



音阶教学曲

付晏铭◎编著

文化艺术出版社
Culture and Art Publishing House

音阶教学曲

付晏铭◎编著

文化艺术出版社
Culture and Art Publishing House

图书在版编目(CIP)数据

音阶教学曲 / 付晏铭编著. —北京:

文化艺术出版社, 2018.6

ISBN 978-7-5039-6507-4

I. ①音… II. ①付… III. ①音阶—演奏—教材

IV. ①J613.6

中国版本图书馆CIP数据核字 (2018)第127509号

音阶教学曲

编 著 付晏铭

策 划 贺绍伦戏曲音乐工作室

责任编辑 巩建华 林 琳

书籍设计 冯江铭

出版发行 文化艺术出版社

地 址 北京市东城区东四八条52号 (100700)

网 址 www.whyscbs.com

电子邮箱 whysbooks@263.net

电 话 (010) 84057666 84057660 (总编室)

(010) 84057696 84057698 (发行部)

传 真 (010) 84057660 (总编室) 84057670 (办公室)

(010) 84057690 (发行部)

经 销 新华书店

印 刷 北京华邦印刷有限公司

版 次 2018年9月第1版

印 次 2018年9月第1次印刷

开 本 787毫米×1092毫米 1/16

印 张 6.75

字 数 100千字

书 号 ISBN 978-7-5039-6507-4

定 价 49.80元

序 一

付晏铭编著的新作《音阶教学曲》即将问世，这是民族音乐教学发展的一大幸事！

现今社会，许多年轻人大都比较现实，诸如物色好工作，谋个好岗位，争取好待遇……但很少有人能够踏踏实实地坐下来，读书做学问，更别说写点什么有意义、有价值，且具有传承性的东西了。

爱徒晏铭则不同寻常，他不是一个随波逐流的人，是一个有着理想抱负和追求、专心于学问的年轻人，也是一个艺术气息浓郁而又才华横溢的有志青年。他不但精通音乐，而且对书画鉴赏与创作方面有着独到精细的研究与探求。年纪轻轻的他能够编写出独具匠心的音阶基础性教材，令人刮目相看。同时也证明了他付出了巨大的努力，投入满腔热情和精力，做了大量务实的工作，在竹笛演奏和教学方面进行了深入地思索与探讨，如今结出丰硕的果实，真是令人欣喜。

晏铭自幼十分聪颖，也非常谦逊。在跟我学习的这几载寒暑中，遇到各类问题他总能一点就透，领悟理解能力超乎寻常。这使他不仅在演奏教学方面得到提高，而且在乐器改良研究方面也有较大突破。我们既是师生，又是朋友。

在这本教材中，他选择“音阶训练”为切入点，重在解决管乐演奏的音准、音程关系及音域的充分拓宽等问题。这不仅是学习竹笛要解决的问题，也是学习其他各类乐器者都必须解决的问题。每个具备一定音乐素养的人都有比较灵敏的音准听辨力，如果产生游离于听力范围的音准之外，那会十分不舒服。所以，学习音乐，音准、音阶的训练是十分必要而又十分重要的。他的“音阶训练”打破了传统训练的模式，更突破了常规肢体的训练方法，采用“十条音”的训练，进一步突破了我们在竹笛教学中要下大气力解决的问题。这些练习对于学员提高音准、音阶意识大有裨益。学员既解决了“口风”和“气息”问题，又解决了手指灵活性的问题，再逐步解决音准、音阶的训练问题，假以时日，演奏水平定会突飞猛进。但长时间的基础训练定需要勤奋的双手与坚定的意志来完成。这就更需要我们训练的合理化。

现在市面上基础类教材繁多，但具有实用性、创新性、价值较高的书籍较为匮乏，晏铭不失时机地做了事情，让人感慨。他博采众长，发挥了独到而超凡的领悟能力，也终于完成了这件事！俗话说“老当益壮，甘做人梯”，如今他青出于蓝，作为前辈看到年青一代的蓬勃发展，我也了却了一桩心事。愿晏铭日后能够不懈努力，做出更多对社会有意义的事情。

蔡忠勇

2017年11月 于大连

序 二

今春，一次朋友雅聚的酒会上，一曲美妙动听且独具风格的竹笛演奏陶醉了在场的所有听众。演奏者便是我第一次晤面的青年才俊、竹笛演奏家付晏铭。

一曲演奏下来，赢得了大家热烈的掌声与喝彩。我不懂音乐，但我热爱音乐，尤钟情于中国传统民族管弦乐。书画艺术似与音乐有着密切的联系，书画家大都喜爱音乐，声乐艺术家也大都涉足丹青。而他的精彩演奏把听众带入了一种诗情画意的境界，给人以美的启迪和艺术的享受。

晏铭给我的初次印象，是一位不苟言笑的文艺青年，但他一旦双手执起竹笛，那种豪迈奔放的激情、那种潇洒自如的神态、那种物我两忘的执着，就淋漓尽致地展现于人们的面前，仿佛一切都融化于优雅飞扬的天籁之声中！

拥有青年才气的他，亦桃李满天下，培养的学生现大多就读于国内各艺术类高校。《音阶教学曲》的出版，不仅填补了相关领域的空白，更是为人才培养提供了桥梁，也为普及、发展我国传统民族音乐，培养艺术人才做出应有的贡献。

付晏铭 15 岁时开始学习绘画，率先在国内将西画的教学理念运用到民族管乐教学当中，又把西画创作的设计理念运用于中国画的创作中，打破了诸多保守思想与瓶颈，尤在中国画系蔬果题材科研中取得突破成果，不仅保留了传统的写意，还大大加强了光感与空间的立体关系。2017 年 6 月，他供职于齐鲁书同画院后，可以说是真正意义上踏上了在中国画领域开拓新天地的征程。这种创新思维令人感慨万千。

青年才俊，既取得骄人的成绩且不骄不躁，实属难得！然艺路方长，愿他在理想艺术境界之旅中继往开来，再创佳绩！

冯增木

丁酉年冬于泉城

自序

《音阶教学曲》的编写目的是打造综合性强的专项性基础训练教材，使其不仅适用于管乐教学也可用于其他乐器的训练。例如，箫演奏的肢体训练很好地加强了肢体的协调性、独立性、同步性。这本教材秉承系统化、规范化、科学化的教学理念，实行进阶式的教学模式。本书的核心是以主音音阶为基础进行的十种演奏技法的变形训练，练习曲大都打破了常规音阶的走向，使指法的反惯性作用得到提高，从而使指法的独立性能够得到更好的训练，这对肢体的训练起到了很好的促进作用。其用法待演奏者将单音等基本技术要领掌握后，再针对气、指、舌乃至唇的基本演奏状态进行综合性训练。希望各位爱乐人以自己的实际情况为出发点，进行合理规划，高效学习，能够以高标准、严要求来训练自己，充分认识到基础训练的重要性。

