



弦乐队标准化 训练教程 1

STEPS TO SUCCESS FOR STRING ORCHESTRA

中提琴



附 MP3、DVD-9 各一张

常林 编译



SMPPH
上海音乐出版社
SLAU
上海文艺音像电子出版社

KJOS 美国 NEIL A. KJOS 音乐公司提供版权

图书在版编目 (CIP) 数据

中提琴 1 / 常林编译 - 上海: 上海音乐出版社, 2014.10

弦乐队标准化训练教程

ISBN 978-7-5523-0532-6

I. 中… II. 常… III. 中提琴 - 奏法 - 教材 IV. J622.26

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 086072 号

Copyright © 2010 Kjos Music Press, International copyright secured.

Chinese translation copyright

© 2014 by Shanghai Music Publishing House Co., Ltd.

All rights reserved.

书 名: 中提琴 1

作 者: 特丽·谢德 杰里米·武斯坦霍姆

编 译: 常 林

出 品 人: 费维耀

责任编辑: 崔 晶

音像编辑: 刘丽娟 曹德玲 应书宁 (见习编辑)

封面设计: 何 辰

印务总监: 李霄云

出版: 上海世纪出版集团 上海市福建中路 193 号 200001

上海音乐出版社 上海市绍兴路 7 号 200020

网址: www.ewen.cc

www.smph.cn

发行: 上海音乐出版社

印订: 上海市印刷十厂有限公司

开本: 640×978 1/8 印张: 6 图、谱、文: 48 面

2014 年 10 月第 1 版 2014 年 10 月第 1 次印刷

印数: 1 - 3,000 册

ISBN 978-7-5523-0532-6/J · 0467

定价: 45.00 元 (附 MP3、DVD-9 各一张)

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

弦乐队标准化 训练教程 1

中提琴

STEPS TO SUCCESS FOR STRING ORCHESTRA

常林 编译

欢迎来到乐队！我们写这本书是为了分享在乐队里学习演奏中提琴的一些想法。我们想让你在学中提琴之初就感到有趣并且学有所成。尽管在乐队课里你将学到很多东西，演奏不同风格的音乐，但是课外的练习将增强你的演奏水平和对音乐的理解。下面有几点可以帮助你提高：

- 1) 选择一个安静的地方练琴。
- 2) 避免坐在软的东西上，如沙发，或扶手对运弓造成干扰的椅子。用折椅或餐椅。
- 3) 买一个谱架，这样你在读乐谱的时候能够保持好的姿势。
- 4) 练习时，着重练难点直到难点变得容易，也变得好拉。
- 5) 反复一遍又一遍地练习难点，你会提高的！
- 6) 先是慢练，之后逐渐加快。
- 7) 经常要问问自己，姿势是否正确，持琴动作是否正确，左手手型是否正确，持弓是否正确。
- 8) 仔细听自己拉奏出来的声音。音是否准？你喜不喜欢自己的演奏？

当你开始学习中提琴的基本技巧时，享受自己所走过的每一步。

祝你成功！

特丽·谢德



杰里米·武斯坦霍姆



上海音乐出版社
上海文艺音像电子出版社
美国 NEIL A. KJOS 音乐公司提供版权



中提琴

和琴弓



琴和弓子的保养

- 慎重保管琴和弓子, 以免掉落或碰擦。
- 琴和弓应避免极端严寒、高温, 及阳光的直接照射。
- 拉完琴后用一块软布擦拭琴、琴弦以及弓杆上的松香。
- 避免手指触碰弓毛。
- 拉琴时把弓毛上紧, 拉完后松开。
- 不拉琴的时候把琴和弓放到盒子里。
- 不要尝试自己修理提琴。
有问题先让你的老师知道。



持琴

吉他姿势

- 坐在椅子边缘,尽量坐直,两脚分开,平踩地面。
- 左手握住琴颈,把琴从琴盒中取出。
- 把琴放在“休息位置”,琴的底部置于左膝盖上。琴身应背对着你。
- 琴放在右腋下,琴头稍微指向天花板。
- 右手的四个手指放在指板旁边,拇指放在琴弦上准备拨弦。



