

★ 军地俱乐部丛书

总策划：陈学建 总主编：金永吉

# 笛子 入门基础教程

中国民族乐器系列教材

点石 著



蓝天出版社

★ 军地俱乐部丛书

总策划：陈学建 总主编：金永吉

# 笛子入门基础教程

中国民族乐器系列教材

点石著

 蓝天出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

笛子入门基础教程 / 点石著. —北京: 蓝天出版社, 2009. 4

ISBN 978-7-5094-0189-7

I. 笛… II. 点… III. 笛子—吹奏法—教材 IV. J632.11

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2009) 第 053717 号

---

出版发行: 蓝天出版社

地 址: 北京市复兴路 14 号

邮 编: 100843

电 话: 66983715

经 销: 全国新华书店

印 刷: 北京奥隆印刷厂

印 数: 1-5000 册

开 本: 16 开 (787×1092 毫米)

字 数: 220 千字

印 张: 10

版 次: 2009 年 5 月第 1 版

印 次: 2009 年 5 月北京第 1 次印刷

---

定 价: 20.00 元

# 目 录

## 第一部分 笛子基础知识

一、沿革及类别 .....	( 1 )
二、形式和构造 .....	( 1 )
三、音孔及音列 .....	( 2 )
四、音域、音区和气息消耗 .....	( 2 )
五、演奏姿势 .....	( 2 )
六、呼吸方法 .....	( 3 )
七、六孔笛常用指法 .....	( 4 )

## 第二部分 进入教程的预备练习

练习曲①—⑪ .....	( 5 )
小花猫 .....	( 8 )
小娃娃 .....	( 8 )
小石磨 .....	( 8 )
钟 声 .....	( 8 )
双人舞 .....	( 9 )
独木桥 .....	( 9 )
赛 马 .....	( 9 )

## 第三部分 练习曲与乐曲

音阶琶音练习 (简音作5) .....	( 10 )
音阶级进练习 .....	( 10 )

五声音阶练习 .....	( 11 )
老六板 .....	( 12 )
金蛇狂舞 .....	( 12 )
孟姜女 .....	( 13 )
音阶琶音练习 (简单作 2) .....	( 14 )
练习曲 .....	( 15 )
音阶琶音练习 (简音作 1) .....	( 16 )
紫竹调 .....	( 17 )
音阶琶音练习 (简音作 6) .....	( 18 )
分解和弦练习 .....	( 19 )
自由模进练习 .....	( 20 )
音阶琶音练习 (简音作 3) .....	( 22 )
音阶琶音练习 .....	( 23 )

## 第四部分 技巧篇

一、单吐 .....	( 24 )
小杜鹃 .....	( 24 )
练习一 .....	( 24 )
练习二 .....	( 25 )
练习三 .....	( 25 )
二、连奏 .....	( 26 )
练习一 .....	( 26 )
练习二 .....	( 27 )
三、连吐综合练习 .....	( 27 )
练习一 .....	( 27 )
练习二 .....	( 28 )
练习三 .....	( 28 )
练习四 .....	( 29 )
练习五 .....	( 29 )
黄水谣 .....	( 29 )

练习六 .....	( 29 )
练习七 .....	( 30 )
四、双吐 .....	( 31 )
快乐的心 .....	( 32 )
红色娘子军 (片段) .....	( 32 )
五、三吐 .....	( 33 )
练习一 .....	( 34 )
练习二 .....	( 35 )
六、颤音 .....	( 36 )
练习一 .....	( 36 )
七、滑音 .....	( 37 )
练习一 .....	( 37 )
练习二 .....	( 38 )
八、历音 .....	( 39 )
历音练习 .....	( 39 )
九、花舌 .....	( 40 )
花舌练习 .....	( 40 )
十、垛音 .....	( 41 )
五三点 .....	( 41 )
《五梆子》(片段) .....	( 42 )
《挂红灯》(片段) .....	( 43 )
十一、叠音 .....	( 44 )
秋湖月夜 (节选) .....	( 44 )
十二、打音 .....	( 45 )
姑苏行 (节选) .....	( 45 )

## 第五部分 音乐会演奏曲目

一、古 曲	
妆台秋思 .....	( 46 )
二、民间乐曲	
小放牛 .....	( 48 )

欢乐歌 .....	( 52 )
中花六板 .....	( 56 )
鹧鸪飞 .....	( 59 )
双声恨 .....	( 62 )
净水瓶 .....	( 66 )
海青歌 .....	( 70 )
喜新婚 .....	( 72 )
百鸟音 .....	( 74 )
江河水 .....	( 79 )
三、近现代乐曲	
京 调 .....	( 81 )
欢乐的节日 .....	( 83 )
秋湖月夜 .....	( 89 )
姑苏行 .....	( 96 )
黄河边的故事 .....	( 100 )
我是一个兵 .....	( 103 )
塔塔尔族舞曲 .....	( 108 )
陕北好 .....	( 113 )
枣园春色 .....	( 116 )
牧民新歌 .....	( 121 )
帕米尔的奏天 .....	( 125 )
扬鞭催马运粮忙 .....	( 130 )
荫中鸟 .....	( 134 )
四、重奏曲	
双合凤 .....	( 145 )

