

特制装订★平铺展开★便于阅读

# 30天学会 吉他弹唱

楚飞 编著

简单易懂，内容扎实，循序渐进  
编写规范，曲目搭配合理  
适合“菜鸟级”吉他爱好者  
**近3GB的大容量光盘**  
详尽的乐理讲解视频  
清晰的弹奏教学示范  
助你看得清楚，学得明白！



**DVD**

详尽的乐理讲解视频  
清晰的弹奏教学示范

第1天  
吉他上的音  
与C大调

第6天  
认识反复记号

第9天  
弱起小节

第19天  
扫弦

第21天  
多和弦弹唱

第2天  
认识拍子  
与音符

第15天  
三拍子弹唱  
练习

第22天  
拨弦、扫弦  
混合弹唱

第25天  
调式

第3天  
认识休止符


第8天  
认识三连音

第12天  
流畅的和弦  
转换

第27天  
G大调歌  
曲弹唱



人民邮电出版社  
POSTS & TELECOM PRESS



# 30天学会 吉他弹唱

楚飞 编著

人民邮电出版社  
北京

## 图书在版编目(CIP)数据

30天学会吉他弹唱 / 楚飞编著. — 北京: 人民邮电出版社, 2015.2  
ISBN 978-7-115-37265-9

I. ①3… II. ①楚… III. ①六弦琴—奏法 IV.  
①J623.26

中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第288851号

本书作品著作权使用费由中国音乐著作权协会代理  
北京市东单三条京纺大厦5层 010-65232656

## 内 容 提 要

想用吉他随心所欲地弹奏出一首流行曲,却苦于不识六线谱?没有时间去上吉他学习班,自学又太费时间?《30天学会吉他弹唱》将告诉你,学习六线谱没有那么难!吉他弹唱没有那么难!只需要30天,跟着本书一步一步地扎实练习,你不仅能学会弹唱书中的单首练习曲,而且还能学会弹唱一首完整乐曲的技法。

本书按照人们对乐理的认知规律循序渐进地来编排每一天的弹唱练习难度,每一天的知识点讲解之后都安排了有针对性的、短小的练习曲,可以让我们很快将学习到的乐理知识融入到实际的吉他弹唱练习中去,做到有的放矢,这种有目的的训练,使人们能够轻松地掌握吉他弹唱技术,有效节省学习时间,提高学习效率。

无论你是毫无乐理知识的新手,还是热爱音乐却没有时间学习的爱好者,都可以从本书中掌握到最实用的吉他弹唱技巧,从而体会到:原来六线谱不再那么枯燥,原来弹吉他那么有趣!

---

◆ 编 著 楚 飞  
责任编辑 郭发明  
执行编辑 王 铁  
责任印制 李 东

◆ 人民邮电出版社出版发行 北京市丰台区成寿寺路11号  
邮编 100164 电子邮件 315@ptpress.com.cn  
网址 <http://www.ptpress.com.cn>  
北京盛通印刷股份有限公司印刷

◆ 开本: 690×970 1/12  
印张: 15 2015年2月第1版  
字数: 278千字 2015年2月北京第1次印刷

---

定价: 49.80元(附1DVD)

读者服务热线: (010)81055296 印装质量热线: (010)81055316

反盗版热线: (010)81055315

# CONTENTS 目录


## 热身篇

认识吉他.....	7
1. 吉他的发展历史.....	7
2. 吉他的种类.....	8
3. 吉他的构造.....	9
4. 吉他的选购.....	10
5. 吉他的保养.....	11
认识六线谱.....	12
1. 什么叫六线谱.....	12
2. 吉他弦的编号.....	13
3. 吉他上的品.....	13
4. 看懂数字谱.....	14
吉他的弹奏方式.....	15
1. 手指的编号.....	15
2. 右手手型.....	16
3. 右手拨弦方式.....	17
4. 左手手型.....	17
5. 左手按弦方式.....	18
指法练习.....	20
1. 节拍器的运用.....	20
2. 右手拨弦练习.....	20
3. 左手按弦练习.....	22
4. 弹奏简单的数字谱.....	23