拙作出版之际，激动之情自不待言，感谢我的恩师蔡公勇先生在此期间给予的宝贵建议，感谢各位同人、朋友们的支持。本人自幼学习竹笛，年幼时未打下良好的基础，之后花费了大量的时间和精力去弥补基本功，编写此书也是为了告诫更多的学习者科学训练基本功对日后发展的重要性。赵作证先生生前一直倡导音阶练习对于基本功训练的重要性，甚至花了几年的时间进行专项板块训练。将各类音阶整合、编著也是老师毕生的愿望。

遗憾的是，2014年年初，巨星陨落，恩师驾鹤西去。时光飞逝，岁月留痕，老师的话语还时常回荡耳畔。

作为学生，不敢忘记老师的叮咛和嘱托，我想拙作的出版也是对恩师最好的告慰，更是对近年来教学工作的汇报和总结。日后的艺术道路还很漫长，我将不懈努力，尽全力勇攀高峰。此书即将出版，但我深知还有很多问题与不足，在此希望更多同人、前辈们提出宝贵意见。

丁酉年秋写于长春

目 录

| | | |
|--------|------------------|----|
| 练习一 | 〔七声音阶级进练习〕 | 1 |
| 练习二 | 〔五声音阶递进练习〕 | 7 |
| 练习三 | 〔手指独立性练习〕 | 16 |
| 练习四 | 〔第一阶段训练〕 | 21 |
| 练习五 | 〔分解和弦练习〕 | 29 |
| 练习六 | 〔五声音阶练习〕 | 33 |
| 练习七 | 〔测验〕 | 41 |
| 练习八 | 〔第二阶段训练(一)〕 | 45 |
| 练习九 | 〔训练(二)〕 | 48 |
| 练习十 | 〔训练(三)〕 | 52 |
| 练习十一 | 〔训练(四)〕 | 56 |
| 练习十二 | 〔训练(五)〕 | 60 |
| 练习十三 | 〔测验〕 | 68 |
| 练习十四 | 〔第三阶段训练《单簧管波尔卡》〕 | 72 |
| 练习十五 | 〔半音阶练习(一)〕 | 73 |
| 练习十六 | 〔半音阶练习(二)〕 | 77 |
| 练习十七 | 〔《威尼斯狂欢节》〕 | 81 |
| 练习十八 | 〔《无穷动》(片版)〕 | 85 |
| 练习十九 | 〔《野蜂飞舞》〕 | 91 |
| 漫步艺术之路 | | 93 |
| 后 记 | | 95 |

练习一

[七声音阶级进练习]

1=C

A

$\frac{2}{4}$ 5 6 7 1 2 3 4 5 | 6 7 1 2 3 4 5 6 | 7 1 2 3 4 5 6 7 | 1 2 3 4 5 6 7 1 | 2 3 4 5 6 7 1 2 |
3 4 5 6 7 1 2 3 | 4 5 6 7 1 2 3 4 | 5 6 7 1 2 3 4 5 | 6 7 1 2 3 4 5 6 | 6 5 4 3 2 1 7 6 |
5 4 3 2 1 7 6 5 | 4 3 2 1 7 6 5 4 | 3 2 1 7 6 5 4 3 | 2 1 7 6 5 4 3 2 | 1 7 6 5 4 3 2 1 |
7 6 5 4 3 2 1 7 | 6 5 4 3 2 1 7 6 | 5 4 3 2 1 7 6 5 | 1 - | 1 - ||

演奏提示：演奏时需控制好节奏与音头的力度关系，开始慢速训练而后逐渐加快。侧重练习手指的均匀度。

B

$\frac{2}{4}$ 5 6 7 1 2 3 4 5 | 6 7 1 2 3 4 5 6 | 7 1 2 3 4 5 6 7 | 1 2 3 4 5 6 7 1 | 2 3 4 5 6 7 1 2 |
3 4 5 6 7 1 2 3 | 4 5 6 7 1 2 3 4 | 5 6 7 1 2 3 4 5 | 6 7 1 2 3 4 5 6 | 6 5 4 3 2 1 7 6 |
5 4 3 2 1 7 6 5 | 4 3 2 1 7 6 5 4 | 3 2 1 7 6 5 4 3 | 2 1 7 6 5 4 3 2 | 1 7 6 5 4 3 2 1 |
7 6 5 4 3 2 1 7 | 6 5 4 3 2 1 7 6 | 5 4 3 2 1 7 6 5 | 1 - | 1 - ||