肩膀姿势

- 由吉他姿势开始变换动作,左手握住琴颈,把琴放在肩膀上。
- 握琴并伸直左臂,与地面平行,琴的角度大约在10点钟位置。琴身应背对着你。
- 头扭向左边,琴翻转过来放在手臂上。手臂仍然伸直。
- 右手托着琴,把琴缓慢放到肩上,下巴贴靠在腮托上。
- 头部仍然保持扭转,眼睛看着琴弦,在琴上拍几下,确认琴是放在肩上,而不是在锁骨或胸上。



简要历史



制琴师凯文·李在他的作坊里

回到16世纪中后期的意大利城市克雷蒙那,你会找到一个繁荣的小镇。在众多的音乐活动当中,阿玛蒂家族名声显赫,因为他们制作了第一把现代中提琴。其他意大利的小提琴制作大师还有斯特拉迪瓦里、瓜奈里和瓜达尼尼。法国、德国、捷克斯洛伐克的提琴作坊也开始出现。今天,弦乐器制作师已遍布全世界。

中提琴是用特别的陈年木头做成的,如云杉木、枫木。中提琴由至少70个部件组合而成。凿子和刮刀只是制琴师制作提琴所使用的众多工具中的几种。胶合剂和油漆在弦乐器制作中也很重要。

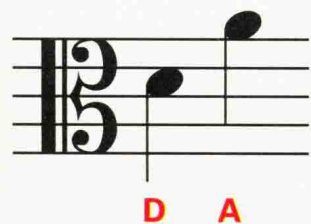
尽管琴弦和弦乐器里的小部件必须随时更换,大多数的小提琴、中提琴、大提琴和低音提琴可以永久保存,尤其是保养得好的话。很多乐器的质量随着时间的推移得到了提高。



步骤

- ☐ 演奏四分音符和四分休止符
- ☐ 用吉他姿势拨奏空弦D和A
- ☐ 建立集体节奏感
- ☐ 学习五线谱上各种音符和符号

拨奏空弦D和A



谱表 = 5条线 4个间

中音谱号 小节线 小节 结束线

加线

四分音符 = = 1拍 四分休止符 = = 1拍

拍号 = $\frac{4}{4}$ = 每小节4拍
= 以四分音符为1拍

节拍 = 音乐中稳定的一系列拍子

Pizzicato = pizz. = 用右手食指拨弦

为提高练习效果,请使用“弦乐队标准化训练教程”互动练习室中的录音伴奏、视频课程以及其他内容。
本书封面的内页有更多介绍。

1. 空弦D和四分休止符

pizz.

“休止 2 3 4”

“D D D D 休止 休止 休止 休止 D D D D 休止 休止 休止 休止”

2. 空弦A和四分休止符

pizz.

“休止 2 3 4”

“A A A A 休止 休止 休止 休止 A A A A 休止 休止 休止 休止”

3. D弦和A弦很神奇!

pizz.

4. 换弦拨奏

pizz.

5. 拨奏乐段

pizz.

步骤

- 演奏二分音符和二分休止符
- 把琴放在肩膀上拨奏空弦D和A
- 加强集体节奏感

边唱边说出二分音符：

“D 2 D 4”

大声数拍子：

“休止 休止 休止 休止”



用
“肩膀
姿势”拨奏



二分音符 = $\text{♩} = \text{♩} + \text{♩} = 2 \text{ 拍}$

二分休止符 = $\text{—} = \text{♪} + \text{♪} = 2 \text{ 拍}$

1	2	3	4
♩	♩	♩	♩
♪	♪	♪	♪
♩		♩	
—		—	

6. 你好，二分音符

pizz.

“休止 2 3 4”

“D 2 D 4 R R R R D 2 D 4 R R R R”

7. 二分音符和二分休止符

“R R”

8. 这就是“A”

pizz.

“A 2 A 4 R R R R”

9. 演奏和休止

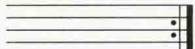
pizz.

10. 二分音符好极了

pizz.

