

CONG LING KAI SHI
XUE SHU DI
JI CHU JIAO CHENG

从零开始

学

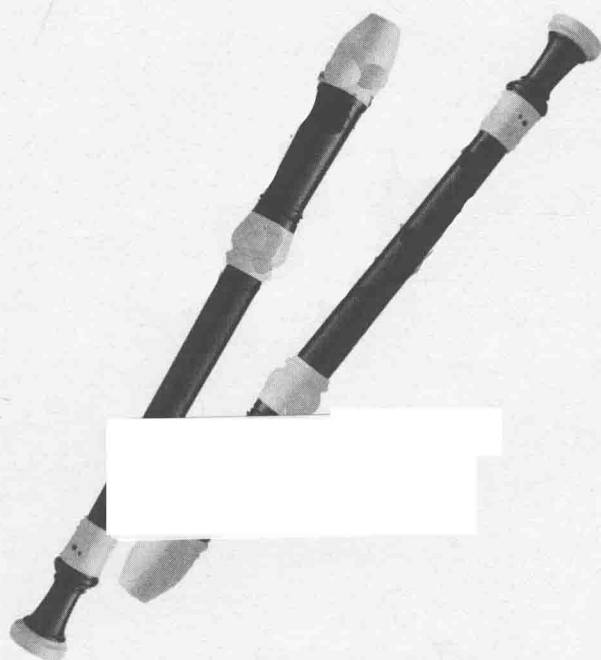
竖笛

基础教程 金士娟 编著

从零开始 ● 最易上手 ● 一看就懂 ● 一学就会

从零开始 学竖笛

基础教程 金士娟 编著



图书在版编目 (CIP) 数据

从零开始学竖笛 / 金士娟编著. — 北京 : 现代出版社,
2014. 5

ISBN 978-7-5143-2743-4

I. ①从… II. ①金… III. ①竖笛—吹奏法 IV. ①J621.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 070885 号

声明: 本书所用的词曲作品著作权使用费由中国音乐著作权协会代理。

未在中国音乐著作权协会注册的词曲作者请与我社联系。

责任编辑: 张红红

出版发行: 现代出版社

地 址: 北京市安定门外安华里 504 号

邮 编: 100011

电 话: 010-64267325 64245264 (传真)

网 址: www.1980xd.com

电子邮箱: xiandai@cnpitc.com.cn

印 刷: 北京市全海印刷厂

开 本: 850×1168 1/16

印 张: 6

版 次: 2014 年 8 月第 1 版 2014 年 8 月第 1 次印刷

书 号: ISBN 978-7-5143-2743-4

定 价: 17.80 元

版权所有, 翻印必究, 未经许可, 不得转载

前 言

竖笛具有物美价廉、简便易学、携带方便等优点，因此作为一种常用的课堂教学乐器广泛地应用于我国的中小学音乐教学。竖笛分为六孔竖笛和八孔竖笛，本书面向的是八孔竖笛学习者，且对六孔竖笛的学习也能起到一定的帮助作用。

八孔竖笛虽然只有八个孔，但音域很宽，能演奏两个八度以上，还可以任意转调或吹奏变化音，因此对于音乐知识、演奏技能的学习能起到很大的帮助作用。和其他同类教材相比，本书具有如下特征：

一、从竖笛的指法训练入手：

对于没有学习过乐器的人来说，他们的手指独立性不强，动作不灵活，若不按照一定的步骤进行指法训练，会出现许多问题。如“音孔漏气”、“音高不准”等。本书遵从认识规律，由浅入深、循序渐进，从只需活动一个手指的“xi(7)”音入手，逐步增加手指，通过专门的指法训练将困难化解。

二、掌握竖笛的常用技巧：

吹奏竖笛如只停留在学会的层次上，那么用竖笛来表现音乐时会出现诸多问题，如“音色不美”、“声音不连贯”、“跳音缺乏弹性”等等。所以本书中还初步涉及到了一些适合初学者学习的演奏技巧，如单吐音、双吐音、三吐音和连音等。

