

德森扬 编著

老年钢琴课

简谱版第二册



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

ISBN 978-7-80692-436-5



9 787806 924365 >

定价: 18.00 元

德森杨 编著

老年钢琴课

简谱版第二册

上海音乐学院出版社

图书在版编目(CIP)数据

老年钢琴课·第2册/德森扬编著. —

上海:上海音乐学院出版社,2009.5

ISBN 978-7-80692-436-5

I. 老… II. 德… III. 钢琴—奏法

IV. J624.16

中国版本图书馆CIP数据核字(2009)第063271号

书 名:老年钢琴课·第2册

作 者:德森扬

版式设计:德森扬

责任编辑:沈庭康

出版发行:上海音乐学院出版社

地 址:上海市汾阳路20号

印 刷:苏州文艺印刷厂

开 本:890×1240 1/16

印 张:3

字 数:谱文46面

版 次:2009年5月第1版 2010年3月第2次印刷

印 数:4001-7,000册

书 号:ISBN 978-7-80692-436-5/J.423

定 价:18.00元

告读者:如发现本书有质量问题请与印刷厂质量科联系

电 话:0512-66063782

本社出版的所有音乐图书都可通过中国音乐学网站购买

中国音乐学网网址:<http://musicology.cn>

自娱自乐和练脑健身是我们学琴的主要目的，正确的学琴方法和合适的弹奏技巧至关重要，没有人愿意在损害身体健康的前提下学琴。请您仔细阅读要点说明，并进行客观的自我评估：学琴愉快吗？是否在取得学习成果后才感到愉快？我们大半生在刻苦学习的传统观念主导下学习和工作，并且以此为荣。这里不去评判这种观念是否正确，但至少不适合今天学琴。是否能把刻苦学习转变为愉快学习呢？当学琴过程成为修身养性的过程时，您才真正掌握了学习钢琴艺术的真谛。本册是“框架式教学法”中第二个框架的教学内容，将对框架进行加固整修，使“小平房”更为完善。虽然学习难度正逐步增加，但完全在您的能力掌握之中。

目 录

要点说明	4
第一课 黑键上的《卖报歌》非连音弹奏	8
第二课 黑键上的《小白船》连音弹奏	12
为什么用简谱学琴?	15
为什么要背谱弹琴?	15
第三课 黑键上的《又见炊烟》不平衡弹奏	18
第四课 黑键上的《梁祝》和弦式伴音弹奏	22
怎样使用踏板?	25
脖子肌肉酸痛怎么办?	25
第五课 友谊地久天长认识F大调	28
为什么从双手弹奏学起?	31
第六课 踏 浪小调和弦伴奏	32
第七课 生日快乐认识G大调	36
第八课 莫斯科郊外的晚上小调和弦伴奏	38
第九课 波兰圆舞曲圆舞曲伴音弹奏	40
第十课 欢乐颂双手相互的协调	44
后 记	47

简谱

德森杨 编著

老年钢琴课

简谱版第二册

上海音乐学院出版社

前言

自娱自乐和练脑健身是我们学琴的主要目的，正确的学琴方法和合适的弹奏技巧至关重要，没有人愿意在损害身体健康的前提下学琴。请您仔细阅读要点说明，并进行客观的自我评估：学琴愉快吗？是否在取得学习成果后才感到愉快？我们大半生在刻苦学习的传统观念主导下学习和工作，并且以此为荣。这里不去评判这种观念是否正确，但至少不适合今天学琴。是否能把刻苦学习转变为愉快学习呢？当学琴过程成为修身养性的过程时，您才真正掌握了学习钢琴艺术的真谛。本册是“框架式教学法”中第二个框架的教学内容，将对框架进行加固整修，使“小平房”更为完善。虽然学习难度正逐步增加，但完全在您的能力掌握之中。

目 录

要点说明	4
第一课 黑键上的《卖报歌》非连音弹奏	8
第二课 黑键上的《小白船》连音弹奏	12
为什么用简谱学琴?	15
为什么要背谱弹琴?	15
第三课 黑键上的《又见炊烟》不平衡弹奏	18
第四课 黑键上的《梁祝》和弦式伴音弹奏	22
怎样使用踏板?	25
脖子肌肉酸痛怎么办?	25
第五课 友谊地久天长认识F大调	28
为什么从双手弹奏学起?	31
第六课 踏 浪小调和弦伴奏	32
第七课 生日快乐认识G大调	36
第八课 莫斯科郊外的晚上小调和弦伴奏	38
第九课 波兰圆舞曲圆舞曲伴音弹奏	40
第十课 欢乐颂双手相互的协调	44
后 记	47