步骤

- ☐ 演奏不同组合的节奏
- ☐ 理解反复记号
- ☐ 加强集体节奏感
- ☐ 在五线谱上画谱号和音符

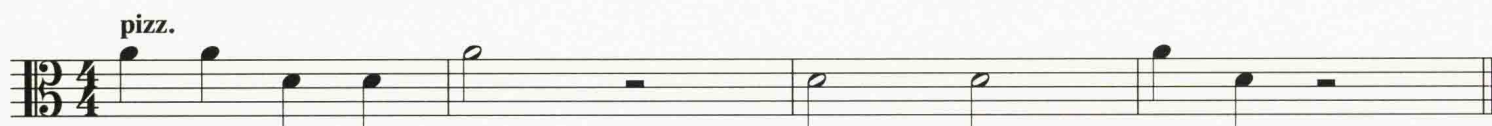
反复记号 =  = 返回,再演奏一遍

11. 组 合



12. 快速思考

小测验

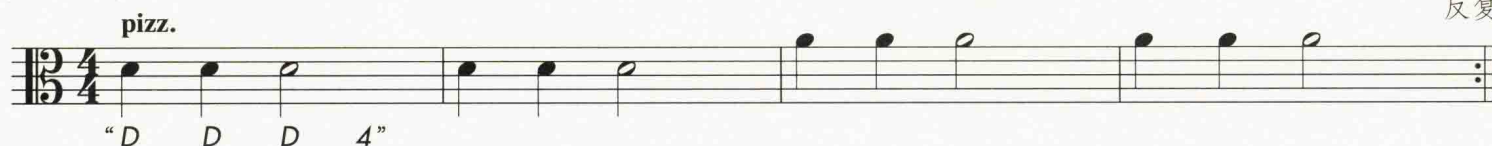


13. 演奏两遍



反复

14. 异性相吸



反复

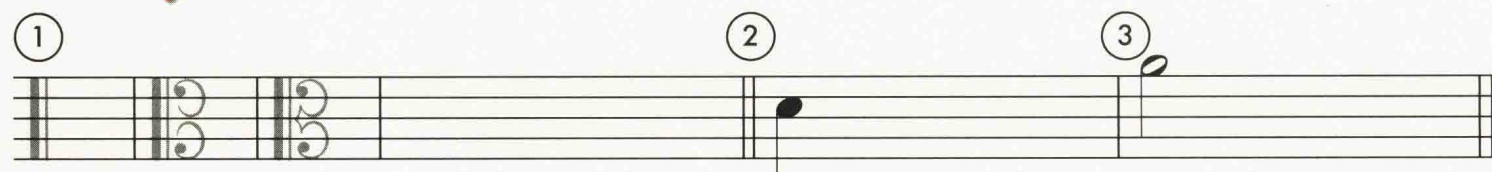
15. 二对二



16. 我们一起数拍子



17. 学习乐理

画两条
垂直线画两个半
圈,不要碰
到五线谱
的中间线把两个
半圈连
接起来,
就完成了

练习画中音谱号

练习画D音的四分音符

练习画A音的二分音符

步骤

- ☐ 演奏全音符和全休止符
- ☐ 理解三重奏和二重奏

全音符 = $\bigcirc$ = $\text{♩} + \text{♩} = 4$ 拍

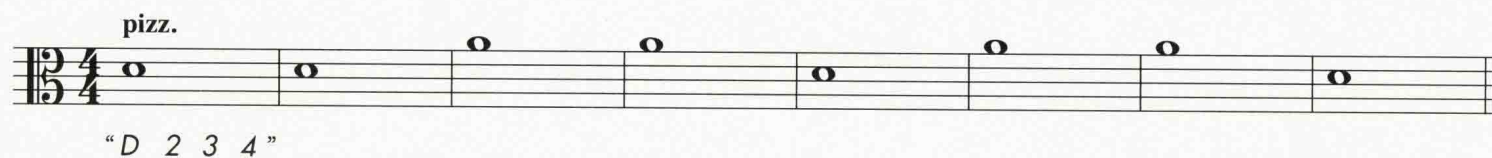
全休止符 = $\text{—} = \text{—} + \text{—} = 4$ 拍

三重奏 = 三个声部一起演奏的音乐

二重奏 = 两个不同声部同时演奏



18. 全部是全音符



19. 拨奏三重奏



20. 四分音符 / 爵士全音符



21. 数节拍是必须的 (二重奏)