三、运用竖笛学习音乐节奏：

节奏是音乐的第一要素，一切音乐的开始和基础便是节奏，因此认识和掌握大量的节奏语汇是感受和理解音乐的必要途径之一。本书归纳了中小学音乐教材中最典型的一些节奏语汇，并按照难易顺序排列，同时以教材中经典的儿童歌曲作为载体，让孩子们在学习竖笛的同时掌握音乐节奏，也使竖笛成为学生识读乐谱的有力工具。

本书既可以作为中小学音乐课的竖笛教材，也可以成为大专院校和幼儿师范学生的选用教材，还可以作为音乐爱好者自学竖笛的入门教材。

由于编者水平所限，失误在所难免，期望得到大家的批评和建议，以待改进。

金士娟

2014.6.6

作者简介



金士娟：首都师范大学音乐学院音乐教育专业毕业，中学高级教师。北京市音乐家协会会员，北京音乐教育研究会理事，北京钢

琴基础教育协会理事，中国电子键盘学会会员。就职于北京市密云县教研中心，担任小学音乐学科教研员。

曾获得北京市优秀中小学音乐教师、北京市课程改革先进个人、市级骨干教师和密云县小学音乐学科带头人和希望杯钢琴比赛优秀指导教师等荣誉称号。所教学生多人考入音乐院校或各个大学的音乐特长生。本人撰写的多篇论文获得市级以上奖励。其中，国家级二等奖4篇，市级一等奖5篇，市级以上发表文章8篇。

目 录

第一章 八孔竖笛简介	1
一、八孔竖笛的历史	1
二、八孔竖笛的结构	1
三、八孔竖笛的材料	1
四、八孔竖笛的指法	2
五、八孔竖笛的保养	4
第二章 八孔竖笛演奏法	5
一、八孔竖笛的姿势	5
二、八孔竖笛演奏的手型	5
三、八孔竖笛演奏的口型	6
四、八孔竖笛演奏的呼吸方法	6
五、八孔竖笛演奏的运舌技巧	6
第三章 与八孔竖笛学习相关的乐理知识	7
一、五线谱常识	7
二、简谱常识	10
三、关于记谱法的说明	10
第四章 八孔竖笛指法训练	11
一、手指训练的方法	11
二、手指训练的步骤	11
第一单元 左手五个音 567 $\dot{1}\dot{2}$ 指法训练	11
第一课 7 6 的指法训练	12
摇啊摇	金士娟 曲 13
火 车	金士娟 曲 13
第二课 5 的指法训练	14
摇小船	金士娟 曲 15
学吹 567	许国屏 曲 金士娟 填词 15
小宝宝要睡觉	刘明将 曲 16
第三课 $\dot{1}$ 的指法训练	17

攀登架上的小淘气	选自《幼儿钢琴教程》	18
火车开了	金士娟 词曲	18
第四课 2̣ 的指法训练		19
粉刷匠	[波]佳其洛夫斯卡 词 [波]列申斯卡 曲	21
赛 船	德国民歌 任士荣 改编	22
布 谷	德国民歌 张文纲 译配	22
第二单元 加入右手四个音域 4 3 2 1 指法训练		23
第一课 加入 4 3 2 1 的指法训练		23
蒙古小夜曲	许国屏 曲	24
苏丽珂	格鲁吉亚民歌 [格]阿·亚历山大 曲	24
第二课 加入 2 的指法训练		25
小白菜	河北民歌	25
生重病的小猩猩	选自《幼儿钢琴教程》	25
卖花姑娘	朝鲜歌剧《卖花姑娘》插曲	26
红河谷	加拿大民歌	26
欢乐颂	席勒 词 [德]贝多芬 曲	27
第三课 加入 1 的指指法训练		28
玛丽有只小羊羔	美国儿歌 胡炳 译配	29
闪烁的小星	法国民歌	29
小雨沙沙	徐 竟 词 王天荣 曲	29
湖上的天鹅	汤普森练习曲改编	30
小毛驴	佚 名 词曲	30
第三单元 高音区 3̣ 4̣ 5̣ 6̣ 7̣ 1̣ 的指法训练		31
第一课 3̣ 4̣ 5̣ 的指法训练		32
小红花	金 波 词 尚 疾 曲	34
沂蒙小调	山东民歌	34
第二课 加入 6 音的指法训练		35
洋娃娃和小熊跳舞	波兰儿歌	36
第三课 加入 7̣ 1̣ 音的指法训练		37
樱 花	日本民歌 清永修 编曲	38
保护小羊	云南民歌	39
送 别	J·P·奥德威 曲 李叔同 填词	39
第四单元 加入变化音的练习		40
A 和声小调音阶		41
百花进行曲	佚 名 曲	42