■学琴生理

- 弹奏钢琴有益身心健康,正确的学琴方法和合适的弹奏技巧是达到学琴目的的基本保证。
- 钢琴演奏是“艺术与运动的结合”,不管您有多么高超的艺术水平,都要通过身体的运动才能表达。弹奏钢琴的运动与生理关系非常密切。对钢琴专业人员而言,这种能力在青少年时期就解决了,而对我们而言才刚开始,并随着时间推移和生理机能的衰退,这种能力将越来越弱。
- 弹奏钢琴需要用多少力量呢?很难科学地量化。根据初步测算,当一只手指下键弹一个琴键时,大约需用0.25公斤的力,钢琴才发出较轻的琴声,如以慢板的速度每分钟弹五十个琴键,弹奏四十分钟累计共需用半吨力,双手弹奏便是一吨力,加上抬手指和控制手指所用的力,总计要用二吨以上的力,这只是慢速度、力度偏轻弹奏时用的力量。如果是钢琴专业人士,弹奏用力将增加百倍甚至上千倍,弹奏时手指承受的压力不亚于芭蕾舞演员跳舞时脚尖承受的压力。弹琴时间稍长,不管是儿童、青年、中年还是老年,专业的、业余的、才学几天的还是弹了几十

年的,手都会酸痛。于是我们看到钢琴家在舞台上挥汗如雨地演奏,部分专业人士因不能长期忍受手的病痛而改行。

●手指是连通心脏最敏感的部位,自古以来就有“十指连心”的说法,这是人类对自身生理现象的客观认识。弹奏钢琴的力量是通过手指传达的,所以对心脏影响最大。

●弹出的钢琴声耳朵听到了,这只是人感觉的一部分。弹奏时身体距钢琴音板一米左右,全身各器官如心脏、胃、肝、脾、肌肉、血管等都受到琴声声波的震动,胸部首当其冲处于音板中心,由此心脏受影响最大。不是吗,当您弹琴顺手、弹出的乐曲好听时,心里感到难以言语的舒服,胃口也好;当练琴不顺手、把乐曲弹得乱七八糟时,就心烦意乱,吃饭也不香。当听到优美抒情的琴声时会说“打动了我的心”,不会说“打动我的耳朵”;听到节奏强烈的琴声时会说“激动人心”,不会说“激动人肝”。由此可见,在人们平常朴素的语言中已表达了心脏对声波的感受。

●初学者弹奏能力有限,弹出的琴声时值、节拍、节奏、轻重都可能杂乱无章,在人为制造的不规则声波和手指压力二重作用下,会对心脏形成

强烈的冲击。因此患有心脏疾病的学员,在弹奏时经常发生胸闷、心慌、头晕、出虚汗、血压骤升等病症,有部分学员用大剂量服药来克服,作者也曾试用种种方法企图缓解学员们的病症,效果都不理想。

- 目前,我国正在学琴的学员中,约有百分之十五左右的学员有心血管疾病。学琴与健康比较,健康是第一位的。建议停止学琴,转学其他艺术。
- 约有百分之五的学员,弹琴时速度异常快,手指在琴键上“溜”,如果要速度慢下来一个音一个音弹清楚,就不会弹了。出现这种现象应引起高度重视,说明手指失去了控制力,再过一个阶段手会微微颤抖,这是帕金森病的前兆。至今为止得帕金森病的原因还未确切找到,经过作者近十年的观察,没有事实证明弹奏钢琴会诱发帕金森病的发生(对此还待医学界专业人士的研究)。但国内外事例证实:弹奏钢琴确实会加速、加重病情的发展。建议谨慎学琴或停止学琴。

■ 学琴心理

- 良好的心理状态是学琴的基础,愉快的心情要贯穿于学琴的全过程,设想一下:您刚与人发生争执,怒气冲冲,连一杯茶水都端不平,还能练好钢琴吗?学琴过程中,学员普遍有“急躁”的情绪,在五十五岁至六十

五岁年龄段表现得更为突出,需加以克服。是否能再阅读本册的前言呢?

