李斐岚编著

儿童钢琴手指练习

（修订本）

人民音乐出版社

儿童钢琴手指练习

（修订本）

李斐岚　编著

人民音乐出版社

图书在版编目（CIP）数据

儿童钢琴手指练习/李斐岚编著. -2版(修订本). -北京：人民音乐出版社，2000.7

ISBN 7-103-02077-9

Ⅰ.儿… Ⅱ.李… Ⅲ.钢琴-奏法 Ⅳ.J624.1

中国版本图书馆CIP数据核字（1999）第64883号

责任编辑：林　容

汪小鹏

人民音乐出版社出版发行

（北京市海淀区翠微路2号　邮政编码：100036）

Http://www.people-music.com

E-mail:copyright@rymusic.com.cn

新华书店北京发行所经销

北京市美通印刷厂印刷

635×927毫米　8开　152面文字及乐谱　19印张

2000年7月北京第2版　2000年7月北京第1次印刷

印数：1—4,040册　　定价：28.50元

版权所有　翻版必究

发现质量问题请与出版社联系

修订本前言

《儿童钢琴手指练习》是在长期对儿童进行钢琴教学的实践基础上，参照国外手指练习的经验编创的。多年来，我在儿童钢琴教学中深深感到，由于儿童的生理条件不同，那些成年人经常使用的手指练习，对于他们却往往不太适用，也难达到预期的效果。近些年来学琴儿童越来越多，为了给从初学到车尔尼599练习曲程度的孩子们提供更有系统、更有针对性的基本功训练教材，特编著了此书。这本书问世后颇受读者欢迎，至今已发行十万余册。

为进一步完善其内容，编著者广泛吸取了使用者的反馈意见，对此书进行了适量的调整补充。修订本仍分为三部分，第一部分是按循序渐进规律编排的日常五指练习；第二部分是有针对性的特殊练习（一、二部分中以编著者自创的练习居多）；第三部分是由浅入深按A级（入门程度）、B级（拜厄后半本程度）、C级（车尔尼599练习曲中部程度）归类编排的常规音阶、琶音及和弦练习等。为在常规练习中给使用者提供易于掌握的简明指法规律，编著者特意从不同角度专门设计了三组指法规律简明提示表（详见附录），可供教师在指导少年儿童学琴中有选择性地参考使用。

本书须在教师指导下，根据儿童学琴的程度和需要有目的地选用，例如作为《幼儿钢琴教程》修订本（李斐岚、董刚锐编著）的辅助练习，以弥补弹奏中技术上的某些欠缺，帮助解决乐曲中遇到的某些难点，并通过第三部分的学习由浅入深地逐步掌握一些常规的基本技术。此书只是儿童钢琴技术练习的一个基础部分，不应用来取代其他练习曲和乐曲，练毕可接练《哈农练指法》。

由于本人水平所限，书中存在不足在所难免，诚恳地希望使用者予以指正。

李斐岚

1999年于中央音乐学院

目　　录

第一部分　五指练习 38 首

一、非连音练习 1—10 ……（1）
二、连音练习 11—12 ……（5）
三、五组基本练习 13—14 ……（7）
四、连音及跳音的混合练习 15—18 ……（9）
五、长句子的连奏练习 19—22 ……（13）
六、变节奏的练习 23—24……（15）
七、五指原位移调练习 25—30……（16）
八、提高速度、增强手指灵活性的练习 31—38 ……（24）

第二部分　有针对性的特殊练习 105 首

一、入门的简易单手练习
非连音练习 1—8 ……(38)
跳音练习 9—11 ……（41）
连音练习 12—17……（43）
二、加强臂力、腕力及手掌、手指支撑力的双音与和弦的练习
双音练习 18—28 ……(45)
和弦练习 29—34 ……(50)
三、加强手指独立性的练习 35—45 ……(52)
四、加强手指均匀灵活性的练习
分指重点练习 46—50 ……(57)
3、4、5、弱指练习 51 ……(59)
均匀性和灵活性的练习 52 ……(60)
颤音练习 53—55 ……(60)
左手练习 56 ……(62)
装饰音练习 57—59 ……(62)
手指伸张及收缩的练习 60 ……(63)
用小臂及手腕带动手指的练习 61—63 ……(64)
增强手腕及手指弹性的轮指练习 64—68 ……(65)
使大指灵活转动的单手练习 69—81 ……(67)

试读结束，需要全本PDF请购买 www.ertongbook.com

五、增强两手协调性的练习
两手不同奏法的练习 82—87 …… (71)
阿尔贝提(Alberti)固定音型伴奏练习 88—89…… (73)
两手不同节奏的练习 90—94 …… (74)
两手交替或交错弹奏的练习 95—105 …… (77)

第三部分　音阶、琶音、和弦及分解和弦的练习

A 级 (入门程度)含四分音符的常规练习
一、半音音阶(单手单指弹奏)…… (82)
二、大调音阶及琶音(两手交替弹奏)…… (82)
三、原位三和弦移调练习…… (88)

B 级 (拜厄后半部程度)含八分音符的常规练习(一个八度之内)
一、半音音阶…… (90)
二、音阶、琶音、和弦(含分解和弦)的转位及连接…… (91)
(按同名大、小调归类排列)

C 级 (车尔尼 599 练习曲中部程度)含十六分音符的常规练习(两个八度之内)
一、半音音阶 …… (115)
二、音阶、琶音及分解和弦转位…… (116)
(按关系大、小调归类排列)
三、补充练习 …… (136)
〈一〉变换节奏的音阶练习…… (136)
〈二〉逐级模进的音阶练习 …… (137)