## 弹唱篇

弹唱练习 1——《丁香花》 .....	152
1. 要点讲解 .....	152
2. 弹唱全曲 .....	153
弹唱练习 2——《小酒窝》 .....	156
1. 要点讲解 .....	156
2. 弹唱全曲 .....	158
弹唱练习 3——《七里香》 .....	160
1. 要点讲解 .....	160
2. 弹唱全曲 .....	161
弹唱练习 4——《大约在冬季》 .....	163
1. 要点讲解 .....	163
2. 弹唱全曲 .....	164
弹唱练习 5——《给未来的自己》 .....	166
1. 要点讲解 .....	166
2. 弹唱全曲 .....	168
弹唱练习 6——《突然的自我》 .....	171
1. 要点讲解 .....	171
2. 弹唱全曲 .....	172
弹唱练习 7——《海阔天空》 .....	174
1. 要点讲解 .....	174
2. 弹唱全曲 .....	175
弹唱练习 8——《缘字诀》 .....	177
1. 要点讲解 .....	177
2. 弹唱全曲 .....	178



# 30天学会 吉他弹唱

楚飞 编著

人民邮电出版社  
北京

## 图书在版编目(CIP)数据

30天学会吉他弹唱 / 楚飞编著. — 北京: 人民邮电出版社, 2015.2  
ISBN 978-7-115-37265-9

I. ①3… II. ①楚… III. ①六弦琴—奏法 IV.  
①J623.26

中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第288851号

本书作品著作权使用费由中国音乐著作权协会代理  
北京市东单三条京纺大厦5层 010-65232656

## 内 容 提 要

想用吉他随心所欲地弹奏出一首流行曲,却苦于不识六线谱?没有时间去上吉他学习班,自学又太费时间?《30天学会吉他弹唱》将告诉你,学习六线谱没有那么难!吉他弹唱没有那么难!只需要30天,跟着本书一步一步地扎实练习,你不仅能学会弹唱书中的单首练习曲,而且还能学会弹唱一首完整乐曲的技法。

本书按照人们对乐理的认知规律循序渐进地来编排每一天的弹唱练习难度,每一天的知识点讲解之后都安排了有针对性的、短小的练习曲,可以让我们很快将学习到的乐理知识融入到实际的吉他弹唱练习中去,做到有的放矢,这种有目的的训练,使人们能够轻松地掌握吉他弹唱技术,有效节省学习时间,提高学习效率。

无论你是毫无乐理知识的新手,还是热爱音乐却没有时间学习的爱好者,都可以从本书中掌握到最实用的吉他弹唱技巧,从而体会到:原来六线谱不再那么枯燥,原来弹吉他那么有趣!

---

◆ 编 著 楚 飞  
责任编辑 郭发明  
执行编辑 王 铁  
责任印制 李 东

◆ 人民邮电出版社出版发行 北京市丰台区成寿寺路11号  
邮编 100164 电子邮件 315@ptpress.com.cn  
网址 <http://www.ptpress.com.cn>  
北京盛通印刷股份有限公司印刷

◆ 开本: 690×970 1/12  
印张: 15 2015年2月第1版  
字数: 278千字 2015年2月北京第1次印刷

---

定价: 49.80元(附1DVD)

读者服务热线: (010)81055296 印装质量热线: (010)81055316  
反盗版热线: (010)81055315

# CONTENTS 目录

## 热身篇

认识吉他.....	7
1. 吉他的发展历史.....	7
2. 吉他的种类.....	8
3. 吉他的构造.....	9
4. 吉他的选购.....	10
5. 吉他的保养.....	11
认识六线谱.....	12
1. 什么叫六线谱.....	12
2. 吉他弦的编号.....	13
3. 吉他上的品.....	13
4. 看懂数字谱.....	14
吉他的弹奏方式.....	15
1. 手指的编号.....	15
2. 右手手型.....	16
3. 右手拨弦方式.....	17
4. 左手手型.....	17
5. 左手按弦方式.....	18
指法练习.....	20
1. 节拍器的运用.....	20
2. 右手拨弦练习.....	20
3. 左手按弦练习.....	22
4. 弹奏简单的数字谱.....	23