■ 基础训练

- 作者在第一册中指出,基础式教学方法不适合我们学琴,基础式教学法与基础训练是两个不同的概念。请复习第一册“要点说明”内容。
- 儿童和青少年学钢琴要基础训练,我们学钢琴是否也要基础训练?这是学员和教师向作者常提的问题,也是困扰我国中老年钢琴教学多年的老问题。有的认为:要教学就要正规,于是拜厄、哈农、车尔尼一条条过;有的认为:学基础效果不大,直接学乐曲,于是《小星星》、《很久以前》、《小步舞曲》一曲曲学;有的认为:基础和乐曲都要学,程度学浅点,于是在拜厄、哈农、车尔尼中东拉一段,在汤普森、车尔尼、中外乐曲中西扯两曲。第三种中庸之道的观点似乎“很全面正确”(目前已成为大家的共识和行动),真的正确吗?
- 我们学钢琴必须重视基础训练,没有基础训练怎么能弹好钢琴?但是我们学琴的目的与儿童和青少年不同,生理条件相距甚远,我们基础训练的内容,不是拜厄、哈农、车尔尼、汤普森,那是为儿童和青少年学琴而撰写的基础教材。黑键上的乐曲、阿尔贝蒂低音、边弹边唱、背谱弹琴等才是为我们学琴设置的基础训练。我们需要盖“小平房”的基础训练,不是盖“高楼大厦”的基础训练。

黑键上的《卖报歌》

1 = $\flat$ G $\frac{2}{4}$

田 汉作词
聂 耳作曲
德 森编配

{	$\begin{matrix} \textcircled{4} \textcircled{4} \textcircled{4} \\ 55 \ 50 \end{matrix}$ 啦 啦 啦， $\begin{matrix} \textcircled{5} \textcircled{1} \textcircled{3} \textcircled{1} \\ 15 \ 35 \end{matrix}$	$\begin{matrix} \textcircled{4} \textcircled{4} \textcircled{4} \\ 55 \ 50 \end{matrix}$ 啦 啦 啦， $\begin{matrix} \textcircled{5} \textcircled{1} \textcircled{3} \textcircled{1} \\ 15 \ 35 \end{matrix}$	$\begin{matrix} \textcircled{2} \textcircled{4} \textcircled{5} \textcircled{4} \\ 35 \ 65 \end{matrix}$ 我 是 卖 报 的 $\begin{matrix} \textcircled{5} \textcircled{1} \textcircled{3} \textcircled{1} \\ 15 \ 35 \end{matrix}$	$\begin{matrix} \textcircled{1} \textcircled{2} \textcircled{4} \\ 23 \ 5 \end{matrix}$ 小 行 家， $\begin{matrix} \textcircled{5} \textcircled{1} \textcircled{3} \textcircled{1} \\ 15 \ 35 \end{matrix}$
---	--	--	---	---

{	$\begin{matrix} \textcircled{5} \textcircled{3} \textcircled{5} \textcircled{3} \\ 53 \ 53 \end{matrix}$ 不 等 天 明 去 $\begin{matrix} \textcircled{5} \textcircled{1} \textcircled{3} \textcircled{1} \\ 15 \ 35 \end{matrix}$	$\begin{matrix} \textcircled{1} \textcircled{3} \textcircled{2} \\ 13 \ 2 \end{matrix}$ 等 派 报， $\begin{matrix} \textcircled{5} \textcircled{1} \textcircled{3} \textcircled{1} \\ 15 \ 35 \end{matrix}$	$\begin{matrix} \textcircled{5} \textcircled{5} \textcircled{4} \\ 33 \ 2 \end{matrix}$ 一 面 走， $\begin{matrix} \textcircled{5} \textcircled{1} \textcircled{3} \textcircled{1} \\ 15 \ 35 \end{matrix}$	$\begin{matrix} \textcircled{1} \textcircled{3} \textcircled{4} \\ 61 \ 2 \end{matrix}$ 一 面 叫， $\begin{matrix} \textcircled{4} \textcircled{1} \textcircled{2} \textcircled{1} \\ 25 \ 45 \end{matrix}$
---	---	---	---	---