演奏提示：练习中连线将旋律相连，练习时每个连音的第一个音要用舌起音点送而出。此外注意连线中乐句的节奏感，要求吹奏每一个音不允许用舌。

C

$\frac{2}{4}$ $\underline{\underline{5\ 6\ 7\ 1}}\ \underline{\underline{2\ 3\ 4\ 5}}^{\vee}$ | $\underline{\underline{6\ 7\ 1\ 2}}\ \underline{\underline{3\ 4\ 5\ 6}}^{\vee}$ | $\underline{\underline{7\ 1\ 2\ 3}}\ \underline{\underline{4\ 5\ 6\ 7}}^{\vee}$ | $\underline{\underline{1\ 2\ 3\ 4}}\ \underline{\underline{5\ 6\ 7\ 1}}^{\vee}$ | $\underline{\underline{2\ 3\ 4\ 5}}\ \underline{\underline{6\ 7\ 1\ 2}}^{\vee}$ |
 $\underline{\underline{3\ 4\ 5\ 6}}\ \underline{\underline{7\ 1\ 2\ 3}}^{\vee}$ | $\underline{\underline{4\ 5\ 6\ 7}}\ \underline{\underline{1\ 2\ 3\ 4}}^{\vee}$ | $\underline{\underline{5\ 6\ 7\ 1}}\ \underline{\underline{2\ 3\ 4\ 5}}^{\vee}$ | $\underline{\underline{6\ 7\ 1\ 2}}\ \underline{\underline{3\ 4\ 5\ 6}}^{\vee}$ | $\underline{\underline{6\ 5\ 4\ 3}}\ \underline{\underline{2\ 1\ 7\ 6}}^{\vee}$ |
 $\underline{\underline{5\ 4\ 3\ 2}}\ \underline{\underline{1\ 7\ 6\ 5}}^{\vee}$ | $\underline{\underline{4\ 3\ 2\ 1}}\ \underline{\underline{7\ 6\ 5\ 4}}^{\vee}$ | $\underline{\underline{3\ 2\ 1\ 7}}\ \underline{\underline{6\ 5\ 4\ 3}}^{\vee}$ | $\underline{\underline{2\ 1\ 7\ 6}}\ \underline{\underline{5\ 4\ 3\ 2}}^{\vee}$ | $\underline{\underline{1\ 7\ 6\ 5}}\ \underline{\underline{4\ 3\ 2\ 1}}^{\vee}$ |
 $\underline{\underline{7\ 6\ 5\ 4}}\ \underline{\underline{3\ 2\ 1\ 7}}^{\vee}$ | $\underline{\underline{6\ 5\ 4\ 3}}\ \underline{\underline{2\ 1\ 7\ 6}}^{\vee}$ | $\underline{\underline{5\ 4\ 3\ 2}}\ \underline{\underline{1\ 7\ 6\ 5}}^{\vee}$ | 1 - | 1 - ||

演奏提示：每小节两下舌点，节奏感强烈、层次分明。初步练习时每小节换一口气，逐渐练习至两口气完成全曲。

D

$\frac{2}{4}$ $\underline{\underline{5\ 6\ 7\ 1}}\ \underline{\underline{2\ 3\ 4\ 5}}^{\vee}$ | $\underline{\underline{6\ 7\ 1\ 2}}\ \underline{\underline{3\ 4\ 5\ 6}}^{\vee}$ | $\underline{\underline{7\ 1\ 2\ 3}}\ \underline{\underline{4\ 5\ 6\ 7}}^{\vee}$ | $\underline{\underline{1\ 2\ 3\ 4}}\ \underline{\underline{5\ 6\ 7\ 1}}^{\vee}$ | $\underline{\underline{2\ 3\ 4\ 5}}\ \underline{\underline{6\ 7\ 1\ 2}}^{\vee}$ |
 $\underline{\underline{3\ 4\ 5\ 6}}\ \underline{\underline{7\ 1\ 2\ 3}}^{\vee}$ | $\underline{\underline{4\ 5\ 6\ 7}}\ \underline{\underline{1\ 2\ 3\ 4}}^{\vee}$ | $\underline{\underline{5\ 6\ 7\ 1}}\ \underline{\underline{2\ 3\ 4\ 5}}^{\vee}$ | $\underline{\underline{6\ 7\ 1\ 2}}\ \underline{\underline{3\ 4\ 5\ 6}}^{\vee}$ | $\underline{\underline{6\ 5\ 4\ 3}}\ \underline{\underline{2\ 1\ 7\ 6}}^{\vee}$ |
 $\underline{\underline{5\ 4\ 3\ 2}}\ \underline{\underline{1\ 7\ 6\ 5}}^{\vee}$ | $\underline{\underline{4\ 3\ 2\ 1}}\ \underline{\underline{7\ 6\ 5\ 4}}^{\vee}$ | $\underline{\underline{3\ 2\ 1\ 7}}\ \underline{\underline{6\ 5\ 4\ 3}}^{\vee}$ | $\underline{\underline{2\ 1\ 7\ 6}}\ \underline{\underline{5\ 4\ 3\ 2}}^{\vee}$ | $\underline{\underline{1\ 7\ 6\ 5}}\ \underline{\underline{4\ 3\ 2\ 1}}^{\vee}$ |
 $\underline{\underline{7\ 6\ 5\ 4}}\ \underline{\underline{3\ 2\ 1\ 7}}^{\vee}$ | $\underline{\underline{6\ 5\ 4\ 3}}\ \underline{\underline{2\ 1\ 7\ 6}}^{\vee}$ | $\underline{\underline{5\ 4\ 3\ 2}}\ \underline{\underline{1\ 7\ 6\ 5}}^{\vee}$ | 1 - | 1 - ||

演奏提示：练习中每拍后两个音先单吐演奏，待吐音清晰度、节奏控制力达到一定水准时，再双吐练习。初步练习时，每小节换一口气，逐渐练至两口气完成整首练习曲。

E

$\frac{2}{4}$ 5 6 7 1 2 3 4 5 ^V | 6 7 1 2 3 4 5 6 ^V | 7 1 2 3 4 5 6 7 ^V | 1 2 3 4 5 6 7 1 ^V | 2 3 4 5 6 7 1 2 ^V |
3 4 5 6 7 1 2 3 ^V | 4 5 6 7 1 2 3 4 ^V | 5 6 7 1 2 3 4 5 ^V | 6 7 1 2 3 4 5 6 ^V | 6 5 4 3 2 1 7 6 ^V |
5 4 3 2 1 7 6 5 ^V | 4 3 2 1 7 6 5 4 ^V | 3 2 1 7 6 5 4 3 ^V | 2 1 7 6 5 4 3 2 ^V | 1 7 6 5 4 3 2 1 ^V |
7 6 5 4 3 2 1 7 ^V | 6 5 4 3 2 1 7 6 ^V | 5 4 3 2 1 7 6 5 ^V | 1 - | 1 - ||

演奏提示：练习曲中每拍前三个音符连音完成，充分训练手指的均匀度与吐音的配合。初步练习时，每小节换一口气。最后练习至两口气完成全曲。

F

$\frac{2}{4}$ 5 6 7 1 2 3 4 5 ^V | 6 7 1 2 3 4 5 6 ^V | 7 1 2 3 4 5 6 7 ^V | 1 2 3 4 5 6 7 1 ^V | 2 3 4 5 6 7 1 2 ^V |
3 4 5 6 7 1 2 3 ^V | 4 5 6 7 1 2 3 4 ^V | 5 6 7 1 2 3 4 5 ^V | 6 7 1 2 3 4 5 6 ^V | 6 5 4 3 2 1 7 6 ^V |
5 4 3 2 1 7 6 5 ^V | 4 3 2 1 7 6 5 4 ^V | 3 2 1 7 6 5 4 3 ^V | 2 1 7 6 5 4 3 2 ^V | 1 7 6 5 4 3 2 1 ^V |
7 6 5 4 3 2 1 7 ^V | 6 5 4 3 2 1 7 6 ^V | 5 4 3 2 1 7 6 5 ^V | 1 - | 1 - ||