# 乐理篇

P 25

第 1 天

吉他上的音与  
C 大调

音的分组  
音名与唱名  
全音与半音  
认识简谱  
指板上的音  
认识 C 大调

P 29

第 2 天

认识拍子与音符

拍子 拍号  
全音符 二分音符  
四分音符 八分音符  
十六分音符  
音符时值的关系图  
音符弹奏练习

P 38

第 3 天

认识休止符

休止符  
节奏练习  
弹奏《卖报歌》

P 41

第 4 天

认识附点音符

附点音符  
节奏练习  
弹奏《欢乐颂》

P 45

第 5 天

认识延音线

延音线  
节奏练习  
弹奏练习曲

P 47

第 6 天

认识反复记号

段落反复记号  
D. C. 记号  
D. S. 记号  
反复跳跃记号

P 50

第 7 天

认识切分

切分节奏  
节奏练习  
弹奏《彩云追月》

P 53

第 8 天

认识三连音

三连音  
节奏练习  
弹奏《义勇军进行曲》  
(节选)

P 56

第 9 天

弱起小节

弱起小节  
节奏练习  
弹奏《红河谷》

P 59

第 10 天

认识变化音

变化音  
节奏练习  
弹奏《绿袖子》

P 63

第 11 天

音程与和弦

音程  
音程的分类  
三和弦  
三和弦的分类  
七和弦  
和弦的转位

P 68

第 12 天

流畅的和弦转换

看懂和弦图  
常用和弦  
难度和弦讲解  
和弦的转换技巧  
和弦的转换练习

P 79

第 13 天

二拍子弹唱练习

右手弹奏练习  
和弦的转换练习  
弹唱《小星星》

P 83

第 14 天

四拍子弹唱练习

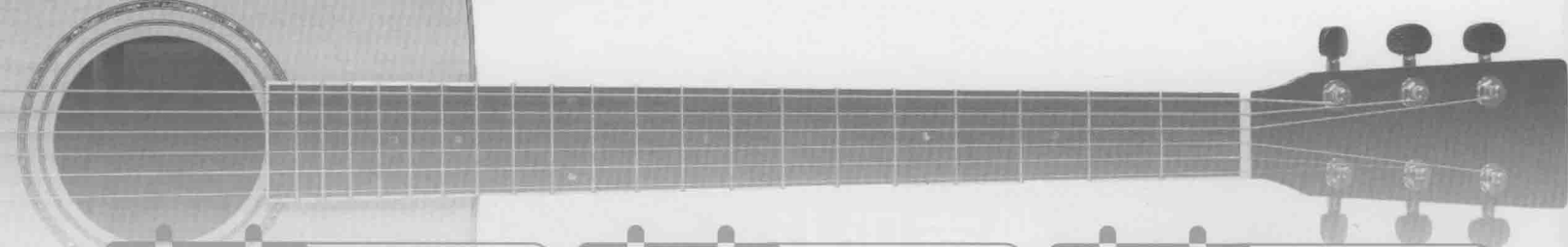
右手弹奏练习  
和弦的转换练习  
弹唱《小草》

P 87

第 15 天

三拍子弹唱练习

右手弹奏练习  
和弦的转换练习  
弹唱《雪花》



P 92

第 16 天

多指拨弦弹唱

右手弹奏练习  
和弦的转换练习  
弹唱《多年以前》

P 95

第 17 天

弱起小节与  
段落反复

右手弹奏练习  
和弦的转换练习  
弹唱《月亮代表我的心》

P 99

第 18 天

复杂的拨弦弹唱

右手弹奏练习  
和弦的转换练习  
弹唱《我真的受伤了》

P 103

第 19 天

扫弦

扫弦的手型  
扫弦的过程  
看懂扫弦图  
常用扫弦节奏型

P 107

第 20 天

扫弦弹唱

右手扫弦练习  
和弦的转换练习  
弹唱《童年》

P 110

第 21 天

复杂的扫弦弹唱

右手扫弦练习  
和弦的转换练习  
弹唱《挪威的森林》

P 115

第 22 天

拨弦、扫弦  
混合弹唱

右手弹奏练习  
节奏的转换练习  
和弦的转换练习  
弹唱《做回自己》

P 121

第 23 天

$\frac{6}{8}$  拍歌曲拨弦弹唱

$\frac{6}{8}$  拍  
右手弹奏练习  
和弦的转换练习  
弹唱《同桌的你》

P 125

第 24 天

$\frac{6}{8}$  拍歌曲扫弦弹唱

右手弹奏练习  
和弦的转换练习  
弹唱《单身情歌》

P 130

第 25 天

调式

大调与小调  