{	$\begin{matrix} \textcircled{5} \textcircled{5} \textcircled{4} \\ 6 \ 65 \end{matrix}$ 今 天 的 $\begin{matrix} \textcircled{5} \textcircled{1} \textcircled{3} \textcircled{1} \\ 16 \ 36 \end{matrix}$	$\begin{matrix} \textcircled{2} \textcircled{5} \textcircled{4} \\ 36 \ 5 \end{matrix}$ 新 闻 $\begin{matrix} \textcircled{5} \textcircled{1} \textcircled{3} \textcircled{1} \\ 16 \ 36 \end{matrix}$	$\begin{matrix} \textcircled{4} \textcircled{2} \textcircled{1} \textcircled{2} \\ 53 \ 23 \end{matrix}$ 真 正 $\begin{matrix} \textcircled{5} \textcircled{1} \textcircled{3} \textcircled{1} \\ 15 \ 35 \end{matrix}$	$\begin{matrix} \textcircled{4} \\ 5 \end{matrix} \quad -$ 好， $\begin{matrix} \textcircled{5} \textcircled{1} \textcircled{3} \textcircled{1} \\ 15 \ 35 \end{matrix}$
---	--	--	---	--



■ 本课学习重点：非连音弹奏

- 视唱乐曲，唱熟后背谱。请先复习第一册预备课：坐在琴凳上腰是否塌？胳膊是否放松自然下垂？手型是否正确？
- 分手练，右手放在黑键上不要动，仔细看琴谱，左手慢速弹奏伴奏音型，熟练后请试着不看手与琴键连续弹奏十遍。然后左手放在黑键上不要动，右手按指法慢速弹奏乐曲旋律，熟练后不间断地连续弹奏三遍。如果指法不错音也没有弹错，可算通过。
- 双手合练，全曲应分乐句练习。请先复习第一册第十页“认识琴谱”内容，再根据后面图示，对照琴谱练习。
- 非连音弹奏：右手弹奏旋律时，手指下键弹一个音，胳膊立即把手提起来，再下键弹第二个音立即提手，全曲每个旋律音都用相同的方法弹奏，弹出的琴声是一个个独立的音，音与音之间是断开的。在乐句与乐句连接处断开时间稍长，使乐句分句明确。
- 开始练习时，胳膊提手动作幅度不要大，手指离键半厘米内，熟练后幅度增加到约一厘米。怀着高高兴兴、蹦蹦跳跳的情绪弹奏，适当加快速度连续弹奏三遍，使乐曲活泼欢快。

小贴士

非连音弹奏——音与音之间断开的弹奏，是钢琴主要的弹奏方法。

第一 课

{	^⑤ 6	^{⑤ ④} 6 5	^{② ⑤ ④} 3 6 5	^{④ ② ① ②} 5 3 2 3	^④ 5 -
	今	天 的	新 闻	真 正	好.
	^{⑤ ①} ^{③ ①} 1 6 3 6	^{⑤ ①} ^{③ ①} 1 6 3 6	^{⑤ ①} ^{③ ①} 1 5 3 5	^{⑤ ①} ^{③ ①} 1 5 3 5	

练习选例 第三乐句双手的弹法：

左手

右手

双手

⑤指弹 1	⑤指弹 6	同时下
⑤指起 ①指下 6	按键不动	同时起
③指弹 3	⑤指弹 6	同时下、起
①指弹 6	④指弹 5	同时下、起
⑤指弹 1	②指弹 3	同时下、起
①指弹 6	⑤指弹 6	同时下、起
③指弹 3	④指弹 5	同时下
③指起 ①指下 6	按键不动	同时起
⑤指弹 1	④指弹 5	同时下、起
①指弹 5	②指弹 3	同时下、起
③指弹 3	①指弹 2	同时下、起
①指弹 5	②指弹 3	同时下、起
⑤指弹 1	④指弹 5	同时下
⑤指起 ①指下 5	按键不动	
①指起 ③指下 3	按键不动	
③指起 ①指下 5	按键不动	同时起

{	④② ①② 53 23	④② ①② 53 23	①③ ④⑤ 61 23	③ 1 -
	七个 铜 板	就 买	两 份	报。
	⑤① ③① 15 35	⑤① ③① 15 35	⑤① ③① 15 35	⑤ 1 -

第四乐句双手的弹法：

左手

右手

双手

⑤指弹 1	④指弹 5	同时下、起
①指弹 5	②指弹 3	同时下、起
③指弹 3	①指弹 2	同时下、起
①指弹 5	②指弹 3	同时下、起

⑤指弹 1	④指弹 5	同时下、起
①指弹 5	②指弹 3	同时下、起
③指弹 3	①指弹 2	同时下、起
①指弹 5	②指弹 3	同时下、起

⑤指弹 1	①指弹 6	同时下、起
①指弹 5	③指弹 1	同时下、起
③指弹 3	④指弹 2	同时下、起
①指弹 5	⑤指弹 3	同时下、起

⑤指弹 1	③指弹 1	同时下、起
--------------	--------------	-------