22. 不停地数

小测验

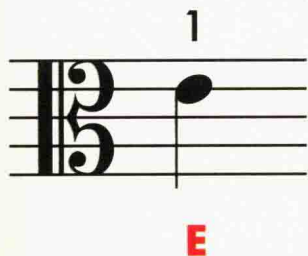
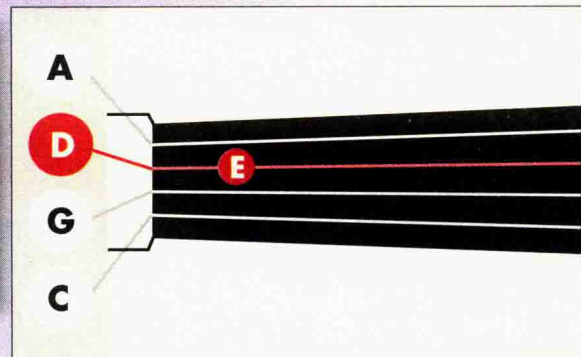


步骤

- ☐ 第1指E音的按弦位置
- ☐ 注意保持正确的左手手型
- ☐ 在五线谱上记谱
- ☐ 在4小节里写首小曲



E: D弦上第1指



把手指放在弦上

- 拇指伸直对着第1指
- 第1指弯曲, 形成一个方形的弧度
- 第1指在D弦上的第1指胶布处按下
- 左手手腕是直的, 不要弯曲

23. 第一指E!



24. E代表“优秀”



25. 简单的E



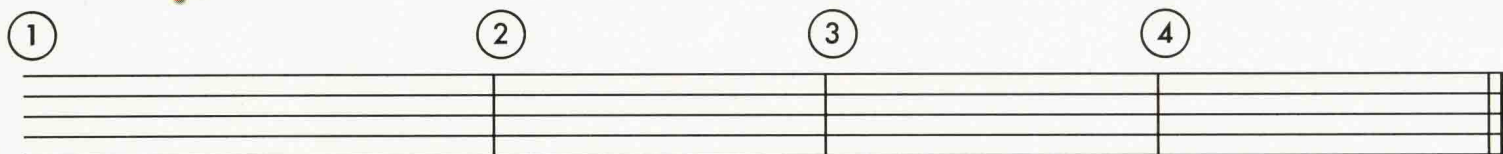
26. E音拨奏练习



27. D、E、A首次集体亮相



28. 学习作曲



写出你的乐器的谱号, 加上拍号, 并写出一个在D弦上的全音符。

在E弦上选写两个音, 时值加起来是4拍。

写4个四分音符, 音高分别为D、E和A。

用二分音符和四分音符的组合创作一个小节, 音高分别为D和A, 然后演奏你写的这个小节。

步骤

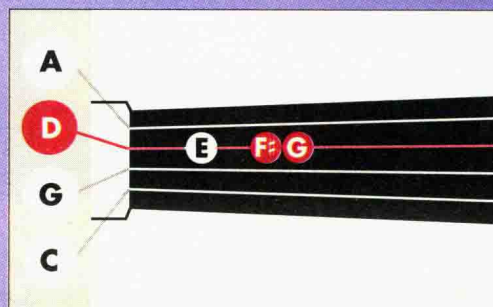
- ☐ 第2指F#音的按弦位置
- ☐ 第3指G音的按弦位置
- ☐ 注意保持正确的左手手型



F#:D弦上第2指



G:D弦上第3指



29. 多彩的云



记住边唱边拉

30. F#的乡村小曲



31. 我们一起高兴地翻滚

儿 歌



32. 厚底鞋 (二重奏)



33. 牛排和腰花馅饼

小测验

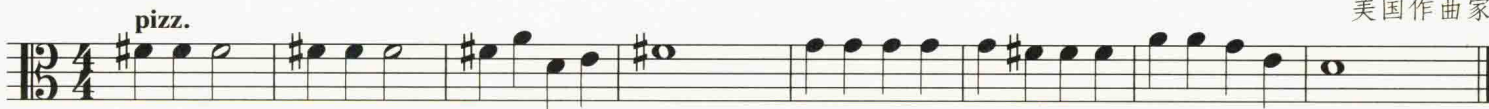
英国民歌



34. 铃儿响叮当

皮尔庞特(1822-1893)