演奏提示：曲中每拍后三个音符连音练习有着与前练习曲不同的倒序性，在训练时应先分解练习后再逐步完整练习，最后练习至两口气完成全曲。

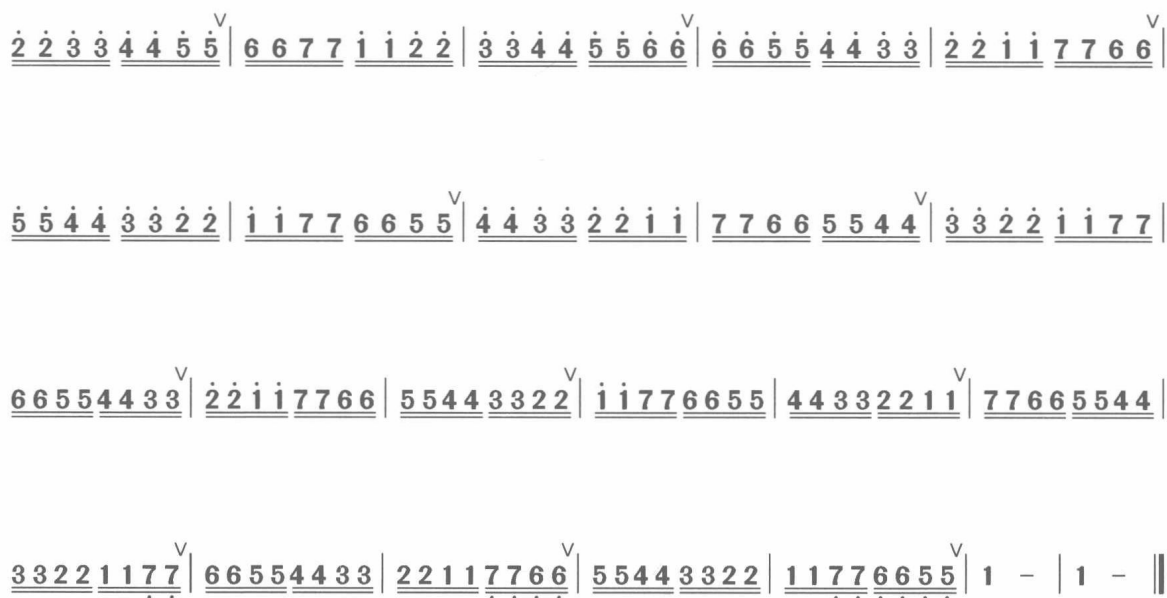
G

$\frac{2}{4}$ 5̣ 6̣ 6̣ 7̣ 1̣ 1̣ | 2̣ 3̣ 3̣ 4̣ 5̣ 5̣^V | 6̣ 7̣ 7̣ 1̣ 2̣ 2̣ | 3̣ 4̣ 4̣ 5̣ 6̣ 6̣^V | 7̣ 1̣ 1̣ 2̣ 3̣ 3̣ |
4̣ 5̣ 5̣ 6̣ 7̣ 7̣^V | 1̣ 2̣ 2̣ 3̣ 4̣ 4̣ | 5̣ 6̣ 6̣ 7̣ 1̣ 1̣^V | 2̣ 3̣ 3̣ 4̣ 5̣ 5̣ | 6̣ 7̣ 7̣ 1̣ 2̣ 2̣^V |
3̣ 4̣ 4̣ 5̣ 6̣ 6̣ | 7̣ 1̣ 1̣ 2̣ 3̣ 3̣^V | 4̣ 5̣ 5̣ 6̣ 7̣ 7̣ | 1̣ 2̣ 2̣ 3̣ 4̣ 4̣^V | 5̣ 6̣ 6̣ 7̣ 1̣ 1̣ |
2̣ 3̣ 3̣ 4̣ 5̣ 5̣^V | 6̣ 7̣ 7̣ 1̣ 2̣ 2̣ | 3̣ 4̣ 4̣ 5̣ 6̣ 6̣^V | 6̣ 5̣ 5̣ 4̣ 3̣ 3̣ | 2̣ 1̣ 1̣ 7̣ 6̣ 6̣^V |
5̣ 4̣ 4̣ 3̣ 2̣ 2̣ | 1̣ 7̣ 7̣ 6̣ 5̣ 5̣^V | 4̣ 3̣ 3̣ 2̣ 1̣ 1̣ | 7̣ 6̣ 6̣ 5̣ 4̣ 4̣^V | 3̣ 2̣ 2̣ 1̣ 7̣ 7̣ | 6̣ 5̣ 5̣ 4̣ 3̣ 3̣^V |
2̣ 1̣ 1̣ 7̣ 6̣ 6̣ | 5̣ 4̣ 4̣ 3̣ 2̣ 2̣^V | 1̣ 7̣ 7̣ 6̣ 5̣ 5̣ | 4̣ 3̣ 3̣ 2̣ 1̣ 1̣^V | 7̣ 6̣ 6̣ 5̣ 4̣ 4̣ | 3̣ 2̣ 2̣ 1̣ 7̣ 7̣^V |
6̣ 5̣ 5̣ 4̣ 3̣ 3̣ | 2̣ 1̣ 1̣ 7̣ 6̣ 6̣^V | 5̣ 4̣ 4̣ 3̣ 2̣ 2̣ | 1̣ 7̣ 7̣ 6̣ 5̣ 5̣^V | 1 - | 1 - ||