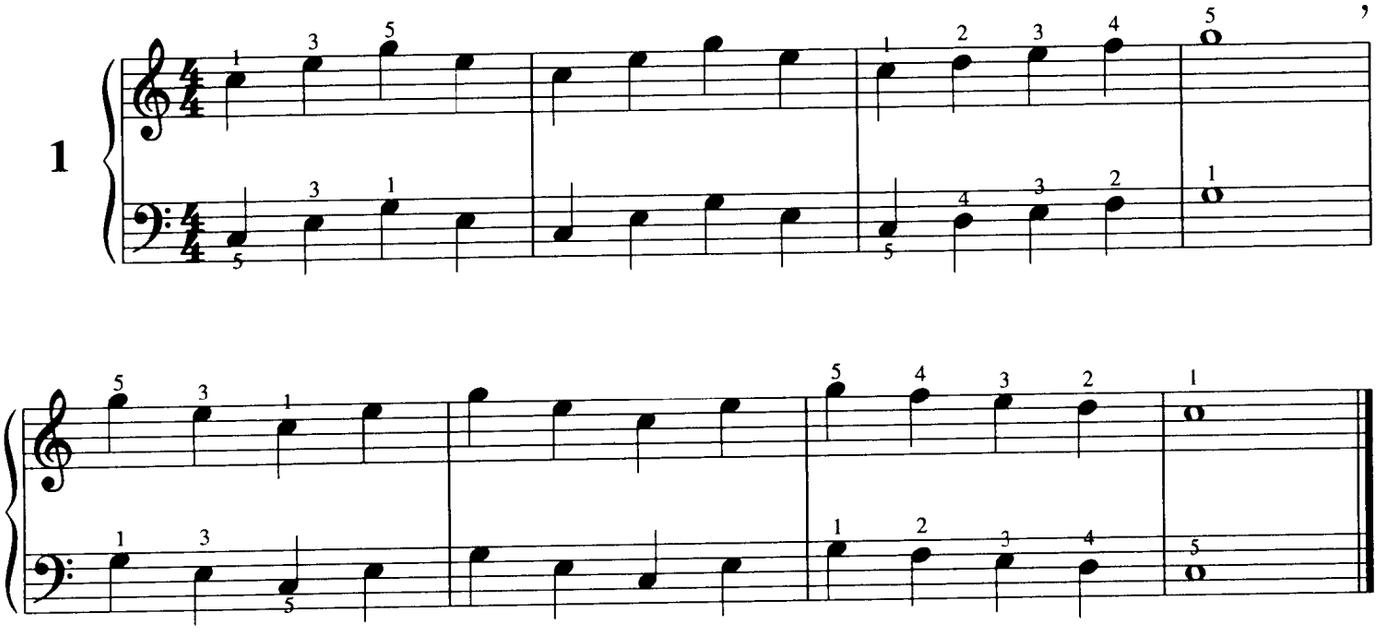
附录一 大、小调音阶指法的循环规律提示(供教学参考) …… (138)
附录二 十二组同名大小调同、反向一个八度音阶指法
与黑白键位提示(供练习参考)…… (139)
附录三 六种常用基本功指法规律提示(供考级参考) …… (141)

第一部分　五指练习 38 首

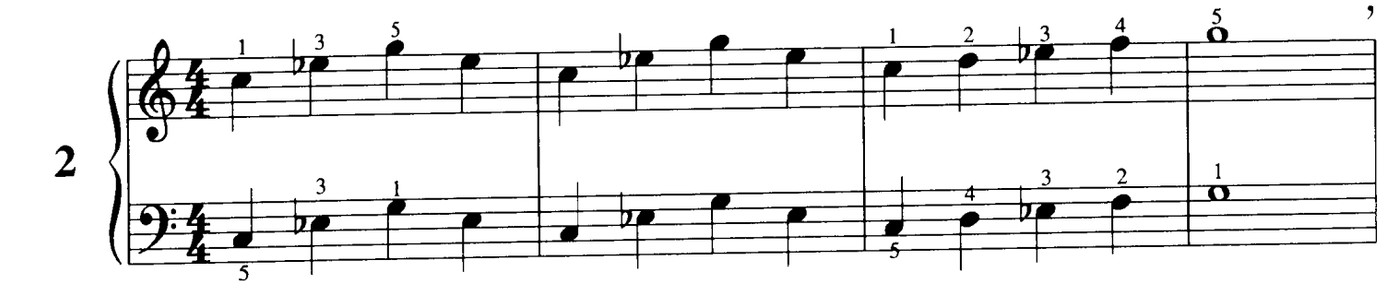
这部分练习采用了双手同向进行、反向进行、大小调对置、同调模进及移调模进等手法。每首练习均可作多次重复。练习时应从慢速度及中等力度开始，根据弹奏者的能力逐步提高速度及力度，注意肩臂放松自如，手腕柔软平稳，手型端正不僵，手指主动，触键平均有力而声音通畅，掌、指关节不要下塌，指端关节立稳。

