们常用的传统钢琴教材所具有的科学性和系统性是毋庸置疑的，但如果不结合老年人的生理、心理特点来选择教学内容和方法，会使老年学习者感到枯燥乏味、学习时间冗长，而逐渐减退学习的信心。本教程以传统教材为基础，融汇常用教材的优点，遵循好听易学的原则，在学习基本技巧的同时，选编了不少老年人熟悉和喜爱的乐曲，以利于增加学习兴趣，提高学习效率。

《老年钢琴实用教程》共分四册（每学年一册），从钢琴的基本知识、基本弹奏方法、基本节奏、五指练习开始，逐步加入各种简单音阶、和弦、短琶音、附点节奏练习，然后进入音域扩展练习、调性扩展练习、各种节奏类型的练习和各种技巧的综合练习。

本教程采用循序渐进的编排方法，每课内容包括乐理知识、手指练习或练习曲和乐曲；每一课都有明确的训练要点，有针对性的专项技术练习。我们在乐曲后注有提示说明，对难点、重点进行简单的分析，希望能帮助老年人了解更多的音乐知识，以加强对作品的理解。教程汇编了老年人所熟知和喜爱的乐曲，这些乐曲与传统教材中的练习曲具有相同的练习价值，使老年人能从初学阶段起就在熟悉旋律的陪伴下进行练习，真正体现“老有所学、老有所乐”。

本教材编写过程中参考了许多国内外钢琴教材，并得到了市老领导陈铁迪的关心和音乐家协会钢琴专业委员会陈庆峰教授的指导，在此表示诚挚的谢意！还要感谢所有在编写过程中给予我们支持和帮助的老师。

《老年钢琴实用教程》系第一次编写，如有不当之处，恳请各位提出宝贵意见。各位老师可以在教学实践中根据学员的具体情况，对教材内容进行适当增减。让我们一起携手，不断实践、不断完善这套教程。

编 者

2009年6月

# 目 录

<b>第一课 (复习)</b> .....	1
<b>一、练习曲</b> .....	1
<b>二、乐 曲</b> .....	5
1. 采蘑菇的小姑娘 .....	5
2. 天真烂漫 .....	7
3. 牧 歌 .....	8
<b>第二课</b> .....	10
<b>一、乐理知识</b> .....	10
半音阶 .....	10
<b>二、手指练习</b> .....	10
<b>三、练习曲</b> .....	11
<b>四、乐 曲</b> .....	14
1. 八音盒 .....	14
2. 献给爱丽丝 (片段) .....	16
3. 摇篮曲 .....	17
<b>第三课</b> .....	19
<b>一、乐理知识</b> .....	19
同音换指 .....	19

二、手指练习 .....	19
三、练习曲 .....	20
四、乐 曲 .....	22
1. 《威廉·退尔》序曲（选自歌剧《威廉·退尔》） .....	22
2. 雨 滴 .....	24
3. 如果幸福你就拍拍手 .....	25
4. 夕阳红 .....	26
<b>第四课</b> .....	27
一、乐理知识 .....	27
装饰音——颤音 .....	27
二、练习曲 .....	27
三、乐 曲 .....	30
1. 金婚式（片段） .....	30
2. 鳟 鱼 .....	31
<b>第五课（双手交叉弹奏）</b> .....	33
一、练习曲 .....	33
二、乐 曲 .....	38
1. 《C大调钢琴协奏曲》主题 .....	38
2. 早晨的祈祷 .....	39
<b>第六课</b> .....	41
一、乐理知识 .....	41
1. 踏板的使用 .....	41
2. 延音踏板标记 .....	41
二、踏板练习 .....	42



三、乐 曲 .....	43
1. 小步舞曲 .....	43
2. 《e 小调小提琴协奏曲》主题 .....	44
3. 友谊地久天长 .....	46

## 第七课 .....

一、乐理知识 .....	47
复调音乐 .....	47
二、练习曲 .....	47
三、乐 曲 .....	48
1. 箫 .....	48
2. 在那遥远的地方 .....	49
3. 二月里来 .....	49
4. 卡 农 .....	50
5. 浏阳河 .....	51

## 第八课（综合练习） .....

一、练习曲 .....	52
二、乐 曲 .....	56
1. 绿袖子 .....	56
2. 春之歌 .....	57
3. 路旁的玫瑰 .....	59
三、四手联弹 .....	62
1. 小步舞曲 .....	62
2. 公爵之歌 .....	64
3. 故乡的亲人 .....	66

<b>附录一（常用术语）</b> .....	68
一、力度术语 .....	68
二、速度术语 .....	68
三、表情术语 .....	69
<b>附录二（常用符号）</b> .....	70

# 第一课

( 复习 )

## 一、练习曲

Vivace

车尔尼 Op.599, NO.62

(1)

*p*

*sempre legato*



Allegro

(2)

The first system of the piece consists of two staves. The treble staff is in 4/4 time and contains a melodic line with fingerings 1, 3, 2, 1, 2. The bass staff contains a bass line with fingerings 2, 5, 2, 2. A dynamic marking of *p* is present. A slur covers the first two measures of the treble staff.

