



长笛



附CD一张

天天练练

[美] E-M·伯纳姆 著

朱 晗 译

A DOZEN A DAY FLUTE



Music Sales &



美国威利斯音乐出版公司提供版权

SMPH
上海音乐出版社
WWW.SMPH.CN

SLAV
上海文艺音像电子出版社
WWW.SLAV.CN

图书在版编目 (CIP) 数据

长笛天天练/[美]E-M·伯纳姆著; 朱晗译 - 上海: 上海音乐出版社,
2013.4

ISBN 978-7-5523-0151-9

I. 长… II. ①E… ②朱… III. 长笛 - 吹奏法 IV. J621.16

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2013) 第 042152 号

© Copyright 2012 The Willis Music Company

Florence, Kentucky, USA.

All rights reserved.

Exclusive Distributors:

Music Sales Limited

Newmarket Road, Bury St Edmunds, Suffolk IP33 3YB, UK.

Music Sales Pty Limited

20 Resolution Drive, Caringbah, NSW 2229, Australia.

Chinese translation copyright © 2013 by Shanghai Music Publishing House Co., Ltd.

All rights reserved.

Unauthorised reproduction of any part of this publication by any means including
photocopying is an infringement of copyright.

未经许可不得对本出版物的任何部分以任何方式, 包括影印进行复制, 违者必以侵权追究。

书 名: 长笛天天练
著 者: [美]E-M·伯纳姆
译 者: 朱 晗

出 品 人: 费维耀
责任编辑: 张静星
音像编辑: 曹德玲
封面设计: 陆震伟
印务总监: 李霄云

上海音乐出版社、上海文艺音像电子出版社出版、发行

地址: 上海市绍兴路 7 号 邮编: 200020

上海文艺出版 (集团) 有限公司: www.shwenyi.com

上海音乐出版社网址: www.smph.cn

上海音乐出版社电子信箱: editor_book@smph.cn

上海文艺音像电子出版社邮箱: editor_cd@smph.cn

印刷: 上海书刊印刷有限公司

开本: 640×978 1/8 印张: 4 图、谱、文: 32 面

2013 年 4 月第 1 版 2013 年 4 月第 1 次印刷

印数: 1 - 3,000 册

ISBN 978-7-5523-0151-9/J·0115

定价: 28.00 元 (附 CD 1 张)