第五章 八孔竖笛基本技巧训练.....43

- 一、单吐音训练.....43
- 二、双吐音训练.....43
- 三、三吐音训练.....44
- 四、连音训练.....44

第六章 音乐常用节奏训练.....45

第一单元 以 ♩ 为一拍的节奏型训练（主要用于 $\frac{2}{4}$ $\frac{3}{4}$ $\frac{4}{4}$ 的歌曲）.....45

- 一、常用节奏.....45
- 二、节奏学习的方法.....45
- 三、节奏学习的顺序.....45

第一课 ♩、♪.....46

- 一、节奏学习.....46
- 二、节奏组合.....46
- 三、歌曲学习.....46
 - 小蜜蜂.....法国儿童歌曲 46
 - 小红帽.....巴西儿童歌曲 47
 - 我的家在日喀则.....藏族民歌 47
 - 两只小象.....常 瑞 词 汪 玲 曲 48

第二课 加入 ♩.....49

- 一、节奏学习.....49
- 二、节奏组合.....49
- 三、歌曲学习.....49
 - 闪烁的小星.....法国民歌 盛 茵 译配 49
 - 粉刷匠.....波兰儿童歌曲 雷永生 译配 50
 - 我的小宝宝.....佩约贝克 曲 郭瑶 改编 50
 - 金孔雀轻轻跳.....翁向新 词 任 明 曲 51

第三课 加入 ♪.....52

- 一、节奏学习.....52
- 二、节奏组合.....52
- 三、歌曲学习.....52
 - 两只老虎.....法国童谣 52
 - 放牛歌.....庄成远 词 徐邦杰 曲 53
 - 小猪睡觉.....杨明将 词 54
 - 青蛙学唱歌.....佚 名 词 54

第四课 加入 ♪.....55

- 一、节奏学习.....55

二、节奏组合	55
三、歌曲学习	55
谁会飞	《小喇叭》词 潘振声 曲 55
保护小羊	云南民歌 56
友谊地久天长	苏格兰民歌 56
念故乡	[捷]德沃夏克 曲 皮 西 填词 57

第五课 加入	58
一、节奏学习	58
二、节奏组合	58
三、歌曲学习	58
大 鼓	佚 名 词曲 58
躲猫猫	贵州苗族儿歌 59
卖报歌	安 娥 词 聂 耳 曲 59
娃哈哈	新疆民歌 石夫 改编 60
男儿当自强	黄 霏 填词 古 月 曲 60

第六课 加入	61
一、节奏学习	61
二、节奏组合	61
三、歌曲学习	61
洋娃娃和小熊跳舞	波兰儿歌 李嘉川 译配 61
美丽的夏牧场	高 峻 词 徐锡宜 曲 62
好朋友	申 芳 词 鲁祖兴 曲 63
久不唱歌忘记歌	贵州布依族民歌 63

第七课 加入	64
一、节奏学习	64
二、节奏组合	64
三、歌曲学习	64
共产儿童团歌	江西儿童歌曲 佚 名 填词 64
好妈妈	潘振声 词曲 65
对鲜花	汉族民歌 66
八月桂花遍地开	江西民歌 66

第八课 加入	67
一、节奏学习	67
二、节奏组合	67
三、歌曲学习	67
盼红军	四川民歌 67
拥军花鼓	陕北民歌 安 波 填词 68
牧 童	斯洛伐克民歌 维莫兴 改编 毛宇宽 译配 69
爱护小树苗	潘振声 词曲 69

第九课 加入 	70
一、节奏学习	70
二、节奏组合	70
三、歌曲学习	70
康定情歌	四川民歌 70
故乡的亲人	S·福斯特 词曲 70
蓝花花	71
冬瓜和南瓜	徐宗德 词 戢扬 曲 72