美国作曲家



步骤

- ☐ 运用集体节奏感演奏D、E、F#、G和A音
- ☐ 拉空弦A时把左手G音保持住
- ☐ 理解独奏和齐奏

Solo = 由一个人演奏的音乐

Tutti = 全体一起合奏

35. 快乐的五个音符（低音提琴新的一步）



36. 大广场



37. 上上下下



38. 乡村晨曦（二重奏）

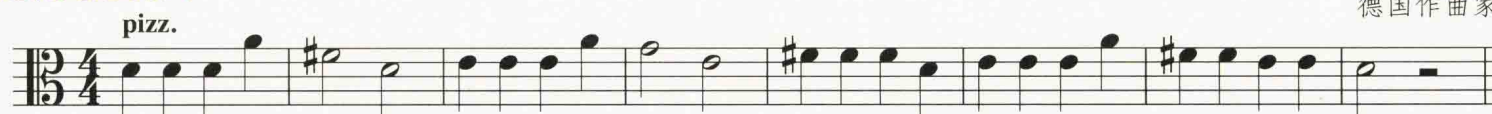


39. 跳跃和不跳跃



40. 无忧无虑的人

丹尼尔·戈特洛布·蒂尔克(1750-1813)
德国作曲家



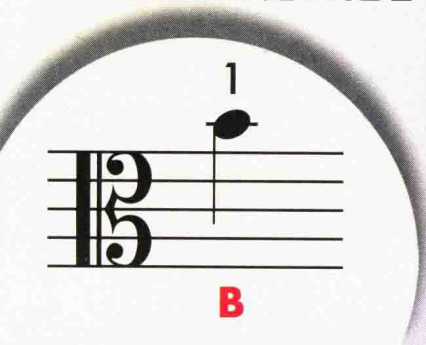
41. 好国王瓦茨拉夫

英格兰圣诞颂歌

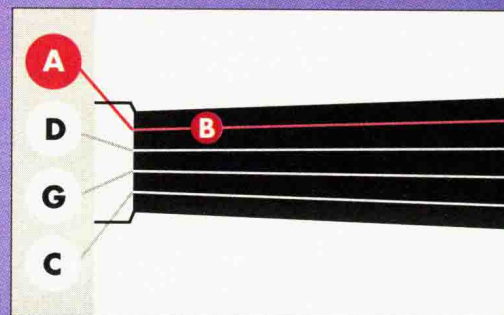


步骤

- ☐ 第1指 B 音的按弦位置
- ☐ 准确地视奏音符和节奏
- ☐ 说出五线谱上的音名



B 音：A 弦上第1指



42. 快乐的六个音符



43. 异常的休止符



记住大声说出休止符。

44. 开始演奏 B 音（二重奏）



45. 老迈克唐纳有个农场（视奏）



美国民歌

46. 牛仔小径



47. 扶梯（学习乐理）



写出与每个音符相对应的英文字母。

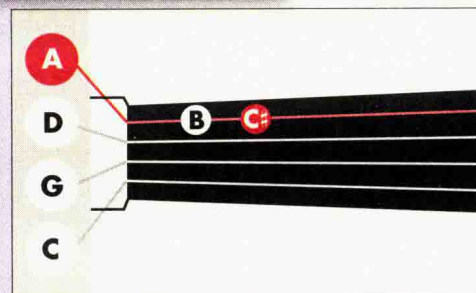
步骤

- ☐ 第2指C#的按弦位置
- ☐ 注意正确的左手手型和整体姿势
- ☐ 理解四四拍

拍号 = **C** = $\frac{4}{4}$
四四拍子



C#音：A弦上第2指



48. A弦——在低音提琴上加入低B和C#（二重奏）



49. 法式小餐馆（二重奏）



50. 热十字面包（复活节）



51. 摇篮曲



52. 第七街漫步

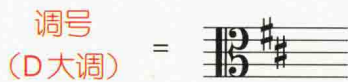