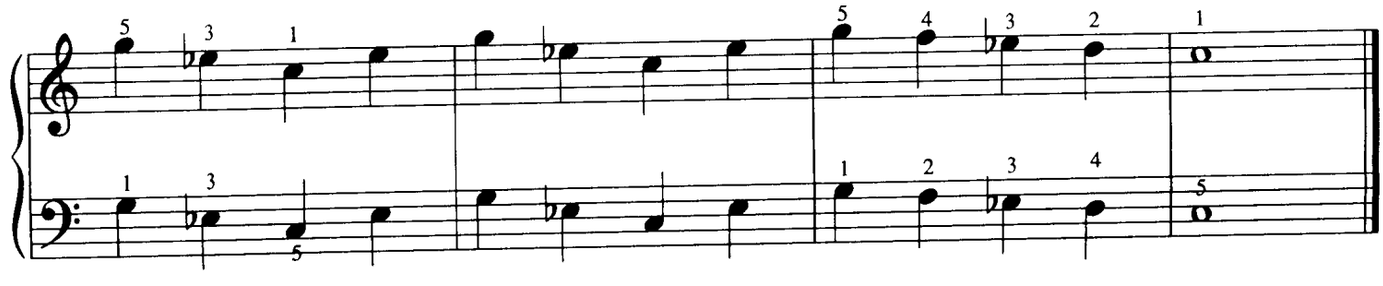
一、非连音练习

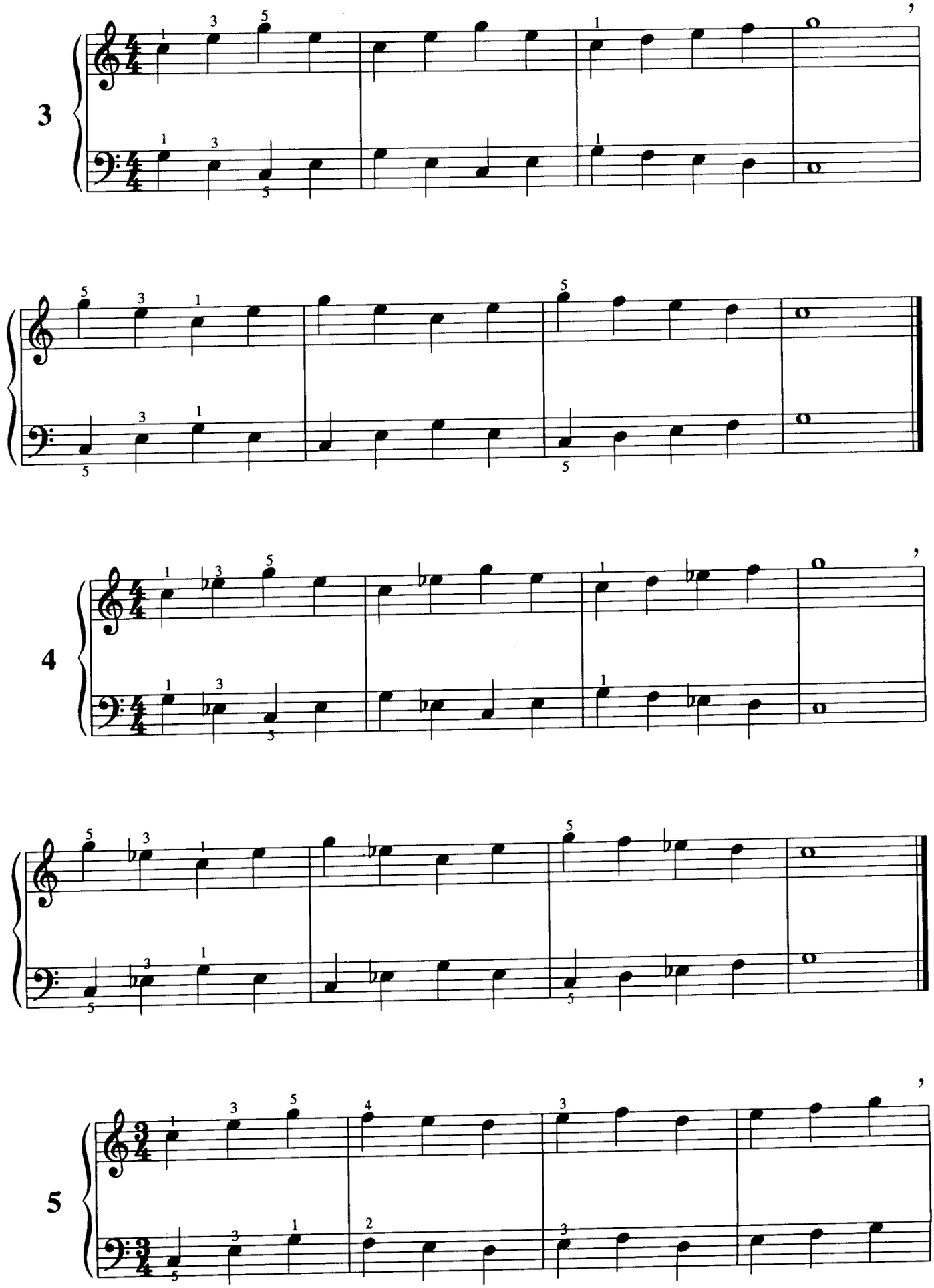
1

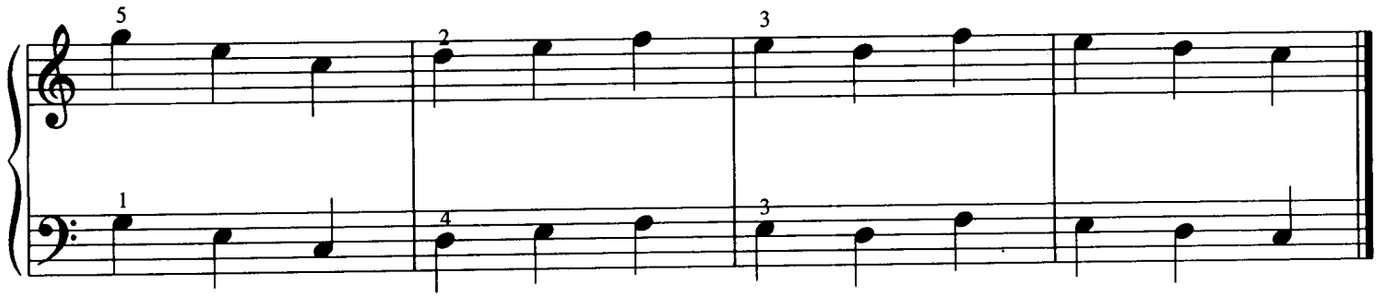