读者服务热线: (021) 64375066 印装质量热线: (021) 64310542

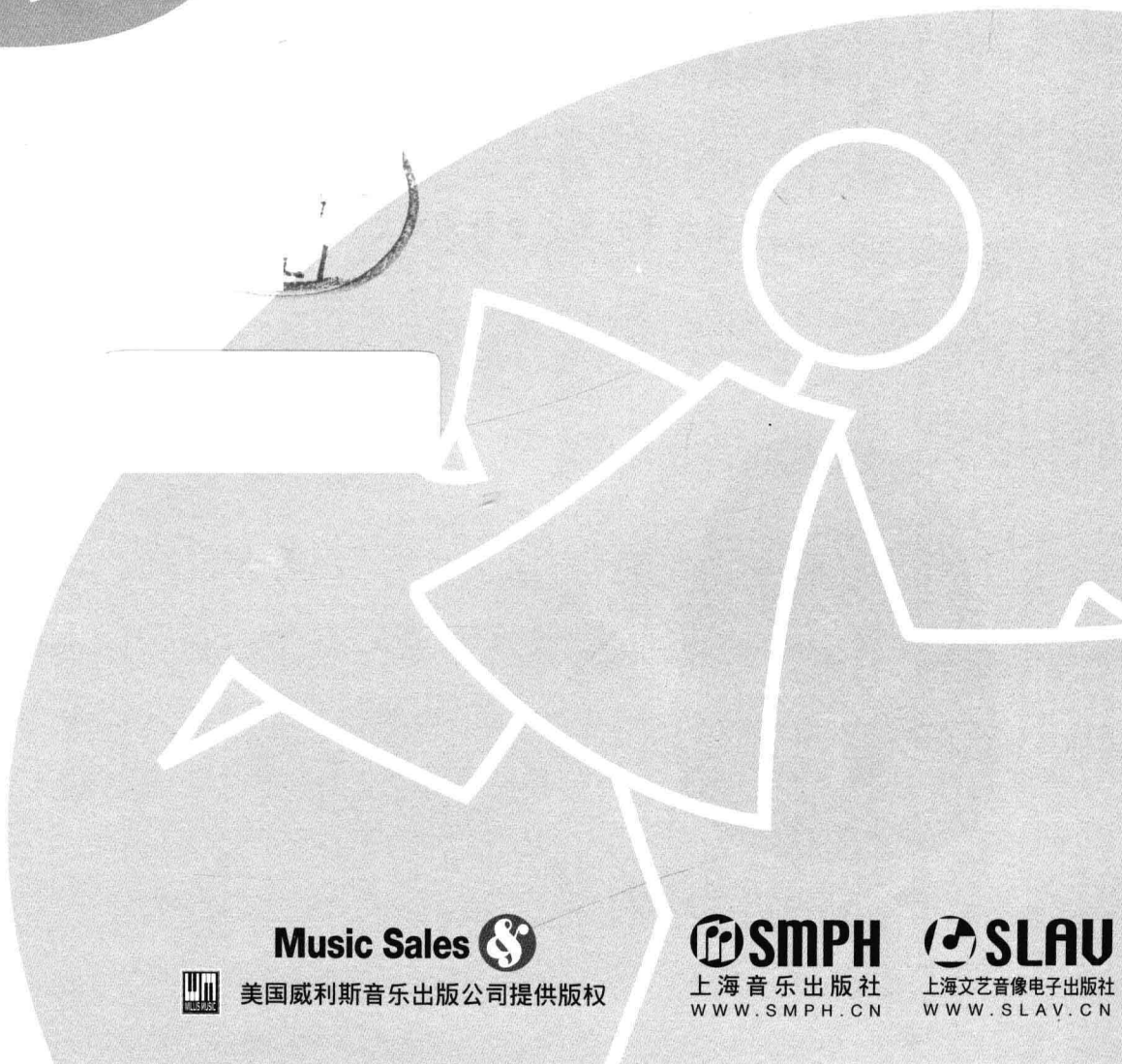
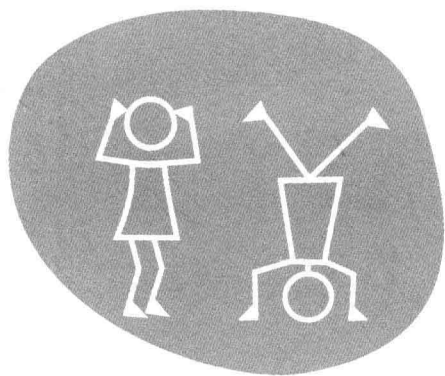
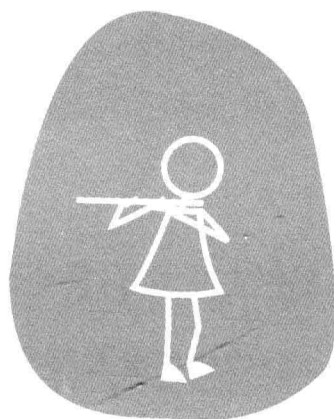
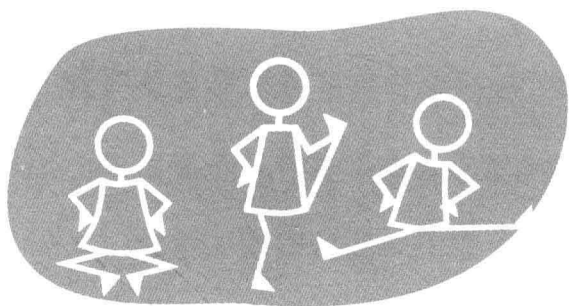
反盗版热线: (021) 64734302 (021) 64375066-241