关系大小调的和弦  
调号

P 133

第 26 天

认识 G 大调

G 大调  
G 大调音阶  
G 大调和弦  
G 大调练习曲

P 136

第 27 天

G 大调歌曲弹唱

旋律练习  
和弦的转换练习  
弹唱《多年以前》

P 139

第 28 天

变调夹与 D 大调  
歌曲弹唱

变调夹的作用  
变调夹的使用  
D 大调  
弹唱《樱花草》

P 143

第 29 天

A 大调歌曲弹唱

A 大调  
旋律练习  
和弦的转换练习  
弹唱《星语心愿》

P 148

第 30 天

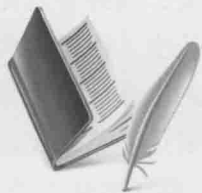
E 大调歌曲弹唱

E 大调  
旋律练习  
和弦的转换练习  
弹唱《青花》

# 弹唱篇

弹唱练习 1——《丁香花》 .....	152
1. 要点讲解 .....	152
2. 弹唱全曲 .....	153
弹唱练习 2——《小酒窝》 .....	156
1. 要点讲解 .....	156
2. 弹唱全曲 .....	158
弹唱练习 3——《七里香》 .....	160
1. 要点讲解 .....	160
2. 弹唱全曲 .....	161
弹唱练习 4——《大约在冬季》 .....	163
1. 要点讲解 .....	163
2. 弹唱全曲 .....	164
弹唱练习 5——《给未来的自己》 .....	166
1. 要点讲解 .....	166
2. 弹唱全曲 .....	168
弹唱练习 6——《突然的自我》 .....	171
1. 要点讲解 .....	171
2. 弹唱全曲 .....	172
弹唱练习 7——《海阔天空》 .....	174
1. 要点讲解 .....	174
2. 弹唱全曲 .....	175
弹唱练习 8——《缘字诀》 .....	177
1. 要点讲解 .....	177
2. 弹唱全曲 .....	178

吉他是生活中最常见的乐器，也是弹奏者最多的乐器之一。市面上的吉他种类有许多，对于初学者来说，选择一把合适的吉他是比较重要的。所以在学习吉他之前，先对吉他的发展、构造、种类以及保养进行系统的认识和了解，为后面的学习做一个热身。



## 1. 吉他的发展历史

吉他是其英文名“Guitar”的译音，因为它由六根弦组成，故又称“六弦琴”。

吉他的起源说法不一。

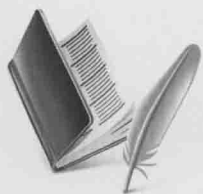
第一种是起源于三千年前古埃及，公元前1400年前生活在小亚细亚和叙利亚北部的古赫梯人城门遗址上的“赫梯吉他”，是考古学家找到的最古老的类似吉他的乐器，但是由于年代过于久远，目前难以准确追溯。

第二种是世人比较公认的，是由15世纪的琉特琴和比维拉琴演变而来。当时吉他的构造并不同统一，尤其是在弦的数量上，有的是5根，有的是6根等。直到16世纪古老的“维忽拉”渐渐形成今天吉他的形状，并开始在西班牙和意大利流行起来，然后渐

渐遍及整个欧洲，这也是今天吉他的前身。

到了19世纪，全新的六根弦的吉他以其清晰的音响效果很快风靡整个欧洲，世界由此也进入了古典吉他的黄金时代。到了近现代，随着工业以及科技的进步，渐渐产生了民谣吉他、电吉他等多种吉他类型，虽然它们在外形上相差无几，但在弹奏方式上却有较大的差别。