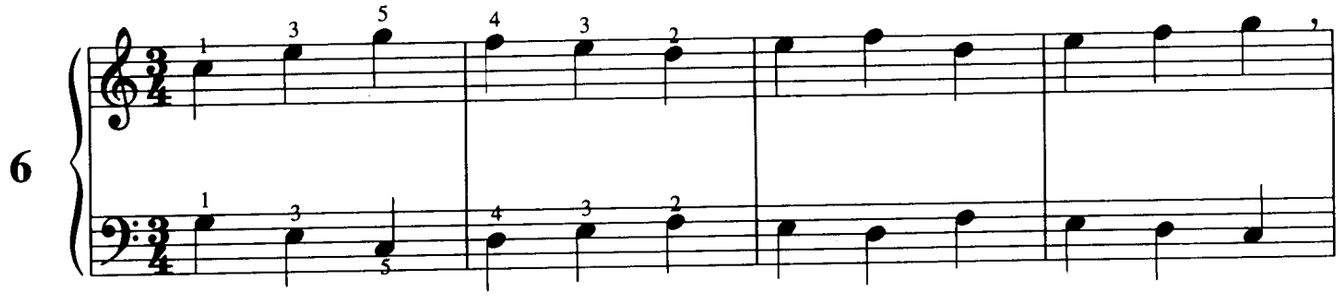
2

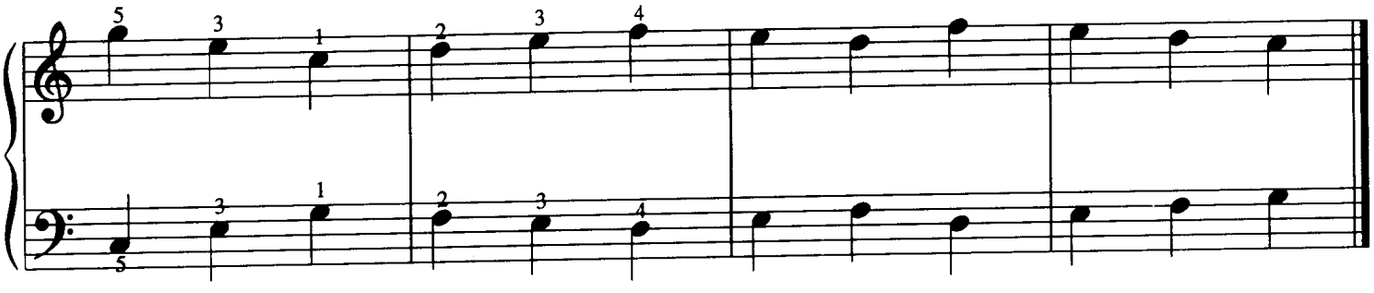


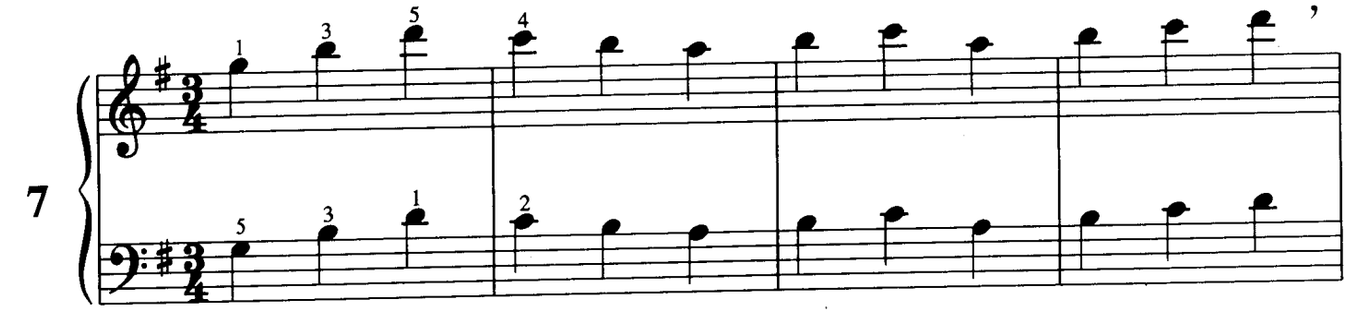