郑重声明: 版权所有 翻印必究

长笛 天天练练

[美] E-M·伯纳姆 著
朱 晗 译

A DOZEN A DAY
FLUTE



Music Sales

美国威利音乐出版公司提供版权



SMPH

上海音乐出版社
WWW.SMPH.CN



SLAV

上海文艺音像电子出版社
WWW.SLAV.CN

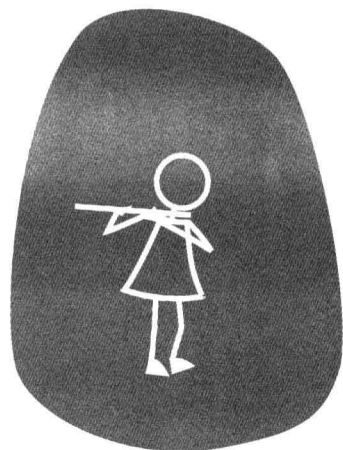
前言

要成为一名优秀的演奏家,牢固掌握演奏技巧至关重要,且只有通过持之以恒的训练和每天的热身练习才能做到。颇受人钟爱的 E-M. 伯纳姆《长笛天天练》采用了新的练习材料以及寓教于乐的练习方法,确保学生能坚持每天做热身练习。

这些练习材料是为促使学生们养成良好的呼吸、吐舌和指法习惯,以及学会识别音程(如“踏步”“蹦跳”)而设计的。我们尤其主张学生在尝试用长笛演奏这些练习曲之前,先唱出谱中的音符,在头脑中对这些音听上去应该是怎样的形成大致印象,以便提高学生把握音准和乐句的能力。

在学习本书的第一个星期,学生不必全都学会前十二首练习曲,只需学好两三首即可,并且做到每天练习之前把它们温习一遍,然后再逐首增加,直到能完美无误地演奏十二首练习曲。

记住,每日常规的技巧练习是让你的演奏变得动听悦耳的法宝。



目 录

第 一 组

1. 吹气球	8
2. 荡秋千	8
3. 保持平稳	8
4. 行 走	9
5. 深呼吸	9
6. 小 丑	9
7. 跳 跃	10
8. 挥动手臂	10
9. 摇啊摇	10
10. 小兔子蹦蹦跳	11
11. 转 圈	11
12. 前滚翻	11

第 二 组

1. 慢 步	12
2. 慢步上山，快步下山	12
3. 练练手指	12
4. 娃娃步	13
5. 摇啊摇	13
6. 划 船	13
7. 腿 操	14
8. 跳 跃	14
9. 伸伸右腿	14
10. 身体健壮	15
11. 曲膝下蹲	15
12. 爬梯子	15

第 三 组

1. 侧手翻	16
2. 跑下山坡	16
3. 晴天散步，阴天散步	17
4. 踮脚尖	17
5. 屈膝下蹲	18

6. 单腿蹦跳	18
7. 打 滚	18
8. 用脚尖跳	19
9. 跑上山坡	19
10. 划 船	19
11. 俯卧撑	20
12. 拍 球	20

第 四 组

1. 滚皮球	21
2. 游 泳	21
3. 高高向上伸展	21
4. 摇 摆	22
5. 小 跑	22
6. 爬梯子	22
7. 挥动手臂	23
8. 伸直与弯曲	23
9. 乘过山车	24
10. 锤与锯	24
11. 触摸脚尖	25
12. 身体健壮	25

第 五 组

1. 回 声	26
2. 单腿蹦跳	26
3. 向上伸展	27
4. 上下滑梯	27
5. 打 滚	28
6. 爬上更高的山坡	28
7. 小花招	29
8. 行 军	29
9. 电 舞	30
10. 摇 摆	30
11. 爬上梯子	31
12. 身体健壮	31

CD目录

每条音轨都是分轨录制的——如果平衡器调在中央,便可听到长笛和伴奏声部,如果调在右边则只能听到伴奏声部。

音轨	编号	标题	页码
第一组			
1	1.	吹气球	8
2	2.	荡秋千	8
3	3.	保持平稳.....	8
4	4.	行 走	9
5	5.	深呼吸	9
6	6.	小 丑	9
7	7.	跳 跃	10
8	8.	挥动手臂.....	10
9	9.	摇啊摇	10
10	10.	小兔子蹦蹦跳	11
11	11.	转 圈	11
12	12.	前滚翻	11
第二组			
13	1.	慢 步	12
14	2.	慢步上山,快步下山	12
15	3.	练练手指.....	12
16	4.	娃娃步	13
17	5.	摇啊摇	13
18	6.	划 船	13
19	7.	腿 操	14
20	8.	跳 跃	14
21	9.	伸伸右腿.....	14
22	10.	身体健壮.....	15
23	11.	曲膝下蹲.....	15
24	12.	爬梯子	15
第三组			
25	1.	侧手翻	16
26	2.	跑下山坡.....	16
27	3.	晴天散步,阴天散步	17
28	4.	踮脚尖	17
29	5.	屈膝下蹲.....	18
30	6.	单腿蹦跳.....	18