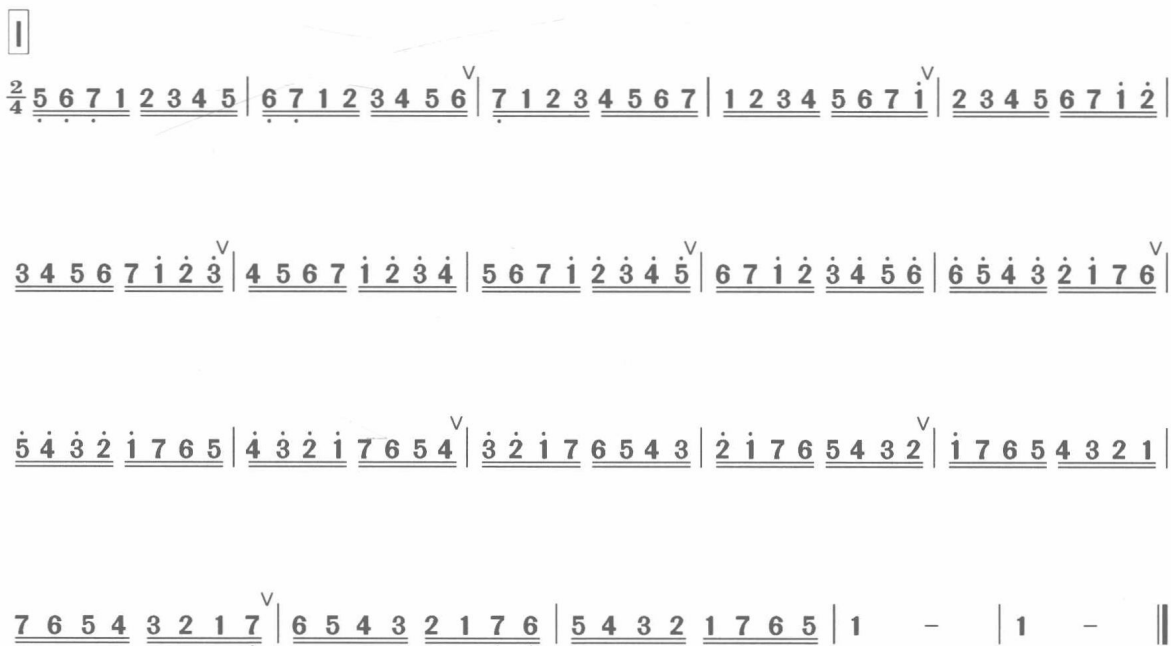
演奏提示：乐曲节奏明快，应做到随时吸气，切记不能憋着吹，吐音要清晰，有颗粒感。

H

$\frac{2}{4}$ 5̣ 5̣ 6̣ 6̣ 7̣ 7̣ 1̣ 1̣ | 2̣ 2̣ 3̣ 3̣ 4̣ 4̣ 5̣ 5̣^V | 6̣ 6̣ 7̣ 7̣ 1̣ 1̣ 2̣ 2̣ | 3̣ 3̣ 4̣ 4̣ 5̣ 5̣ 6̣ 6̣^V | 7̣ 7̣ 1̣ 1̣ 2̣ 2̣ 3̣ 3̣ |
4̣ 4̣ 5̣ 5̣ 6̣ 6̣ 7̣ 7̣^V | 1̣ 1̣ 2̣ 2̣ 3̣ 3̣ 4̣ 4̣ | 5̣ 5̣ 6̣ 6̣ 7̣ 7̣ 1̣ 1̣^V | 2̣ 2̣ 3̣ 3̣ 4̣ 4̣ 5̣ 5̣ | 6̣ 6̣ 7̣ 7̣ 1̣ 1̣ 2̣ 2̣^V |
3̣ 3̣ 4̣ 4̣ 5̣ 5̣ 6̣ 6̣ | 7̣ 7̣ 1̣ 1̣ 2̣ 2̣ 3̣ 3̣^V | 4̣ 4̣ 5̣ 5̣ 6̣ 6̣ 7̣ 7̣ | 1̣ 1̣ 2̣ 2̣ 3̣ 3̣ 4̣ 4̣^V | 5̣ 5̣ 6̣ 6̣ 7̣ 7̣ 1̣ 1̣ |



演奏提示：乐曲节奏较快，初步训练时可慢速演奏，在不影响吐音质量的情况下逐渐加速练习。



演奏提示：练习时先单吐演奏，演奏熟练后可改为双吐完成，最后练习至两口气完成全曲。

J

$\frac{2}{4}$ 5 6 7 1 2 3 4 5 | 6 7 1 2 3 4 5 6 | 7 1 2 3 4 5 6 7 | 1 2 3 4 5 6 7 1 | 2 3 4 5 6 7 1 2 |

3 4 5 6 7 1 2 3 | 4 5 6 7 1 2 3 4 | 5 6 7 1 2 3 4 5 | 6 7 1 2 3 4 5 6 | 6 5 4 3 2 1 7 6 |

5 4 3 2 1 7 6 5 | 4 3 2 1 7 6 5 4 | 3 2 1 7 6 5 4 3 | 2 1 7 6 5 4 3 2 | 1 7 6 5 4 3 2 1 |

7 6 5 4 3 2 1 7 | 6 5 4 3 2 1 7 6 | 5 4 3 2 1 7 6 5 | 1 - | 1 - ||

演奏提示：演奏时需气息通畅、手指流畅、干净利落、一气呵成。

小结：

七声音阶这 10 条练习曲，既能够很好地解决手指的均匀度，同时训练舌起音。练习时先慢速训练而后逐渐加快，也能够充分训练指与舌之间的协调性。演奏时气息需通畅，手指流畅，一气呵成。

练习二

[五声音阶递进练习]