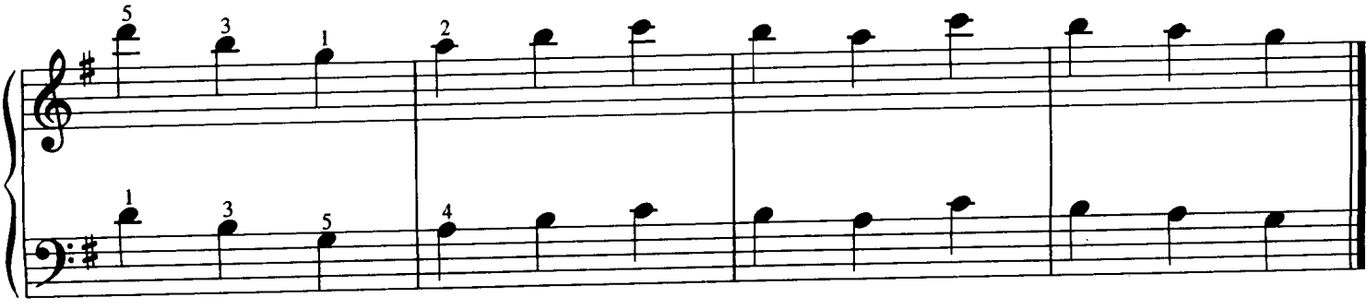

3
4
5

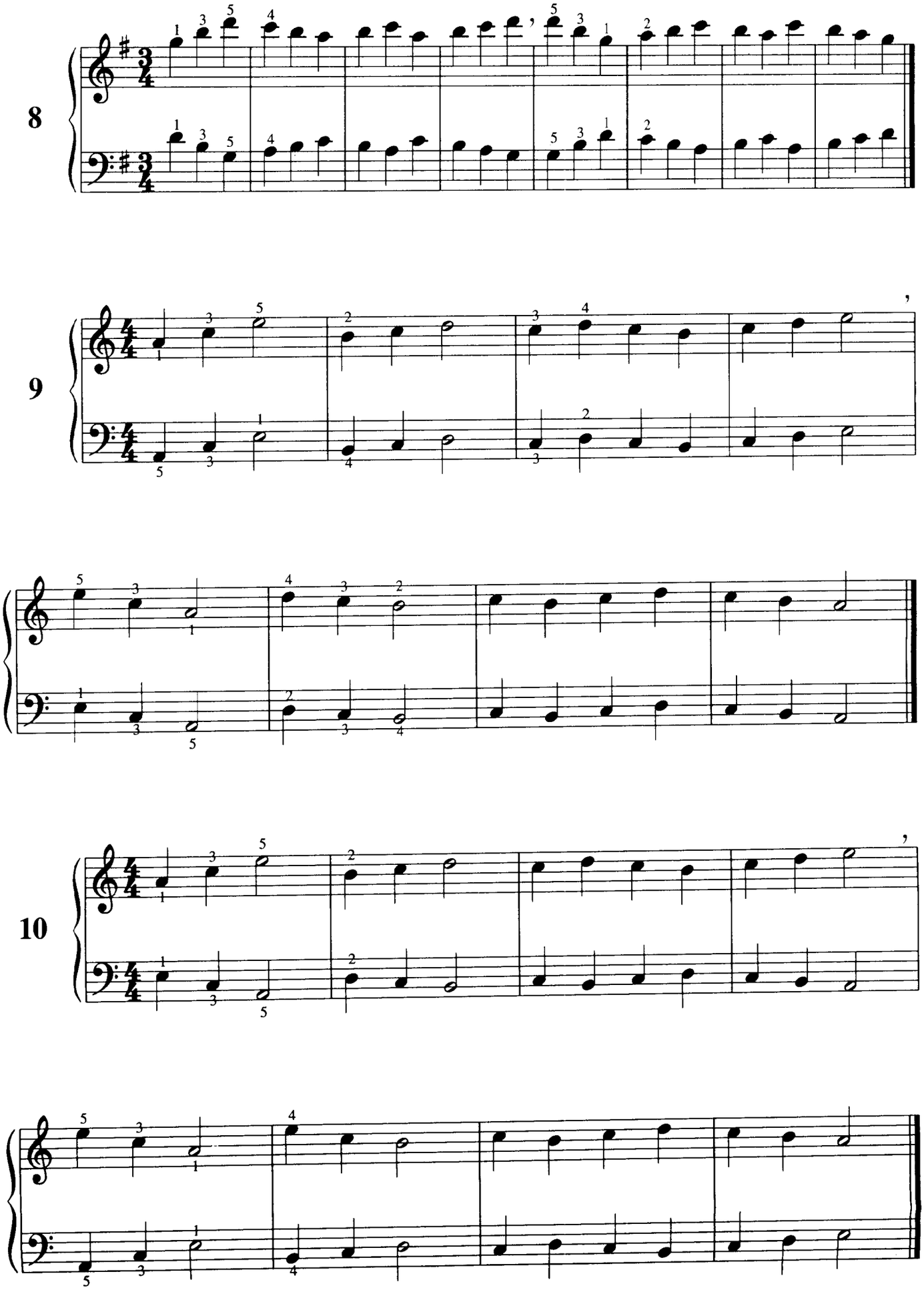



6

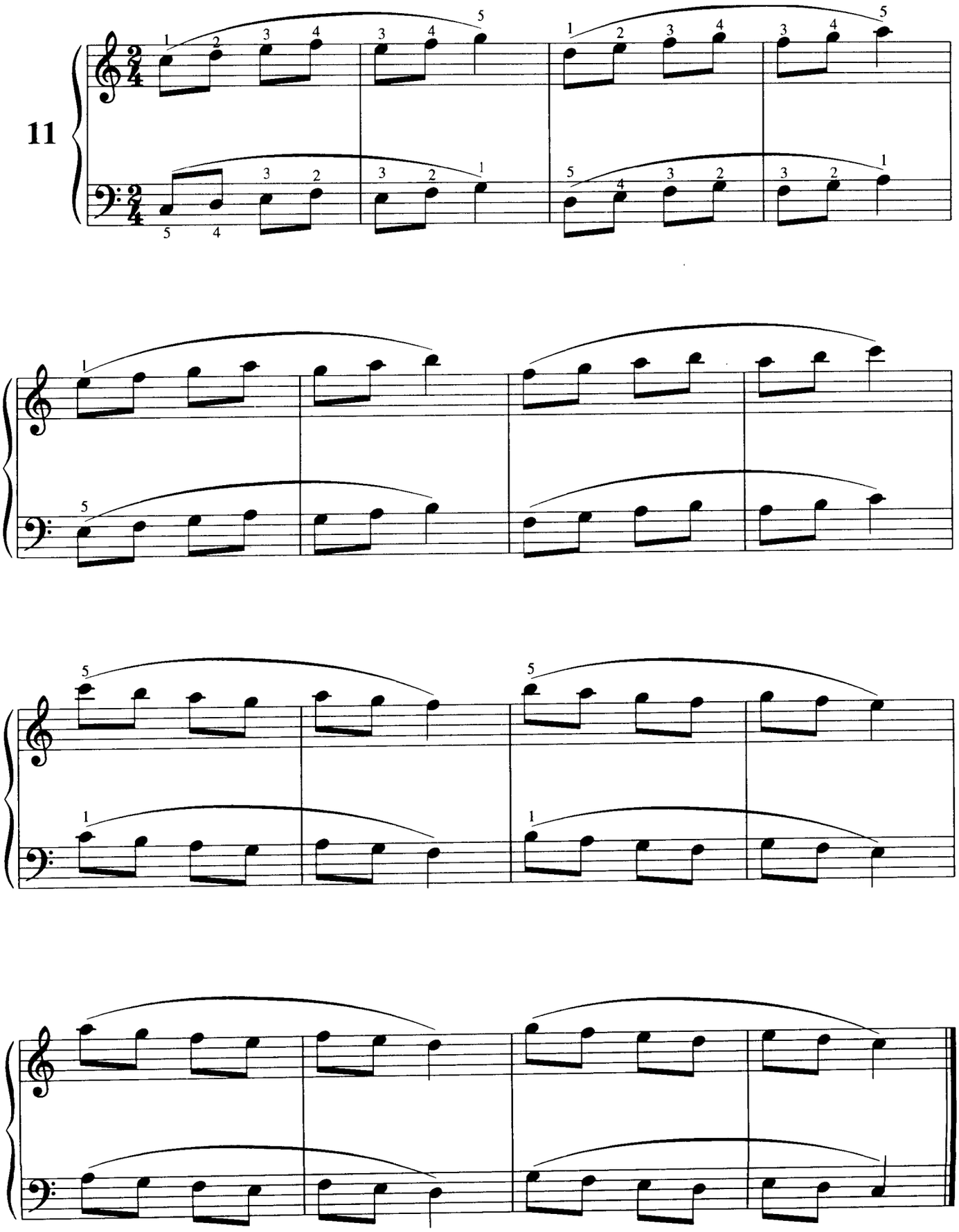