音轨	编号	标题	页码
31	7.	打 滚	18
32	8.	用脚尖跳.....	19
33	9.	跑上山坡.....	19
34	10.	划 船	19
35	11.	俯卧撑	20
36	12.	拍 球	20

第四组

37	1.	滚皮球	21
38	2.	游 泳	21
39	3.	高高向上伸展	21
40	4.	摇 摆	22
41	5.	小 跑	22
42	6.	爬梯子	22
43	7.	挥动手臂.....	23
44	8.	伸直与弯曲	23
45	9.	乘过山车.....	24
46	10.	锤与锯	24
47	11.	触摸脚尖.....	25
48	12.	身体健壮.....	25

第五组

49	1.	回 声	26
50	2.	单腿蹦跳.....	26
51	3.	向上伸展.....	27
52	4.	上下滑梯.....	27
53	5.	打 滚	28
54	6.	爬上更高的山坡.....	28
55	7.	小花招	29
56	8.	行 军	29
57	9.	电 舞	30
58	10.	摇 摆	30
59	11.	爬上梯子.....	31
60	12.	身体健壮.....	31

第一组

1. 吹 气 球

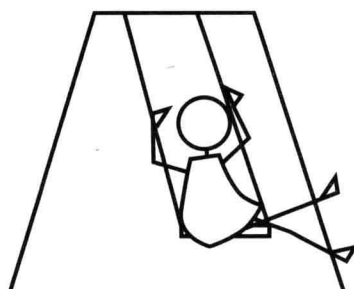


深吸气 吹奏 深吸气 吹奏

(不能耸肩!)

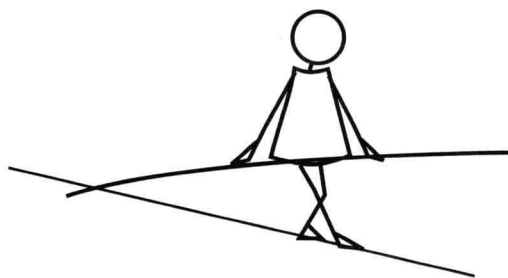
ta _____ ta _____

2. 荡 秋 千



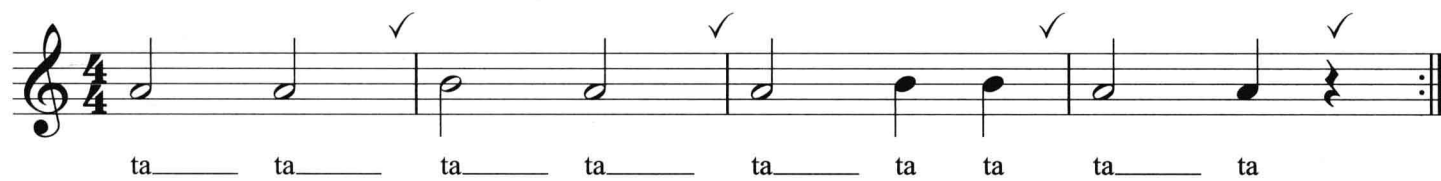
ta _____ ta _____ ta _____ ta _____ ta _____ ta _____