The second system continues the piece. The treble staff has fingerings 1, 3, 4, 3, 2. The bass staff has fingerings 2, 3. A slur covers the first two measures of the treble staff.

*8va*-----  
*ben legato*

The third system features a treble staff with fingerings 1, 1, 3, 2, 1, 3, 2. The bass staff has fingerings 1, 2, 3. A dynamic marking of *f* is present. A slur covers the first two measures of the treble staff.

*(8va)*-----

The fourth system features a treble staff with fingerings 1, 1, 4. The bass staff has fingerings 1, 3. A dynamic marking of *cresc.* is present in the first measure, and *f* is present in the second measure. A slur covers the first two measures of the treble staff.

8va-

First system of a piano score. The right hand (treble clef) features a melodic line with triplets and quintuplets. The left hand (bass clef) has a bass line with a long slur over two measures. Dynamics include *f*. Fingerings are indicated with numbers 1-5. A dashed line labeled "8va-" is above the right hand.

Second system of the piano score, continuing the melodic and bass lines from the first system.

Third system of the piano score. The right hand includes a quartet. The left hand features a series of chords. Dynamics include *p* and *cresc.*. Fingerings are indicated with numbers 4 and 5.

Fourth system of the piano score. The right hand includes a quartet. The left hand features a series of chords. Dynamics include *f*. Fingerings are indicated with numbers 1, 2, 3, 4, and 5.

## 二、乐曲

### 1. 采蘑菇的小姑娘

晓光词  
谷建芬曲

The musical score is written in G major (one sharp) and 4/4 time. It consists of five systems of piano accompaniment. Each system contains a treble staff and a bass staff. The melody is primarily in the treble staff, while the bass line provides harmonic support in the bass staff. Fingerings are indicated by numbers 1-5 above or below notes. The piece is in a simple, folk-like style with a clear harmonic structure.

First system of musical notation. The treble clef staff contains a sequence of notes with fingerings 5, 3, 2, and 1. The bass clef staff provides a harmonic accompaniment with chords and single notes.

Second system of musical notation. The treble clef staff features a melodic line with eighth notes and a quarter note. The bass clef staff continues the accompaniment with chords.

Third system of musical notation. The treble clef staff has a melodic line with fingerings 4 and 5. The bass clef staff includes chords and a double bar line.

Fourth system of musical notation, marked with a first ending bracket. The treble clef staff has a melodic line with a triplet of eighth notes and a quarter note. The bass clef staff has chords and a double bar line.

Fifth system of musical notation, marked with a second ending bracket. The treble clef staff has a melodic line with eighth notes and a quarter note. The bass clef staff has chords and a double bar line.



# 2. 天真烂漫

Moderato ♩ = 112

布格缪勒曲

The first system of the piece features a treble clef with a 3/4 time signature. The melody is marked with a piano (*p*) and *grazioso* dynamic. It begins with a four-measure phrase containing fingerings 4, 1, 4, 1, 4, 1, 4, 1, followed by a three-measure phrase with fingerings 4, 3, 2. The bass line consists of simple chords.

The second system continues the melody with a five-measure phrase (fingerings 5, 3, 1, 4, 2) and a four-measure phrase (fingerings 4, 2). It includes a *cresc.* (crescendo) marking. The bass line features chords with fingerings 1, 3, 5 and 1, 3, 5.

The third system contains a four-measure phrase (fingerings 4, 1, 4, 1, 4) and a five-measure phrase (fingerings 2, 2, 5). It includes a first ending bracket and a *dim.* (diminuendo) marking. The bass line has chords with fingerings 2, 5 and 2.

The fourth system features a second ending bracket with a *dim.* marking. The melody is marked with a piano (*p*) and *leggiero* dynamic. It includes a three-measure phrase (fingerings 3, 1, 3, 1) and a four-measure phrase (fingerings 2, 1, 3, 1). The bass line has chords with fingerings 2 and 3.