20世纪中期以后，随着流行音乐的发展，吉他开始风靡全世界，并达到从未有过的繁荣，它涉及的音乐类型繁多，音乐的表现力更加细腻，弹奏技巧也更加丰富和完善。



## 2. 吉他的种类

在整个吉他家族中，吉他的种类有很多，但是广义上讲，分为木吉他和电吉他两类，如图1所示。



民谣吉他有6根弦，大多数为18个品，所使用的弦大多为钢弦。民谣吉他的弹奏姿势比较随意，

无论是站立还是坐着都可以。民谣吉他是吉他家族中最“平民化”的成员，尤其是电箱吉他，给舞台表演者带来了莫大的方便。民谣吉他最早用于美国西部乡村音乐的伴奏中，所以在歌曲中，民谣吉他通常多为伴奏形式出现。民谣吉他所演奏的歌曲风格，主要有流行音乐、摇滚、蓝调以及民歌，尤其是在当今的流行音乐演奏中，民谣吉他已经成为必不可少的乐器。

古典吉他也是有6根弦，大多数为16个品，使用的弦为尼龙弦。古典吉他对坐姿、指弹等方面有严格的要求，基本上是以坐着弹为主。由于古典吉他有各种的局限性，例如弹奏的歌曲风格、弹奏技巧等，所以古典吉他的使用范围远远不如民谣吉他。古典吉他与民谣吉他的区别，除了琴弦之外，还有就是共鸣箱的大小。古典吉他的共鸣箱稍大一些，所以古典吉他的声音效果通常比民谣吉他要好一些。还有一点就是大部分民谣吉他的右上角有一个缺口，而古典吉他没有，所以要能通过这些不同之处，分清楚这两种吉他，尤其在买吉他的时候注意区分，不要买错。

电吉他是现代科技进步的产物，与之前两种相比，有着很大的区别。首先外观上，电吉他没有共鸣箱，所以电吉他在没有插电且没有外接音箱的情况下，几乎是没有任何声音的。其次，电吉他的指板比较窄，品数比较多，一般有22个左右。电吉他涉及的音乐风格甚广，主要有爵士、乡村、摇滚、流行等，所以电吉他是电声乐队中最重要的乐器之一。



### 3. 吉他的构造

民谣吉他上面的部件繁多,有大有小,形状各异,制作材料也不相同,虽然没必要了解吉他的每一个部位的名称,但是比较明显的一些部件名称还是要能叫得上名字的,尤其是当吉他坏掉的时候,要知道坏的零件叫什么,从而能够准确买到零件进行更换。下面就吉他的各个部位的名称进行简要介绍,如图2所示。

在整个吉他的构造中尤其要知道这几个部分,分别是弦钮、弦轴、品柱和琴品。

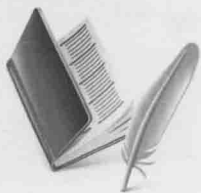
弦轴的作用是用来固定琴弦的一端,一共有6个,每根弦缠绕在一个弦轴上。

弦钮的作用是用来调节琴弦的松紧程度,它与弦轴一样,共有6个,每个弦钮控制一根弦轴,从而达到调节每一根弦的作用。

琴品是琴颈上的一个个小格,作用类似于钢琴键盘。左手按在不同的琴品上,弹出来的音高也不同。

品柱是与琴弦垂直的金属条,作用是按弦的时候固定住琴弦的左端。





## 4. 吉他的选购

对于初学者来说，选购一把合适自己的吉他至关重要。对于吉他的选购，考虑的因素是非常多的。

首先是身高的因素。由于每个人的身高不一样，而且相差较大，所以为了方便不同身高的人弹奏，制作者所设计吉他的尺寸也是不一样。民谣吉他常见的尺寸大小有38寸（约96.5cm）、39寸（约99cm）、40寸（约101.6cm）和41寸（约104cm）。对于不同尺寸的吉他，它的琴颈是一样长的，而不同的是共鸣箱的大小，所以小两个尺寸的吉他，给人的感觉就小了许多。