3. 保 持 平 稳

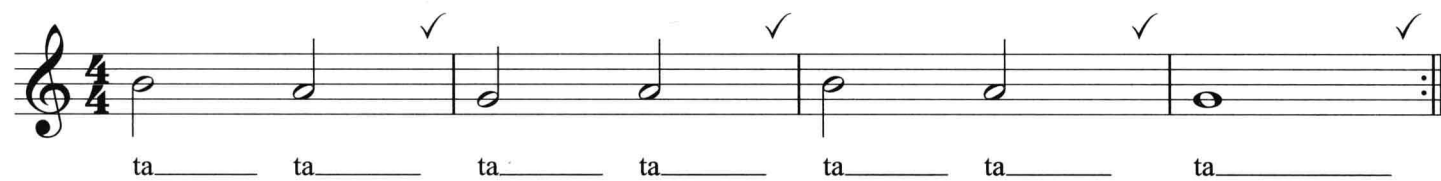


ta _____ ta _____ ta _____ ta _____

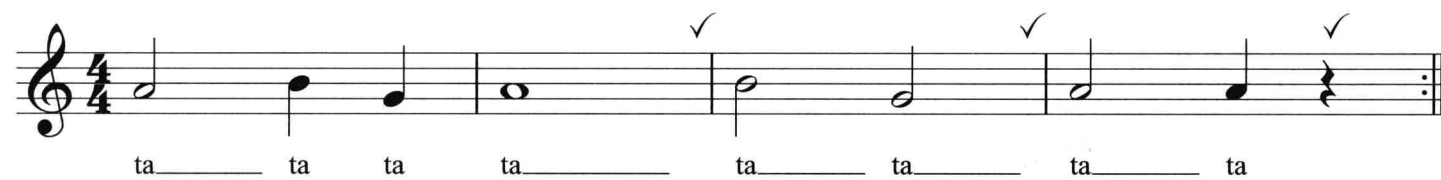
4. 行 走



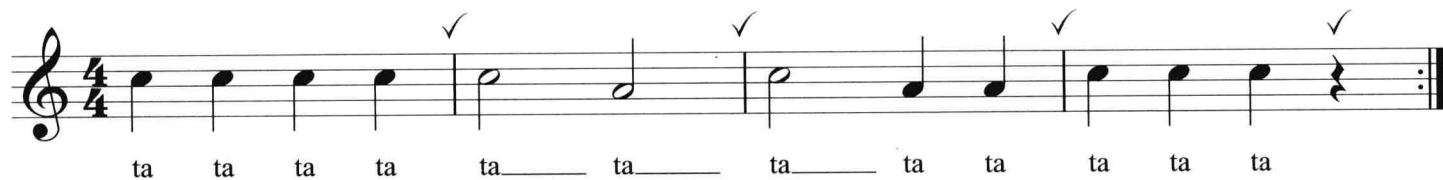
5. 深 呼 吸



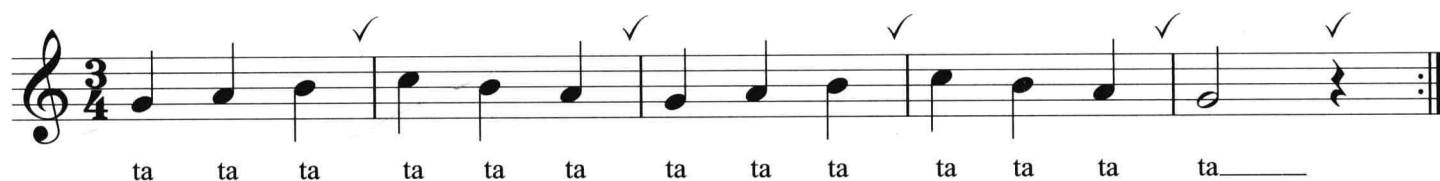
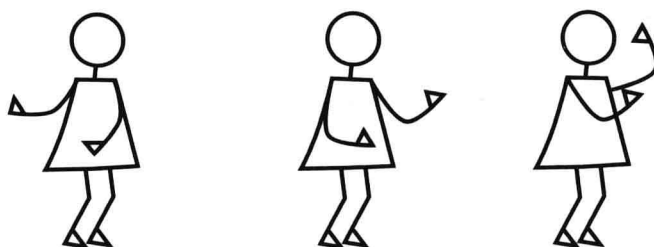
6. 小 丑