# 第一部分 笛子基础知识

## 一、沿革及类别

笛子，是我国广泛流行的乐器，古时称为横笛或长笛。它原是兄弟民族乐器，汉朝马融的《长笛赋》曰：“近世长笛从羌起，羌人伐木未及已。龙鸣水中不见已，载竹吹之声相似”。

近年来，浙江河姆渡出土的七千年前的骨哨、骨笛，收藏家收藏的战国时期的铜笛，湖北随县出土的战国初曾侯乙墓中的两支“篪，很象传统的六孔笛，湖南长沙马王堆三号汉墓中两支横吹笛，这些都有是中国竹笛的鼻祖，由此可见，中国很早就已流行竹笛的演奏。

现代民间最流行的笛分为两类：一是梆笛，笛身短而细，发音明亮、清脆，多用于伴奏北方的梆子戏；二是曲笛，笛身长而粗，声音浑厚、柔和，多用于演奏南方的昆曲、乱弹等戏曲。二者的音高相差一个纯四度。民间的笛还有许多差异，粗细长短不同，或制作材料不同，或开孔型制不同，因而它们的音色、音量亦略有差别。

笛的用途很广，除独奏和伴奏外，还可与其它乐器重奏及合奏，是民族管弦乐中不可缺少的重要乐器。

## 二、形式和构造

笛子通常全部由竹子制成，呈圆柱形，由一个吹孔、一个膜孔、六个音孔、一个前出音孔和两个后出音孔构成，见图 1-1。

在膜孔上贴了一层笛膜，笛膜是芦秆内的薄膜，有了它笛子才能发出清脆而圆润的音色。

笛的后出音孔有两个，可借以穿绳，所以又称为“穿绳孔”。有了前后出音孔，才能发出准确的低音。

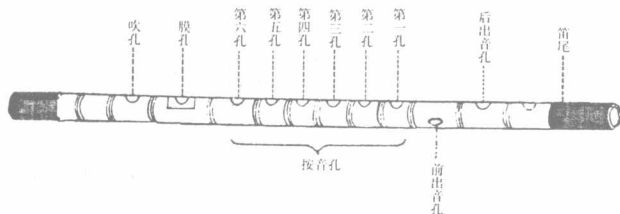


图 1-1





的下方),小指轻轻按在笛身上,左手无名指、中指、食指的第一节指肚分别按住笛子的四、五、六孔,大拇指托在笛身下端食指对面稍靠上的地方,小指也轻轻按在笛身上,这样用左右两手的小指和大指就能将笛身持住。

二是坐势。坐势要求上身和立势相同。坐椅高度要适中,最好不要架腿,两腿自然分开。

## 六、呼吸方法

笛的声音主要靠吹奏者的气息来支持,正确的呼吸方法对于吹奏者非常重要,不仅能很好地演奏,还能锻炼吹奏者的肺活量,使人体得到更多的氧气,促进血液循环、增强新陈代谢促使肠胃的蠕动,增强食物的消化,促进人体的健康。

1. **胸式呼吸**:依靠胸廓中、上部肋间肌的运动使气吸入胸腔。其明显特征是肩向上抬,呼吸运动主要在胸廓中进行,吸气时横膈膜有些向上收,不能主动帮助呼吸动作,影响了胸腔容积向下扩展。因胸廓扩张受肋骨制约,所以吸气量不能达到人体吸气的最大容量,加上抬肩使上的部肌肉紧张,呼气时也不易控制,因此容易使人紧张、疲劳。

2. **腹式呼吸**:腹腔向外扩张,腹部无骨骼包围,伸缩范围大,吸气量较大。但由于胸部没充分运动,整个腹部运动内脏移位较大,气吸在下部,呼气时较费力,容易使人疲劳。

3. **胸腹式呼吸**:用胸的下部和腹部的上部同时运动为主的呼吸称为胸腹式呼吸,这是人体在自然状态下呼吸的有意识扩张,吸气时胸腔的下部和腹腔的上部同时向四周扩张,胸腔与腹腔之间的横膈膜同时下沉,随着肌肉运动,鼻子吸气,肺内进入空气。吸气时下腹肌肉同时收缩,不使小肚向外扩张,而让气在上腹和下胸吸满。呼气时胸下部肌肉和腹上部肌肉同时收缩,横膈膜向上顶,下腹肌肉和臀部肌肉以至提肛肌都处于收缩状态,使吸入的气形成压力,源源不断地从口腔中吹出。