7

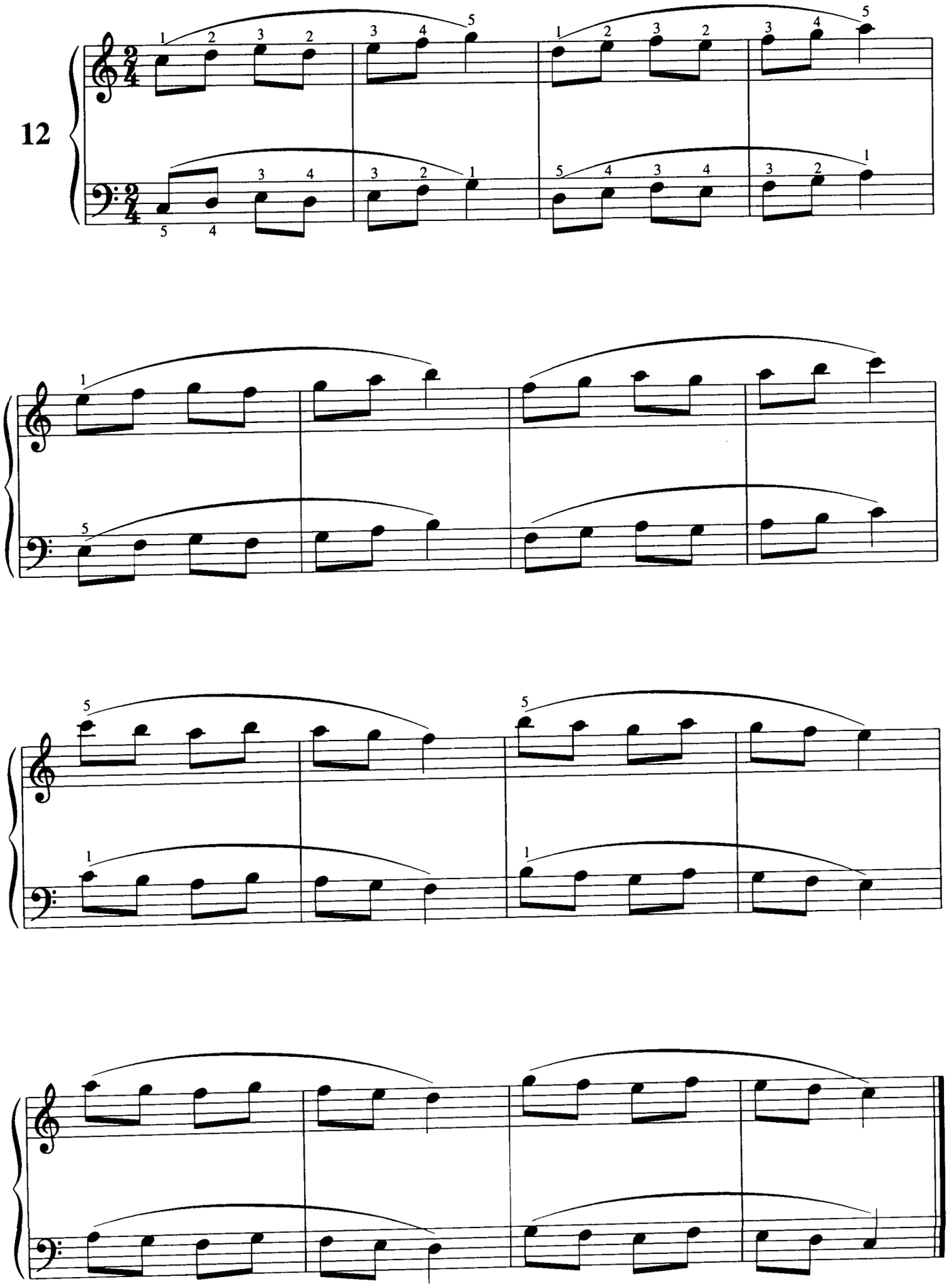



8
9
10

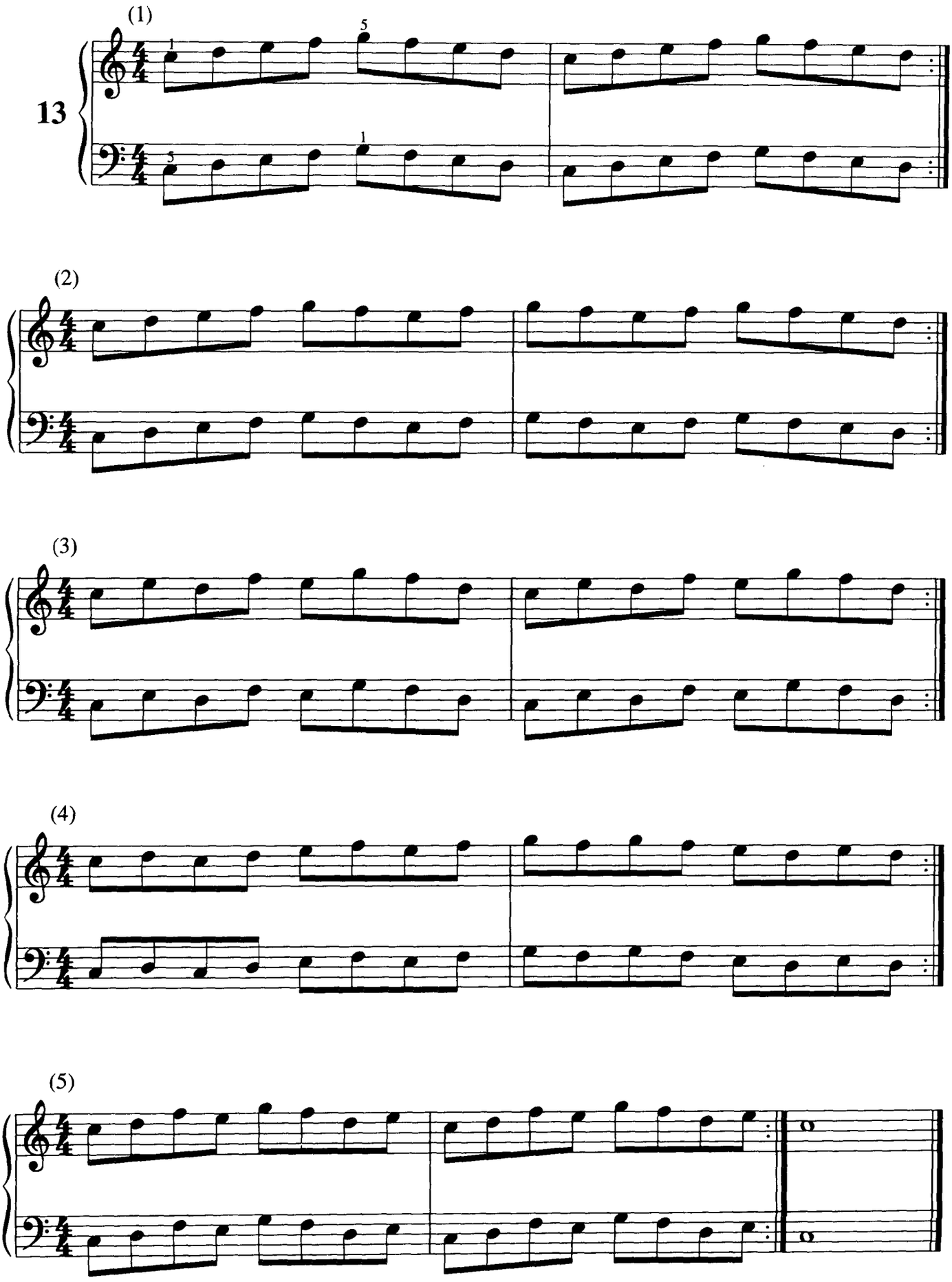
二、连音练习