38寸和39寸的吉他一般比较适合儿童，或者是身高低于150cm的人弹奏。40寸的吉他比较适合身高不低于150cm的人弹奏。41寸的吉他是标准规格，只要是成年人，身高在160cm以上都可以弹奏。

在吉他的选择上，最好是选择比较大一点尺寸的，因为对于吉他来说，音质的好与坏，在一定程度上取决于共鸣箱的大小：共鸣箱越大，材质越好，那么弹出来的效果就越好。

吉他的选购还要考虑一下自身的练习目的。如果只是用来初期练习的话，买一个价格适中的吉他即可。如果价格太便宜，它的做工会很粗糙，手感会很差，这样会大大降低练习效率，甚至是养成坏习惯；而太贵电吉他一般是用于演出或者比赛。所

以用于练习的话，只要买一个价格不低于500元的就可以了。如果条件允许的话，最好可以买1000元左右的。

另外在吉他的选购上还可以选择一些比较有名的品牌。好品牌吉他，虽然价格贵一些，但是在做工上以及制作材料的选择上都是一般杂牌无法比的。在市面上比较好的吉他品牌有芬达、吉普森、依斑娜、红棉和雅马哈等，所以在选购吉他的时候可以优先考虑这几种品牌。

对于懂一点吉他的人来说，选购吉他时还可以通过手感来辨别好坏。

首先是听声音。好的吉他，它的声音有一种从共鸣箱向外输出的感觉，虽然是琴弦在振动，但声音却像是从共鸣箱发出来一样；而差的吉他通常就是琴弦硬生生地在振动发声。

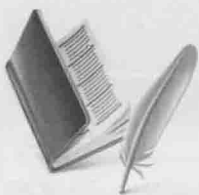
其次是手感。做工差的吉他，手感往往很粗糙，更重要的一点就是琴弦离指板很高，这样按弦的话需要用很大的力度，对于吉他基础比薄弱甚至没基础的学生来说，想要把音弹出来是很不容易的。

其实吉他的选购很大一部分要取决于自己的直观感受，在选购的时候可以将一把好的吉他和一把差的吉他同时比较一下，同时弹一下这两种价位的吉他，从做工、手感、音响效果三方面去衡量一下，就很容易发现质量好与质量差的吉他的区别都有哪些了。

综上所述，选购一把适合自己的吉他，需要考



虑的因素有许多，如果将这些因素都想到的话，想要选购一把适合自己并且喜欢的吉他就不是一件难事。



## 5. 吉他的保养

任何是器械、工具等都需要定期做保养，吉他也是如此。如果不注重保养的话，吉他会很容易出问题，例如音不准，零件出现故障等。经常注重对吉他的保养，能使吉他的使用寿命大大提升，吉他的练习也会变得轻松。

首先，在练吉他或搬运的时候要轻拿轻放。吉他的共鸣箱里面是空的，只有外面一层面板，如果面板磕破的话，会影响吉他的音质。还有吉他的琴弦上不要压重物，当吉他的音调准的时候，琴弦往往是处于最紧的状态，如果这个时候给琴弦施加压力的话，可能会将琴弦弄断。除此以外，吉他上还有许多比较脆弱的部位，这些部位磕坏的话，轻则音质变差，重则吉他报废，所以无论在什么时候，都尽量不要磕碰到吉他。

其次，吉他存放的位置不能是潮湿或过热的地方。吉他的材料基本上都是木材，琴弦为钢丝，如果放在过于潮湿的环境中，琴弦可能会生锈，木材也会受潮，这样再弹的时候就会出现音调不准，或者音质变差的现象。而过热的环境中，木材可能会受热膨胀，甚至会使得有些地方的木头变形，这样对吉他本身的伤害是很大的。所以吉他要避免存放在