1=C

A

2/4

$\underline{\underline{5\ 6\ 1\ 2\ 6\ 1\ 2\ 3}} \mid \underline{\underline{1\ 2\ 3\ 5\ 2\ 3\ 5\ 6}} \mid \underline{\underline{6\ 1\ 2\ 3\ 1\ 2\ 3\ 5}} \mid \underline{\underline{2\ 3\ 5\ 6\ 3\ 5\ 6\ 1}} \mid \underline{\underline{1\ 2\ 3\ 5\ 2\ 3\ 5\ 6}} \mid$
 $\underline{\underline{3\ 5\ 6\ 1\ 5\ 6\ 1\ 2}} \mid \underline{\underline{2\ 3\ 5\ 6\ 3\ 5\ 6\ 1}} \mid \underline{\underline{5\ 6\ 1\ 2\ 6\ 1\ 2\ 3}} \mid \underline{\underline{3\ 5\ 6\ 1\ 5\ 6\ 1\ 2}} \mid \underline{\underline{6\ 1\ 2\ 3\ 1\ 2\ 3\ 5}} \mid$
 $\underline{\underline{5\ 6\ 1\ 2\ 6\ 1\ 2\ 3}} \mid \underline{\underline{1\ 2\ 3\ 5\ 2\ 3\ 5\ 6}} \mid \underline{\underline{6\ 5\ 3\ 2\ 5\ 3\ 2\ 1}} \mid \underline{\underline{3\ 2\ 1\ 6\ 2\ 1\ 6\ 5}} \mid \underline{\underline{5\ 3\ 2\ 1\ 3\ 2\ 1\ 6}} \mid$
 $\underline{\underline{2\ 1\ 6\ 5\ 1\ 6\ 5\ 3}} \mid \underline{\underline{3\ 2\ 1\ 6\ 2\ 1\ 6\ 5}} \mid \underline{\underline{1\ 6\ 5\ 3\ 6\ 5\ 3\ 2}} \mid \underline{\underline{2\ 1\ 6\ 5\ 1\ 6\ 5\ 3}} \mid \underline{\underline{6\ 5\ 3\ 2\ 5\ 3\ 2\ 1}} \mid$
 $\underline{\underline{1\ 6\ 5\ 3\ 6\ 5\ 3\ 2}} \mid \underline{\underline{5\ 3\ 2\ 1\ 3\ 2\ 1\ 6}} \mid \underline{\underline{6\ 5\ 3\ 2\ 5\ 3\ 2\ 1}} \mid \underline{\underline{3\ 2\ 1\ 6\ 2\ 1\ 6\ 5}} \mid \underline{\underline{6\ 5\ 3\ 2\ 5\ 3\ 2\ 1}} \mid$
 $\underline{\underline{3\ 2\ 1\ 6\ 2\ 1\ 6\ 5}} \mid \underline{\underline{1\ 6\ 5\ 3\ 6\ 5\ 3\ 2}} \mid \underline{\underline{5\ 3\ 2\ 1\ 3\ 2\ 1\ 6}} \mid \underline{\underline{5\ 6\ 1\ 2\ 6\ 1\ 2\ 3}} \mid$
 $\underline{\underline{1\ 2\ 3\ 5\ 2\ 3\ 5\ 6}} \mid \underline{\underline{3\ 5\ 6\ 1\ 5\ 6\ 1\ 2}} \mid \underline{\underline{6\ 1\ 2\ 3\ 1\ 2\ 3\ 5}} \mid \underline{\underline{6\ 0}} \parallel$

演奏提示：练习时应注重上下乐句关系协调，初学者先每小节换一口气，常规练习下两小节换一口气，演奏练习曲要注意层次分明。

B

2/4

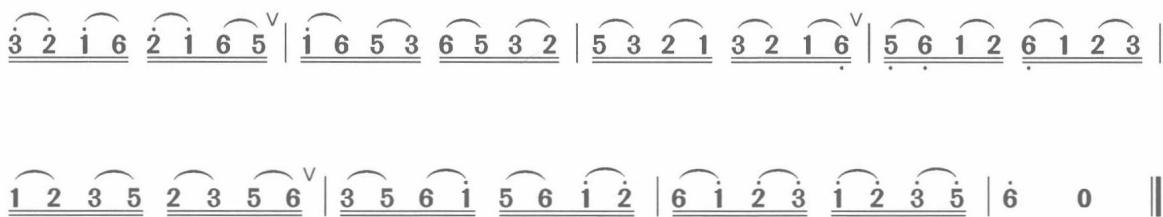
$\underline{\underline{5\ 6\ 1\ 2\ 6\ 1\ 2\ 3}} \mid \underline{\underline{1\ 2\ 3\ 5\ 2\ 3\ 5\ 6}} \mid \underline{\underline{6\ 1\ 2\ 3\ 1\ 2\ 3\ 5}} \mid \underline{\underline{2\ 3\ 5\ 6\ 3\ 5\ 6\ 1}} \mid \underline{\underline{1\ 2\ 3\ 5\ 2\ 3\ 5\ 6}} \mid$
 $\underline{\underline{3\ 5\ 6\ 1\ 5\ 6\ 1\ 2}} \mid \underline{\underline{2\ 3\ 5\ 6\ 3\ 5\ 6\ 1}} \mid \underline{\underline{5\ 6\ 1\ 2\ 6\ 1\ 2\ 3}} \mid \underline{\underline{3\ 5\ 6\ 1\ 5\ 6\ 1\ 2}} \mid \underline{\underline{6\ 1\ 2\ 3\ 1\ 2\ 3\ 5}} \mid$

$\underline{\underline{5\ 6\ \dot{1}\ 2\ 6\ \dot{1}\ 2\ 3}} \mid \underline{\underline{\dot{1}\ 2\ 3\ 5\ 2\ 3\ 5\ 6}} \mid \underline{\underline{6\ 5\ 3\ 2\ 5\ 3\ 2\ \dot{1}}} \mid \underline{\underline{3\ 2\ \dot{1}\ 6\ 2\ \dot{1}\ 6\ 5}} \mid \underline{\underline{5\ 3\ 2\ \dot{1}\ 3\ 2\ \dot{1}\ 6}} \mid$
 $\underline{\underline{2\ \dot{1}\ 6\ 5\ \dot{1}\ 6\ 5\ 3}} \mid \underline{\underline{3\ 2\ \dot{1}\ 6\ 2\ \dot{1}\ 6\ 5}} \mid \underline{\underline{\dot{1}\ 6\ 5\ 3\ 6\ 5\ 3\ 2}} \mid \underline{\underline{2\ \dot{1}\ 6\ 5\ \dot{1}\ 6\ 5\ 3}} \mid \underline{\underline{6\ 5\ 3\ 2\ 5\ 3\ 2\ \dot{1}}} \mid$
 $\underline{\underline{\dot{1}\ 6\ 5\ 3\ 6\ 5\ 3\ 2}} \mid \underline{\underline{5\ 3\ 2\ \dot{1}\ 3\ 2\ \dot{1}\ 6}} \mid \underline{\underline{6\ 5\ 3\ 2\ 5\ 3\ 2\ \dot{1}}} \mid \underline{\underline{3\ 2\ \dot{1}\ 6\ 2\ \dot{1}\ 6\ 5}} \mid \underline{\underline{6\ 5\ 3\ 2\ 5\ 3\ 2\ \dot{1}}} \mid$
 $\underline{\underline{3\ 2\ \dot{1}\ 6\ 2\ \dot{1}\ 6\ 5}} \mid \underline{\underline{\dot{1}\ 6\ 5\ 3\ 6\ 5\ 3\ 2}} \mid \underline{\underline{5\ 3\ 2\ \dot{1}\ 3\ 2\ \dot{1}\ 6}} \mid \underline{\underline{5\ 6\ \dot{1}\ 2\ 6\ \dot{1}\ 2\ 3}} \mid$
 $\underline{\underline{1\ 2\ 3\ 5\ 2\ 3\ 5\ 6}} \mid \underline{\underline{3\ 5\ 6\ \dot{1}\ 5\ 6\ \dot{1}\ 2}} \mid \underline{\underline{6\ \dot{1}\ 2\ 3\ \dot{1}\ 2\ 3\ 5}} \mid \underline{\underline{6\ 0}} \parallel$