第十课 加入 	73
一、节奏学习	73
二、节奏组合	73
三、歌曲学习	73
蜗牛和黄鹂鸟	陈弘文 词 林建昌 曲 73
美丽的大海	王健 词 谷建芬 曲 74
三百六十五里路	小轩 词 谭健常 曲 74
军港之夜	马金星 词 刘诗如 曲 75

第十一课 加入 	76
一、节奏学习	76
二、节奏组合	76
三、歌曲学习	76
游戏场里找谜底	赵越 词 佚名 曲 76
大公鸡	天野 词 天栋 曲 77
笛皮杜	乌干达民歌 钱迺立 译配 77
小机灵的歌	[日]山元护久 词 宇野诚一 曲 郭允海 译词 78

第十二课 加入 	79
一、节奏学习	79
二、节奏组合	79
三、歌曲学习	79
插秧歌	菲律宾民歌 79
只要妈妈露笑脸	朝鲜儿歌 金叔子 译配 董文琴 配歌 80
划小船	佚名词曲 81
彩色的纸	佚名词 李晋瑗 曲 81

第二单元 以 为一拍的节奏型训练（主要用于 $\frac{3}{8}$ $\frac{6}{8}$ 拍的歌曲） 82

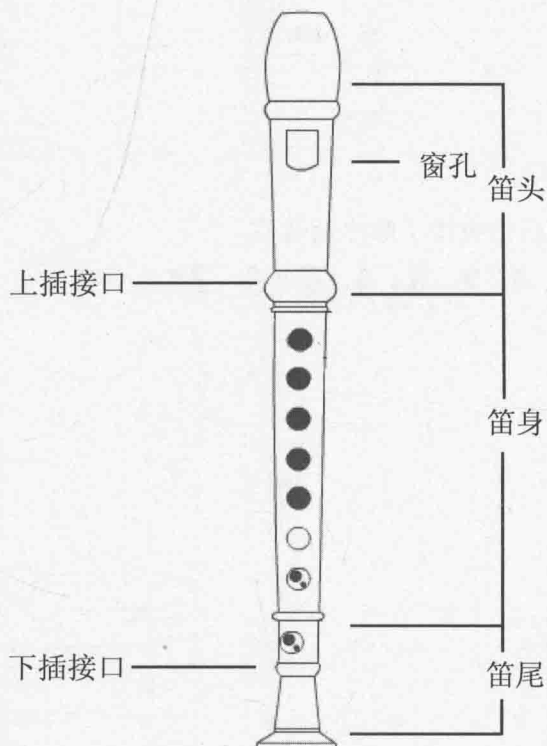
一、常用节奏	82
二、节奏学习的方法	82
三、学习的顺序	82
同桌的你	高晓松 词曲 83
钟声叮叮当	佚名词曲 84
摇篮曲	佚名词曲 85
平安夜	约瑟夫·莫尔 词 弗朗茨·格鲁伯 曲 85

第一章 八孔竖笛简介

八孔竖笛起源于欧洲，是一件历史悠久的乐器。它音色柔和甜美，在鼎盛时期作为高音乐器用于管弦乐队、铜管乐队中。许多著名的作曲家都曾经为八孔竖笛写过作品，并流传至今。后来由于横笛的出现逐渐取代了八孔竖笛在乐队中的地位，直到20世纪初，通过乐器制作家阿诺德·多尔梅奇的改进，使其重新焕发了活力，并被广泛应用于基础音乐教育。

二、八孔竖笛的结构

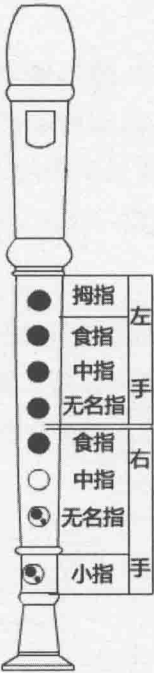
八孔竖笛结构简洁，虽然只有八个孔却能够演奏出两个八度多的半音阶，可以任意转调或吹奏变化音，笛身背后的音孔使得高音的演奏非常容易，这是八孔竖笛有别于其他竖笛的重要标志。八孔竖笛由笛头、笛身和笛尾插接而成，具体名称如图所示：