潮湿、高温的环境中。

另外，要及时更换吉他的琴弦。许多人弹吉他都喜欢等到琴弦弹断了再换，当然琴弦断了是肯定要换的，但是通常来说，不用等到琴弦弹断，就应及时更换琴弦。如果是经常弹的话，基本上两三个月就得换一套弦。判断琴弦需不需要换，主要看琴弦上面的一层金黄色的镀层。如果镀层都磨得差不多了，尤其是右手弹的那一段，那就需要将琴弦换掉了，因为这样一直弹下去的话，会影响弹奏的手感，降低练习效率。所以吉他的琴弦要根据琴弦的磨损情况，来决定是否换弦，而不是等到琴弦弹断了再换。

最后，吉他要定期进行清洁。存放时间久的吉他，琴体及琴弦上会有灰尘，这些灰尘可能会进入到吉他的凹槽或比较重要的零件中，从而影响吉他的弹奏效果及调音，所以长时间不用的吉他要先清理一遍。而夏天的时候手上容易出汗，这些汗液会残留在琴弦上，从而使琴弦生锈，所以当手上出汗的时候，弹完之后也要将吉他大致清洁一遍。

吉他的保养还有许多要注意的地方，除了上面所说的，还要以正确弹奏方式去弹奏，不能用较大的力气去敲打琴弦，琴弦不准的情况下，调音要小心，不要将琴弦调断。还有，要为吉他配一个合适的包或者箱子，如果吉他的价格在1000元以上，最好是配一个箱子，这样无论怎么样磕碰，都不会对吉他的有多大影响。而价格是几百块钱的吉他，那就配一个质量好一点的吉他包，这些琴箱或琴包在对吉他起到保护作用的同时，也方便吉他的搬运。



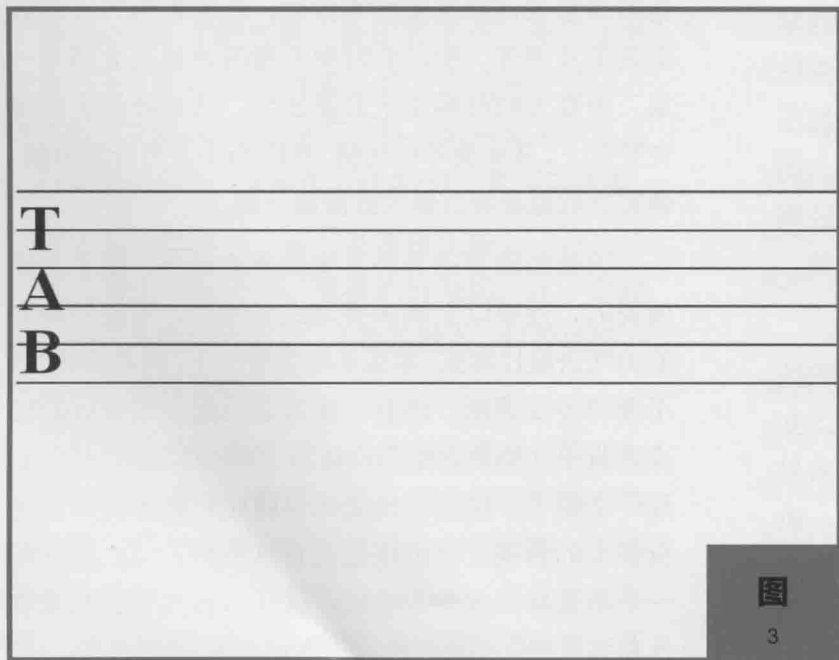


# 认识六线谱

六线谱是为吉他设计的专用谱，所以只有吉他这一种乐器才会用到六线谱。想学会弹吉他，识谱是最关键的。吉他谱包括了指法，所弹奏的音，弹奏的方式、技巧等。总之，吉他弹奏所有需要注明的弹奏内容都会在六线谱中标出来，所以识谱的速度也就直接影响着弹奏能力的高低。



## 1. 什么叫六线谱



六线谱顾名思义就是由六条等距离的线段上下排列形成的乐谱，如图3所示。六线谱是世界上通用的吉他专用谱，因在谱子开始有“TAB”三个字母，故又称TAB谱。由于六线谱与吉他的六根弦正好一一对应，有通俗易懂便于理解等特点，所以六线谱是学习吉他必不可少的工具。