演奏提示：每一个乐句第一个音均由舌起音点送而出，乐句音尾要处理干净，手指同步。

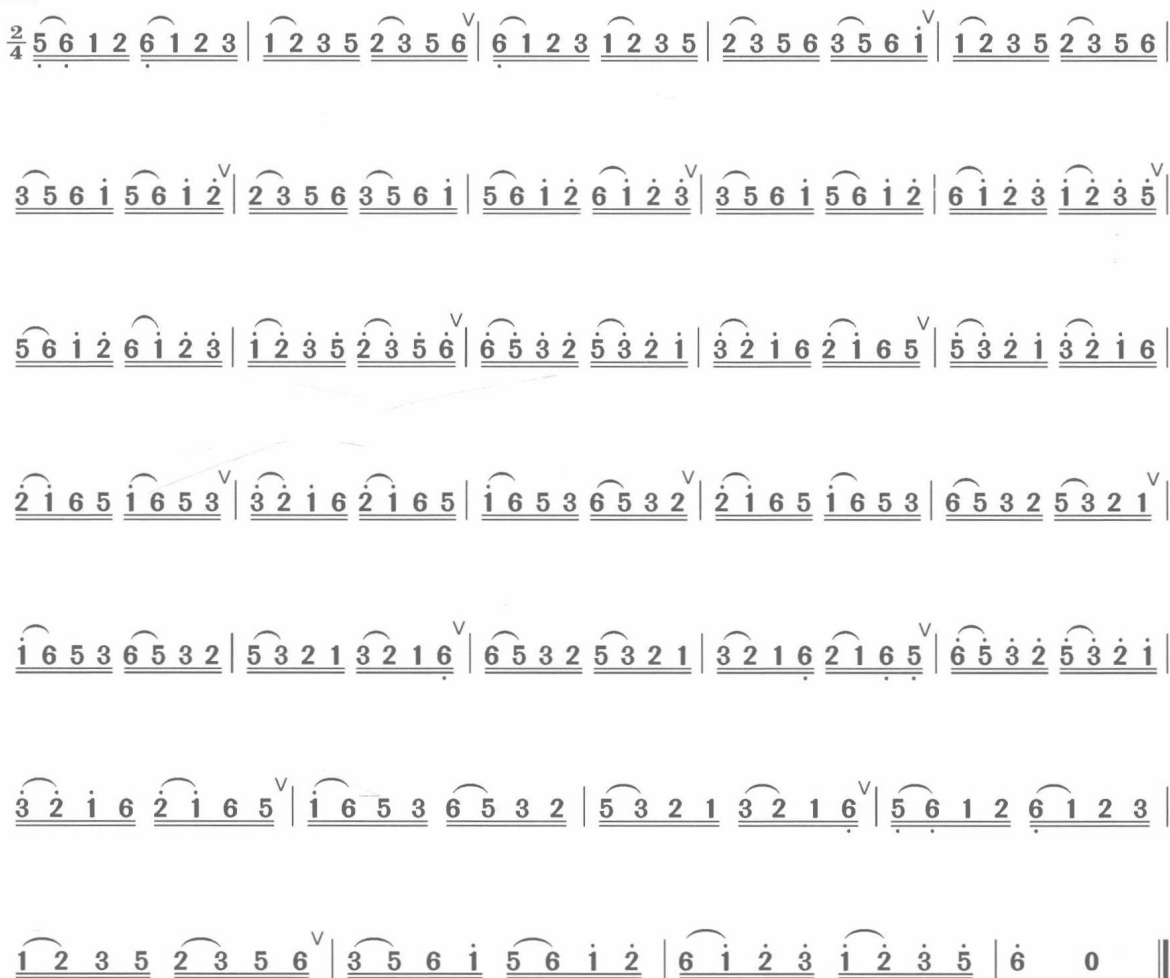
C

$\frac{2}{4} \underline{\underline{5\ 6\ \dot{1}\ 2\ 6\ \dot{1}\ 2\ 3}} \mid \underline{\underline{\dot{1}\ 2\ 3\ 5\ 2\ 3\ 5\ 6}} \mid \underline{\underline{6\ \dot{1}\ 2\ 3\ \dot{1}\ 2\ 3\ 5}} \mid \underline{\underline{2\ 3\ 5\ 6\ 3\ 5\ 6\ \dot{1}}} \mid \underline{\underline{\dot{1}\ 2\ 3\ 5\ 2\ 3\ 5\ 6}} \mid$
 $\underline{\underline{3\ 5\ 6\ \dot{1}\ 5\ 6\ \dot{1}\ 2}} \mid \underline{\underline{2\ 3\ 5\ 6\ 3\ 5\ 6\ \dot{1}}} \mid \underline{\underline{5\ 6\ \dot{1}\ 2\ 6\ \dot{1}\ 2\ 3}} \mid \underline{\underline{3\ 5\ 6\ \dot{1}\ 5\ 6\ \dot{1}\ 2}} \mid \underline{\underline{6\ \dot{1}\ 2\ 3\ \dot{1}\ 2\ 3\ 5}} \mid$
 $\underline{\underline{5\ 6\ \dot{1}\ 2\ 6\ \dot{1}\ 2\ 3}} \mid \underline{\underline{\dot{1}\ 2\ 3\ 5\ 2\ 3\ 5\ 6}} \mid \underline{\underline{6\ 5\ 3\ 2\ 5\ 3\ 2\ \dot{1}}} \mid \underline{\underline{3\ 2\ \dot{1}\ 6\ 2\ \dot{1}\ 6\ 5}} \mid \underline{\underline{5\ 3\ 2\ \dot{1}\ 3\ 2\ \dot{1}\ 6}} \mid$
 $\underline{\underline{2\ \dot{1}\ 6\ 5\ \dot{1}\ 6\ 5\ 3}} \mid \underline{\underline{3\ 2\ \dot{1}\ 6\ 2\ \dot{1}\ 6\ 5}} \mid \underline{\underline{\dot{1}\ 6\ 5\ 3\ 6\ 5\ 3\ 2}} \mid \underline{\underline{2\ \dot{1}\ 6\ 5\ \dot{1}\ 6\ 5\ 3}} \mid \underline{\underline{6\ 5\ 3\ 2\ 5\ 3\ 2\ \dot{1}}} \mid$
 $\underline{\underline{\dot{1}\ 6\ 5\ 3\ 6\ 5\ 3\ 2}} \mid \underline{\underline{5\ 3\ 2\ \dot{1}\ 3\ 2\ \dot{1}\ 6}} \mid \underline{\underline{6\ 5\ 3\ 2\ 5\ 3\ 2\ \dot{1}}} \mid \underline{\underline{3\ 2\ \dot{1}\ 6\ 2\ \dot{1}\ 6\ 5}} \mid \underline{\underline{6\ 5\ 3\ 2\ 5\ 3\ 2\ \dot{1}}} \mid$