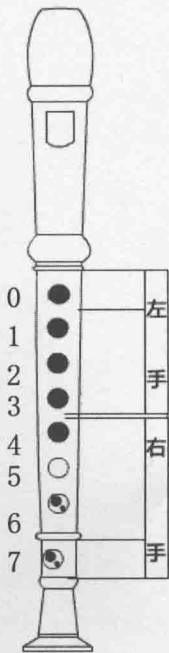
三、八孔竖笛的材料

八孔竖笛的材料有木质和塑料两种，木质笛多为手工精制而成，常用于专业演奏。而在我国中小学课堂教学中普遍使用的竖笛多为塑料制成，声音虽比不上木质竖笛，但规格音色统一，价格合理，因而更适合推广。

四、八孔竖笛的指法



为了便于学习，我们给竖笛指法编排了顺序及名称。
 从左手拇指起往下分为：**0、1、2、3、4、5、6、7**孔，见图：

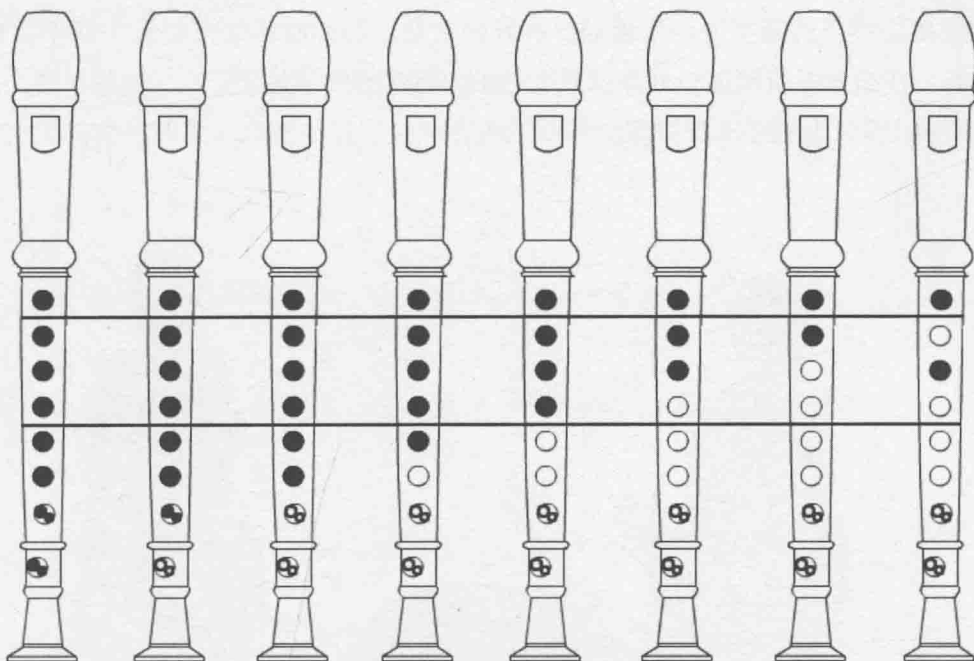


八孔竖笛指法示意图

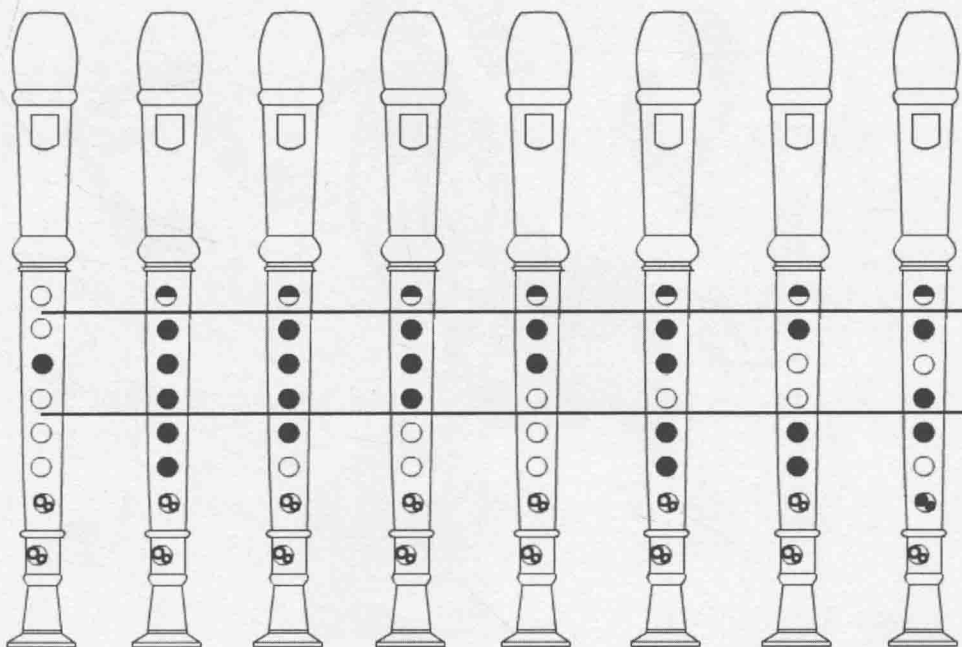
(●为闭孔、○为开孔、◐为半开高音孔) (●表示按严、○表示开孔、◐表示按半孔)