吹管乐用气不当,会直接影响作品的表现,也会影响吹奏者的健康。有的人吹奏的时间稍长,就觉得肚涨或气短不适,有的人一吹就脸红脖粗,青筋横暴,这常是因呼吸用气不当造成的,这既然是用气的方法问题也是舞台形象问题。



## 第二部分 进入教程的预备练习

(必须从这里开始)

### 音 符

音符是记录音乐的符号

①  $\frac{4}{4}$  (简音作 5)

1 - - - | 2 - - - | 3 - - - | 2 - - - |  
1 - - - | 2 - - - | 7 - - - | 1 - - - ||

### 全 音 符

叫做完全音符，简称全音符

②  $\frac{4}{4}$  (简音作 5)

1 - 1 - | 2 - 2 - | 3 - 3 - | 2 - 2 - |  
1 - 1 - | 2 - 2 - | 7 - 7 - | 1 - - - ||

### 二 分 音 符

二分音符是全音符的 $\frac{1}{2}$ ，叫做二分音符，简称二分音符

③  $\frac{4}{4}$  (简音作 5)

1 1 1 1 | 2 2 2 2 | 3 3 3 3 | 2 2 2 2 |

1 1 1 1 | 2 2 2 2 | 7 7 7 7 | 1 - - - ||

### 四分音符

四分音符是全音符的  $\frac{1}{4}$ ，叫做四分之一音符、简称四分音符

④  $\frac{4}{4}$  (简音作 5)

1 - 1 1 | 2 - 2 2 | 3 - 3 3 | 2 - 2 2 |

1 - 1 1 | 2 - 2 2 | 7 - 7 7 | 1 - - - ||

⑤  $\frac{4}{4}$  (简音作 5)

1 1 1 - | 2 2 2 - | 3 3 3 - | 2 2 2 - |

1 1 1 - | 2 2 2 - | 7 7 7 - | 1 - - - ||

⑥  $\frac{4}{4}$  (简音作 5)

1 1 - 1 | 2 2 - 2 | 3 3 - 3 | 2 2 - 2 |

1 1 - 1 | 2 2 - 2 | 7 7 - 7 | 1 - - - ||

### 切分音

位于弱拍或一拍中相对弱的部位的音，按正常节奏应在紧接其后的强拍或弱拍相对的位置进行到另外的音。如果不换到另外的音而延续下去，该音就会因由短变长而由弱变强，成为切分音。

⑦  $\frac{4}{4}$  (简音作 5)



⑧  $\frac{2}{4}$  (简音作 5)



### 八分音符

八分音符是全音符的  $\frac{1}{8}$ ，叫做八分之一音符，简称八分音符

⑨  $\frac{3}{4}$  (简音作 5)



⑩  $\frac{6}{8}$  (简音作 5)



⑪  $\frac{3}{8}$  (简音作 5)



## 小花猫

$\frac{2}{4}$  (简音作 $\dot{5}$ )

1 1 2 | 3 3 | 2 1 2 3 | 1 1 | 1 1 2 | 3 3 | 2 1 2 3 | 1 - ||

## 小娃娃

$\frac{4}{4}$  (简音作 $\dot{5}$ )

3 - 2 1 | 3 - 3 - | 3 3 2 3 | 2 - - - |

3 - 2 1 | 3 - 3 - | 2 2 3 2 | 1 - - - ||

## 小石磨

$\frac{4}{4}$  (简音作 $\dot{5}$ )

3 3 2 3 | 1 1 1 2 | 3 3 2 2 | 1 - 1 - |

3 3 2 2 | 1 1 1 2 | 3 2 3 2 | 1 - - - ||

## 钟声

$\frac{3}{4}$  (简音作 $\dot{5}$ )

3 1 2 |  $\dot{5}$  - - | 1 2 3 | 1 - - | 3 2 1 |  $\dot{5}$  - - |

$\dot{5}$  2 3 | 1 - - | 1 - - | 1 - - | 1 - - | 1 - - ||

## 双人舞

$\frac{4}{4}$  (简音作5)



### 连奏

以“    ”作标记，连线内的音符吹奏时不能换气，不另吐音

## 独木桥

$\frac{4}{4}$  (简音作5)



## 赛马

$\frac{4}{4}$  (简音作5)



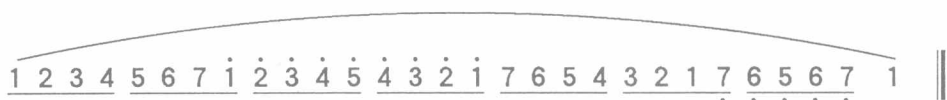


## 第三部分 练习曲与乐曲

到这里，各位最好与第四部分(技巧篇)同时学习。

### 音阶琶音练习 (简音作5)

简音作5  $\text{♩} = 80 \sim 96$



注: ① 全部分奏 ② 照连线吹奏

### 音阶级进练习

简音作5  $\frac{2}{4}$