小测验



步骤

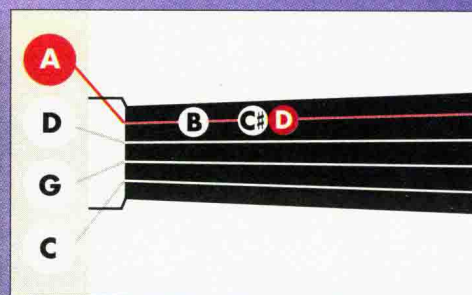
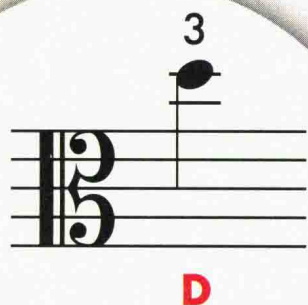
- ☐ 理解D大调的调号
- ☐ 背谱演奏D大调音阶
- ☐ 写出D大调音阶

调号
(D大调)



五线谱起首处出现的升号表示这些音符在整首曲子中需要升高半音。在D大调中, F 和 C 需要升高半音。

音阶 = 顺次逐级往上或往下的一系列音。
第53条练习就是D大调音阶。



D音:A弦上第3指

53. D大调音阶



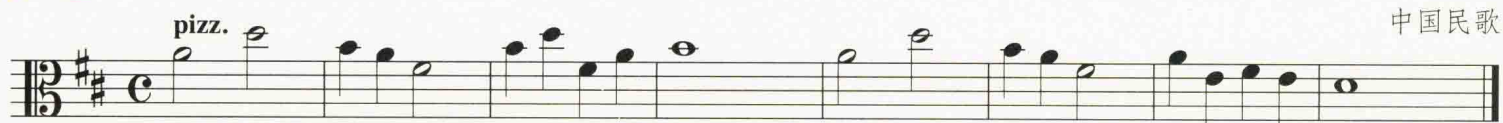
54. 乡村花园



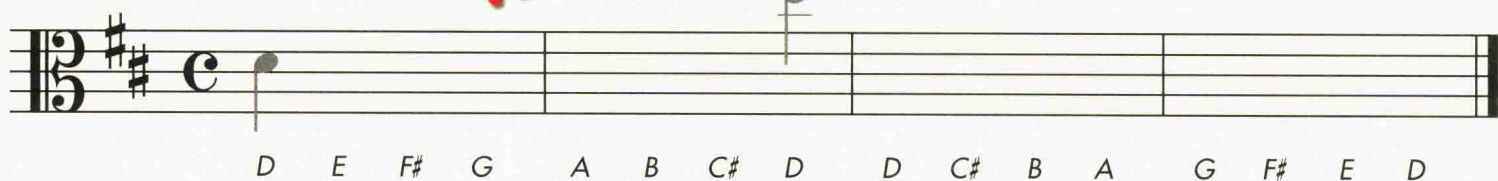
55. 秋日清风



56. 竹 笛



57. D大调音阶 — 学习乐理 — 背谱



在五线谱上画出与英文字母相对应的四分音符。请参照本页中的音符并照着画,能帮助你正确画出音符和符干。

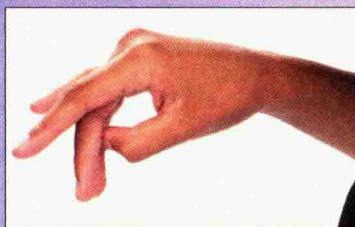
步骤

- ☐ 掌握持弓准备动作的平衡点
- ☐ 在空弦D和A上平滑地演奏
- ☐ 演奏二分音符 / 休止符和四分音符 / 休止符
- ☐ 演奏下弓和上弓

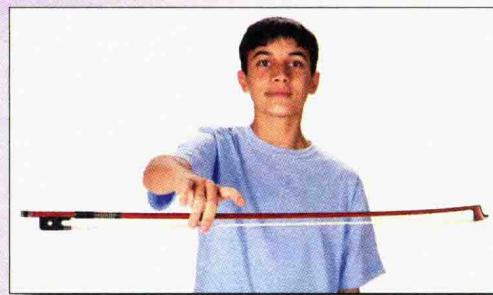
Arco = 用弓演奏

下弓 = ▮ = 在琴弦上运弓, 方向由弓毛库到弓尖

上弓 = ∨ = 在琴弦上运弓, 方向由弓尖到弓毛库



基本持弓手型



用中间的手指和拇指找出弓子的平衡点



在松香上做持弓的准备动作。弓子在松香上前后移动时松香保持不动。

在松香上运弓

58. 拇指位置到弓尖 / 弓尖到拇指位置

“休止 2 3 4”

arco

下 2 R R 上 2 R R 下 2 R R 上 2 R R”