试读结束，需要全本PDF请购买 www.ertongbook.com

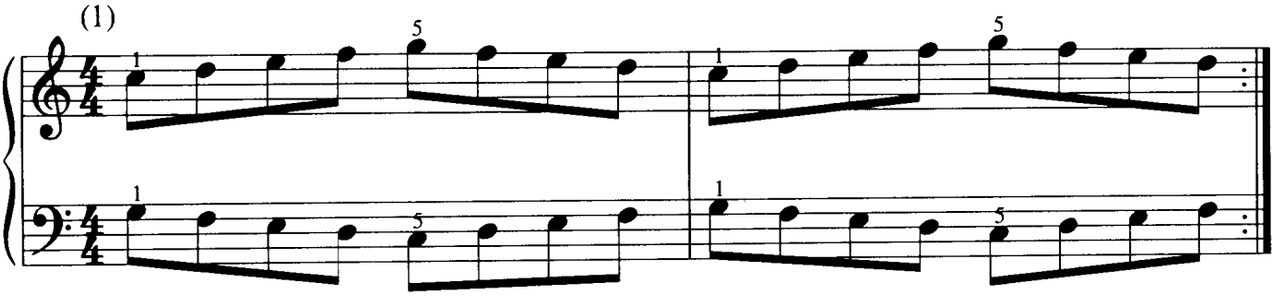

12

三、五组基本练习

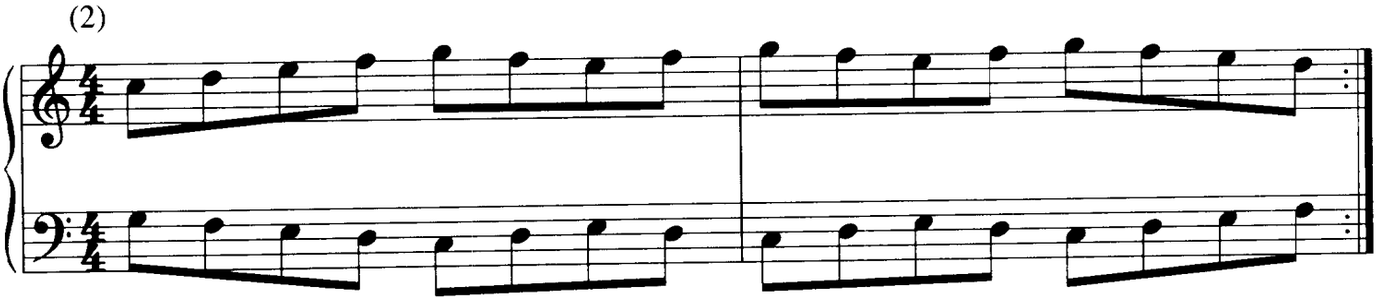


14