演奏提示：练习时先慢练后逐渐加速，最后练习至两口气完成全曲，音头的舌起音发音要准确。

D



演奏提示：此练习曲主要练习舌头起音与单吐的配合，要区分两种用舌头方式与力度控制，吐音部分先单吐而后双吐完成演奏。

E

$\frac{2}{4}$ $\underline{5\ 6\ 1\ 2}$ $\underline{6\ 1\ 2\ 3}$ $\underline{1\ 2\ 3\ 5}$ $\underline{2\ 3\ 5\ 6}$ $\underline{6\ 1\ 2\ 3}$ $\underline{1\ 2\ 3\ 5}$ $\underline{2\ 3\ 5\ 6}$ $\underline{3\ 5\ 6\ 1}$ $\underline{1\ 2\ 3\ 5}$ $\underline{2\ 3\ 5\ 6}$ |

$\underline{3\ 5\ 6\ 1}$ $\underline{5\ 6\ 1\ 2}$ $\underline{2\ 3\ 5\ 6}$ $\underline{3\ 5\ 6\ 1}$ $\underline{5\ 6\ 1\ 2}$ $\underline{6\ 1\ 2\ 3}$ $\underline{3\ 5\ 6\ 1}$ $\underline{5\ 6\ 1\ 2}$ $\underline{6\ 1\ 2\ 3}$ $\underline{1\ 2\ 3\ 5}$ |

$\underline{5\ 6\ 1\ 2}$ $\underline{6\ 1\ 2\ 3}$ $\underline{1\ 2\ 3\ 5}$ $\underline{2\ 3\ 5\ 6}$ $\underline{6\ 5\ 3\ 2}$ $\underline{5\ 3\ 2\ 1}$ $\underline{3\ 2\ 1\ 6}$ $\underline{2\ 1\ 6\ 5}$ $\underline{5\ 3\ 2\ 1}$ $\underline{3\ 2\ 1\ 6}$ |

$\underline{2\ 1\ 6\ 5}$ $\underline{1\ 6\ 5\ 3}$ $\underline{3\ 2\ 1\ 6}$ $\underline{2\ 1\ 6\ 5}$ $\underline{1\ 6\ 5\ 3}$ $\underline{6\ 5\ 3\ 2}$ $\underline{2\ 1\ 6\ 5}$ $\underline{1\ 6\ 5\ 3}$ $\underline{6\ 5\ 3\ 2}$ $\underline{5\ 3\ 2\ 1}$ |

$\underline{1\ 6\ 5\ 3}$ $\underline{6\ 5\ 3\ 2}$ $\underline{5\ 3\ 2\ 1}$ $\underline{3\ 2\ 1\ 6}$ $\underline{6\ 5\ 3\ 2}$ $\underline{5\ 3\ 2\ 1}$ $\underline{3\ 2\ 1\ 6}$ $\underline{2\ 1\ 6\ 5}$ $\underline{6\ 5\ 3\ 2}$ $\underline{5\ 3\ 2\ 1}$ |

$\underline{3\ 2\ 1\ 6}$ $\underline{2\ 1\ 6\ 5}$ $\underline{1\ 6\ 5\ 3}$ $\underline{6\ 5\ 3\ 2}$ $\underline{5\ 3\ 2\ 1}$ $\underline{3\ 2\ 1\ 6}$ $\underline{5\ 6\ 1\ 2}$ $\underline{6\ 1\ 2\ 3}$ |

$\underline{1\ 2\ 3\ 5}$ $\underline{2\ 3\ 5\ 6}$ $\underline{3\ 5\ 6\ 1}$ $\underline{5\ 6\ 1\ 2}$ $\underline{6\ 1\ 2\ 3}$ $\underline{1\ 2\ 3\ 5}$ | $\dot{6}$ 0 ||

演奏提示：每一拍前三个音符连音演奏，单吐练习要求手指同步，单吐点送而出。

F

$\frac{2}{4}$ $\underline{5\ 6\ 1\ 2}$ $\underline{6\ 1\ 2\ 3}$ $\underline{1\ 2\ 3\ 5}$ $\underline{2\ 3\ 5\ 6}$ $\underline{6\ 1\ 2\ 3}$ $\underline{1\ 2\ 3\ 5}$ $\underline{2\ 3\ 5\ 6}$ $\underline{3\ 5\ 6\ 1}$ $\underline{1\ 2\ 3\ 5}$ $\underline{2\ 3\ 5\ 6}$ |

$\underline{3\ 5\ 6\ 1}$ $\underline{5\ 6\ 1\ 2}$ $\underline{2\ 3\ 5\ 6}$ $\underline{3\ 5\ 6\ 1}$ $\underline{5\ 6\ 1\ 2}$ $\underline{6\ 1\ 2\ 3}$ $\underline{3\ 5\ 6\ 1}$ $\underline{5\ 6\ 1\ 2}$ $\underline{6\ 1\ 2\ 3}$ $\underline{1\ 2\ 3\ 5}$ |

$\underline{5\ 6\ 1\ 2}$ $\underline{6\ 1\ 2\ 3}$ $\underline{1\ 2\ 3\ 5}$ $\underline{2\ 3\ 5\ 6}$ $\underline{6\ 5\ 3\ 2}$ $\underline{5\ 3\ 2\ 1}$ $\underline{3\ 2\ 1\ 6}$ $\underline{2\ 1\ 6\ 5}$ $\underline{5\ 3\ 2\ 1}$ $\underline{3\ 2\ 1\ 6}$ |