7. 跳 跃



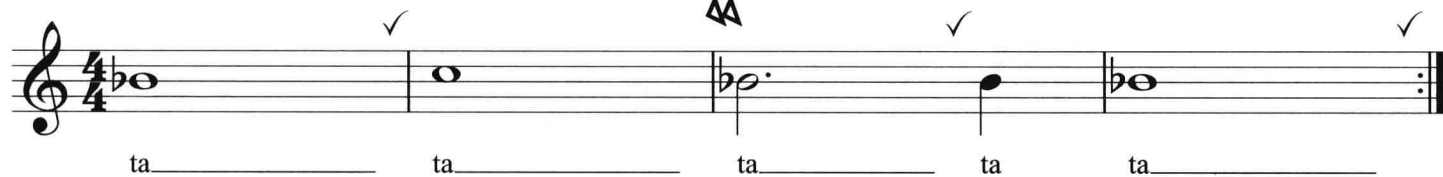
8. 挥 动 手 臂



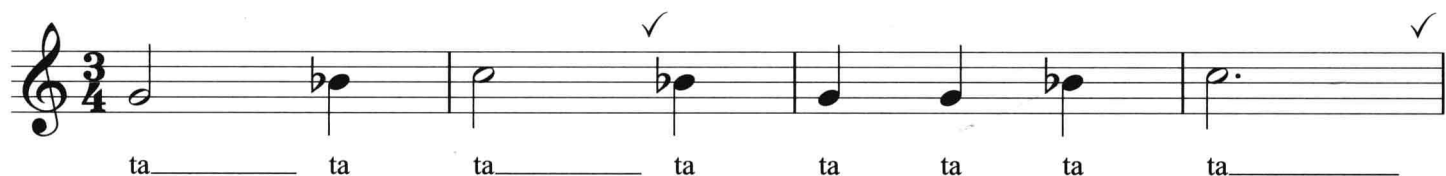
9. 摇 啊 摇



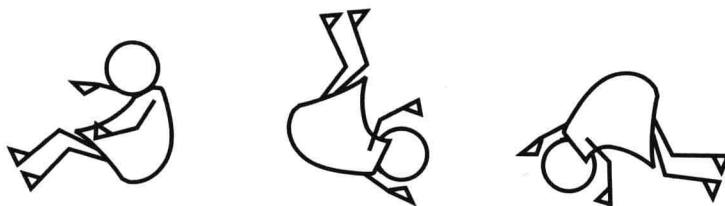
10. 小兔子蹦蹦跳



11. 转 圈

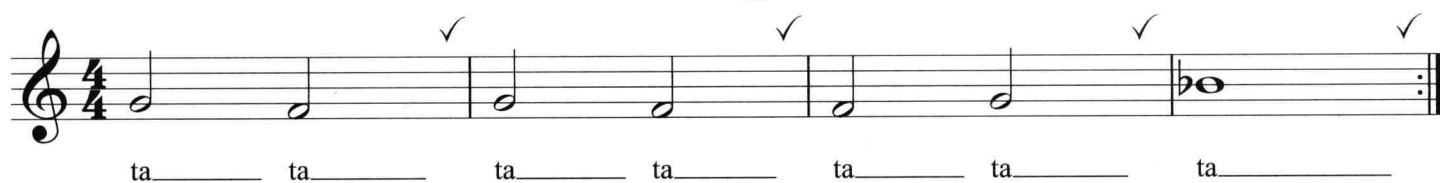
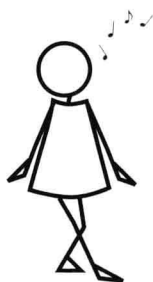