松香不能移动

59. 在松香上拉二分音符

arco

下 2 上 4 R R R R 下 2 上 4 下 2 上 4”

60. 松香灰

arco

在空弦上运弓

61. 拉慢弓, 开始!

arco

62. 慢弓, 平稳

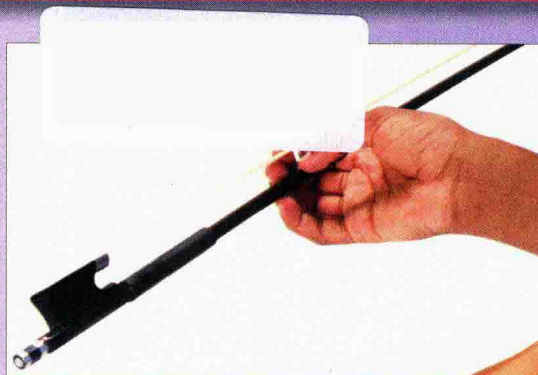
arco

63. 用弓奏A音

arco



加上其他手指,小指指尖放在弓杆上



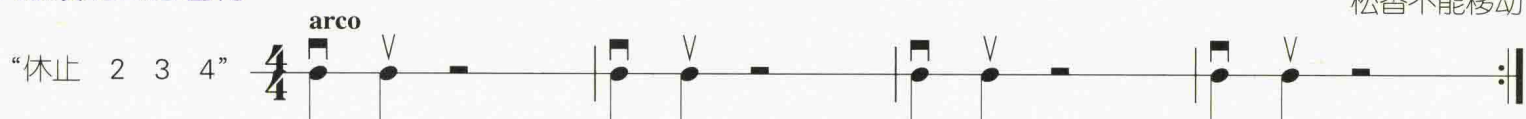
倒置图,注意大拇指形状



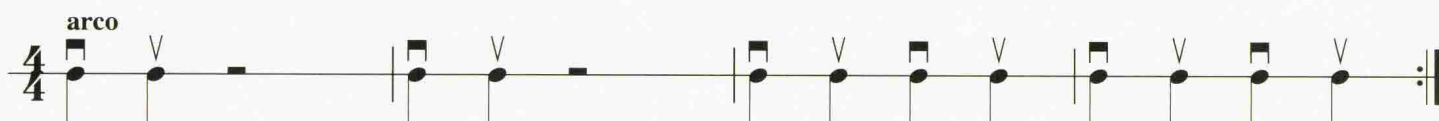
在弦上做持弓准备动作

在松香上运弓

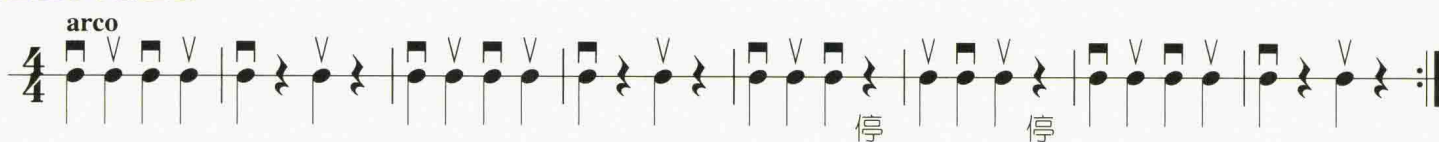
64. 连续的四分音符



65. 拇指位置到弓尖 — 现在快一些



66. 在松香上快速运弓



在空弦上拉四分音符

67. 拉和推



68. 在A弦上弓拉直的练习



拇指位置到弓尖的运弓。

69. 四分音符在一起