八孔竖笛筒音作1指法 (●表示按孔、○表示开孔、◐表示按半孔)

1(哆) 2(来) 3(咪) 4(发) 5(嗦) 6(啦) 7(西) $\dot{1}$ (哆)



$\dot{2}$ (来) $\dot{3}$ (咪) $\dot{4}$ (发) $\dot{5}$ (嗦) $\dot{6}$ (啦) $\dot{7}$ (西) $\dot{1}$ (哆) $\dot{2}$ (来)



五、八孔竖笛的保养

1. 竖笛在吹奏之后，常会有口水留在笛内，此时用一手指按住音窗，用力吹气，将笛内的水珠冲下去，然后用软布伸进笛内擦干。

2. 为了保持插接口的紧密度，尽量减少拆卸的次数。拆卸时应慢慢旋转，而不要动作过猛，以免破坏乐器。在笛头、笛尾接口处涂抹凡士林油以保护接口紧密。

3. 注意用笛卫生，保持吹口的清洁，专笛专用。



第二章 八孔竖笛演奏法

一、八孔竖笛的演奏姿势

1. 坐式：身体端正，双眼平视，两脚自然分开。
2. 立式：上身动作同上，双腿站直并自然分开，距离与肩同宽，一腿稍前，一腿稍后。



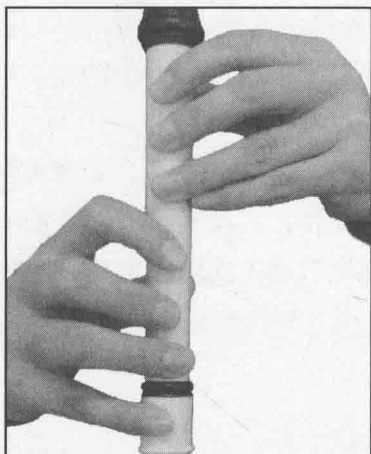
站 姿



坐 姿

二、八孔竖笛演奏的手型

双臂自然抬起，左手在上，右手在下，手型呈轻松的半握拳形。按孔时要求手指自然弯曲，用指肚部位来按。



手 型

三、八孔竖笛演奏的口型

八孔竖笛演奏时嘴角呈微笑状，不鼓腮，口含笛嘴上端三分之一处。

四、八孔竖笛演奏的呼吸方法

呼吸方法对于竖笛演奏的音准、音色及力度变化都起着至关重要的作用，没有训练有素的呼吸，就不可能真正演奏好竖笛，因此我们必须掌握良好的呼吸方法。在日常生活中，呼吸主要通过鼻子完成，且呼吸的两个阶段吸气和呼气时间大致相等。而在竖笛演奏中，则要求口鼻同时呼吸，而且吸气时间短呼气时间长，因此我们需要采用一定的方法来训练呼吸。

吸气时全身放松，张开嘴来吸气，把气息吸到胸腹之间，感觉腰部向四周扩张，像套了个游泳圈。呼气时则要控制气息，腰部保持吸气的状态，使气息有支持地均匀稳定地缓缓呼出，并且要留有余气，这样有利于下一次的呼吸过程。我们可以采用缓吸缓呼和急吸缓呼两种方式进行专门的训练。