12. 前 滚 翻

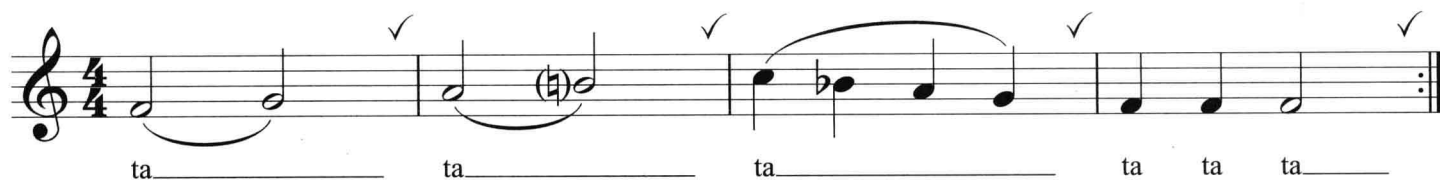


第二组

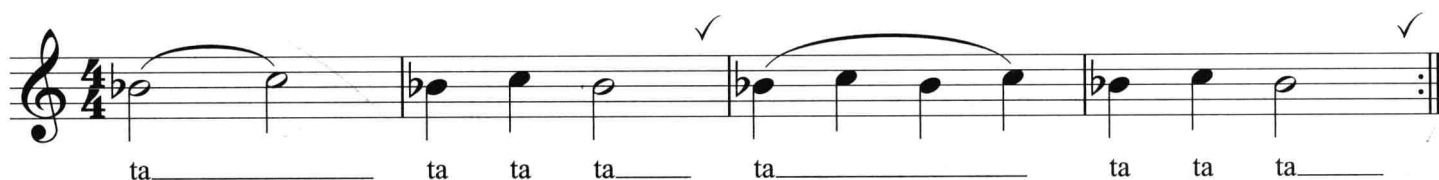
1. 慢 步



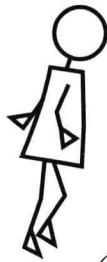
2. 慢步上山，快步下山



3. 练练手指



4. 娃娃步



Two staves of music in 4/4 time. The melody consists of eighth and quarter notes. The lyrics 'ta' are written below the notes, with blank lines for the student to write the corresponding syllable.

Staff 1: ta ta ta ta ta ta ta ta

Staff 2: ta ta ta ta ta ta ta ta

5. 摇啊摇

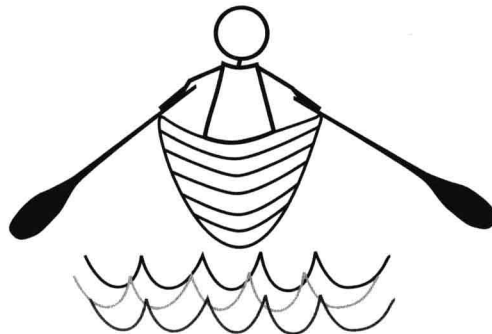


Two staves of music in 4/4 time. The melody consists of half and quarter notes. The lyrics 'ta' are written below the notes, with blank lines for the student to write the corresponding syllable.

Staff 1: ta ta ta ta

Staff 2: ta ta ta

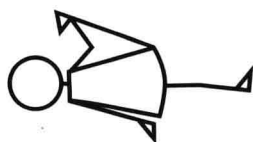
6. 划船



One staff of music in 2/4 time. The melody consists of quarter and eighth notes. The lyrics 'ta' are written below the notes, with blank lines for the student to write the corresponding syllable.

Staff 1: ta ta ta ta

7. 腿 操



ta - ta ta - ta ta - ta ta - ta

ta ta ta ta ta ta ta - ta - ta ta

8. 跳 跃



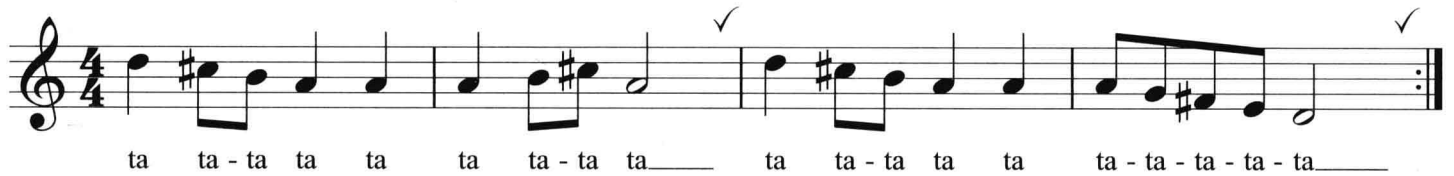
ta ta ta ta ta ta ta ta ta ta ta ta ta ta ta ta

9. 伸 伸 右 腿

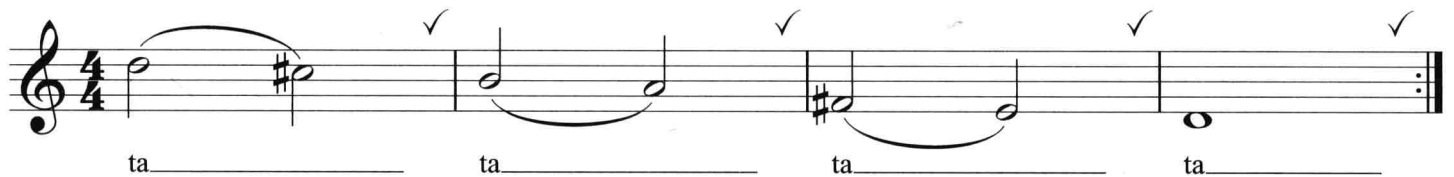
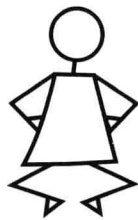


ta ta ta ta ta ta

10. 身体健壮



11. 曲膝下蹲



12. 爬梯子