在竖笛吹奏的过程中，应采用不同的气息才能控制竖笛的音准及音色。在低音区，呼出的气流松而缓，中音区较低音区气流量有所增大，高音区的变化则更加明显。总体来说，音越高，气流越急，音越低，气流越缓。

在竖笛吹奏的过程中，应根据乐曲的具体情况，恰当地安排吸气和呼气，并在乐谱中用换气记号 ∨ 加以标注。

五、八孔竖笛演奏的运舌技巧

竖笛的演奏主要体现在舌头的运用上，因此运舌技术是竖笛最重要的演奏技巧，通过舌头的变化，能把音乐中的连音断音和跳音轻松地表达出来，从而使音乐具有良好的表现力。

(1) 单吐音：演奏时采用Tu这个音节来发音，乐谱标记为T。舌尖顶住上牙的牙根，舌头处于自然松弛状态，然后用气息轻轻地把舌尖冲开，发出Tu音，待声音发出后舌尖有弹性地返回到原来的位置。

(2) 双吐音：双吐音是在单吐技巧上的变化和发展，采用舌尖和舌根交替的动作，即舌尖抵上牙根，舌根抵上颚，采用TuKu(吐库)这两个音节来发音，乐谱标记为TK，常用于演奏快速的时值均等的音符，如八分、十六分和三十二分音符。

(3) 三吐音：三吐音是一种特殊的奏法，由一个单吐与一个双吐配合而成，有TTK、TKT和KTK三种形式。常用来演奏三连音、前八后十六、前十六后八等节奏。一般情况下八分音符用单吐，十六分音符用双吐。

(4) 连音：指两个或两个以上的音圆滑地吹出，记谱用弧线 〰 来表示。演奏时第一个音用单吐音来起音，后面的音不用舌头的动作，只按照Tu的尾音发出“呜”音，这样整个连线里面的音就像“Tu呜”的感觉一样。同时要求气息不间断，平稳而连贯，音与音之间换指干净利落，不粘音。连音常用来演奏歌唱性强、优美抒情的旋律。

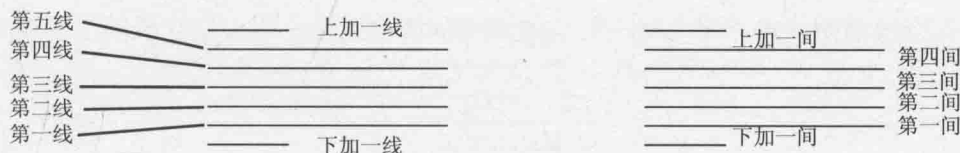
第三章 与八孔竖笛学习相关的乐理知识

八孔竖笛是西方传统的乐器之一，所以记谱法采用五线谱。而作为一种广泛应用于基础教育的学具，则更多采用简谱教学，所以本教材就与八孔竖笛学习相关的一些五线谱和简谱知识分别作简要介绍，而之后的乐曲均采用两种方式记谱以方便学习者的使用。

一、五线谱常识

1. 什么是五线谱

五线谱由等距离的五条平行横线组成，这五条线由下至上分别叫做“一线、二线、三线、四线、五线”，五条线之间的空隙叫做“间”，分别称为“一间、二间、三间、四间”。每条线每个间就是一个音位，分别记录着不同音高的音。为了标记过高或过低的音，在五线谱的上面或下面还要加上许多短线，这些短线叫做加线，在五线谱上面的叫上加线，下面的叫下加线。由于加线而产生的间，叫做加间，在五线谱上面的加间叫上加间，下面的叫下加间。加线和加间的计算方法是：上加线和上加间，由下向上计算，下加线和下加间由上向下计算。



2. 谱号

在五线谱中，要确定线和间的音级名称和高度，还离不开谱号。常用的谱号有高音谱号低音谱号。在本教材中采用的是高音谱号。如图所示：



3. 音符休止符

用以记录不同长短音的进行的符号叫做音符。用以记录不同长短的音的间断的符号叫做休止符。

音值的基本相互关系：每个较大的音值和它最近的较小的音值的比例是2与1之比。例如：全音符等于两个二分音符；全休止符等于两个二分休止符等。