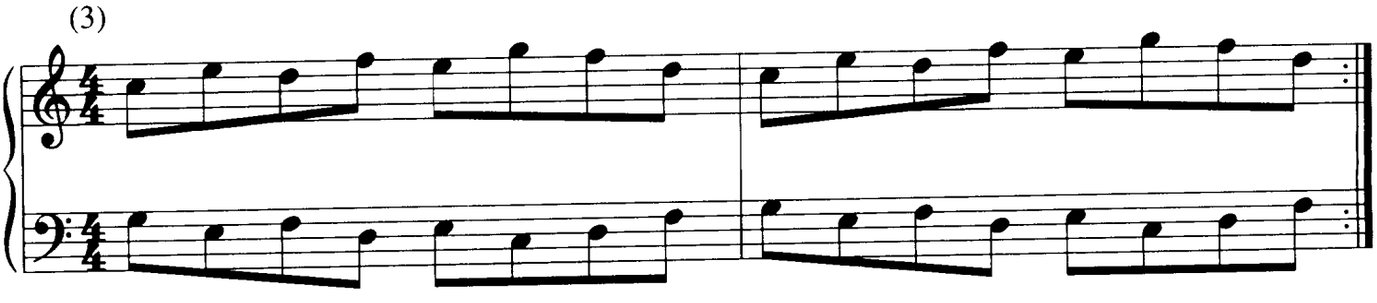
(1)



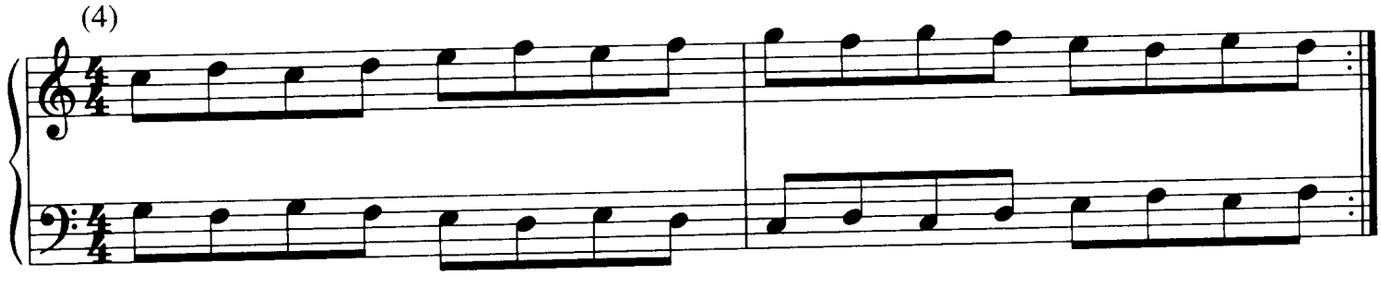
(2)



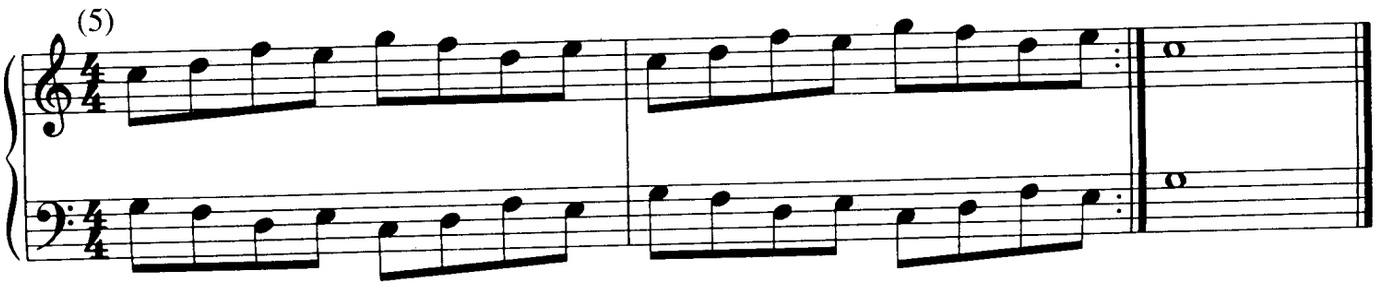
(3)



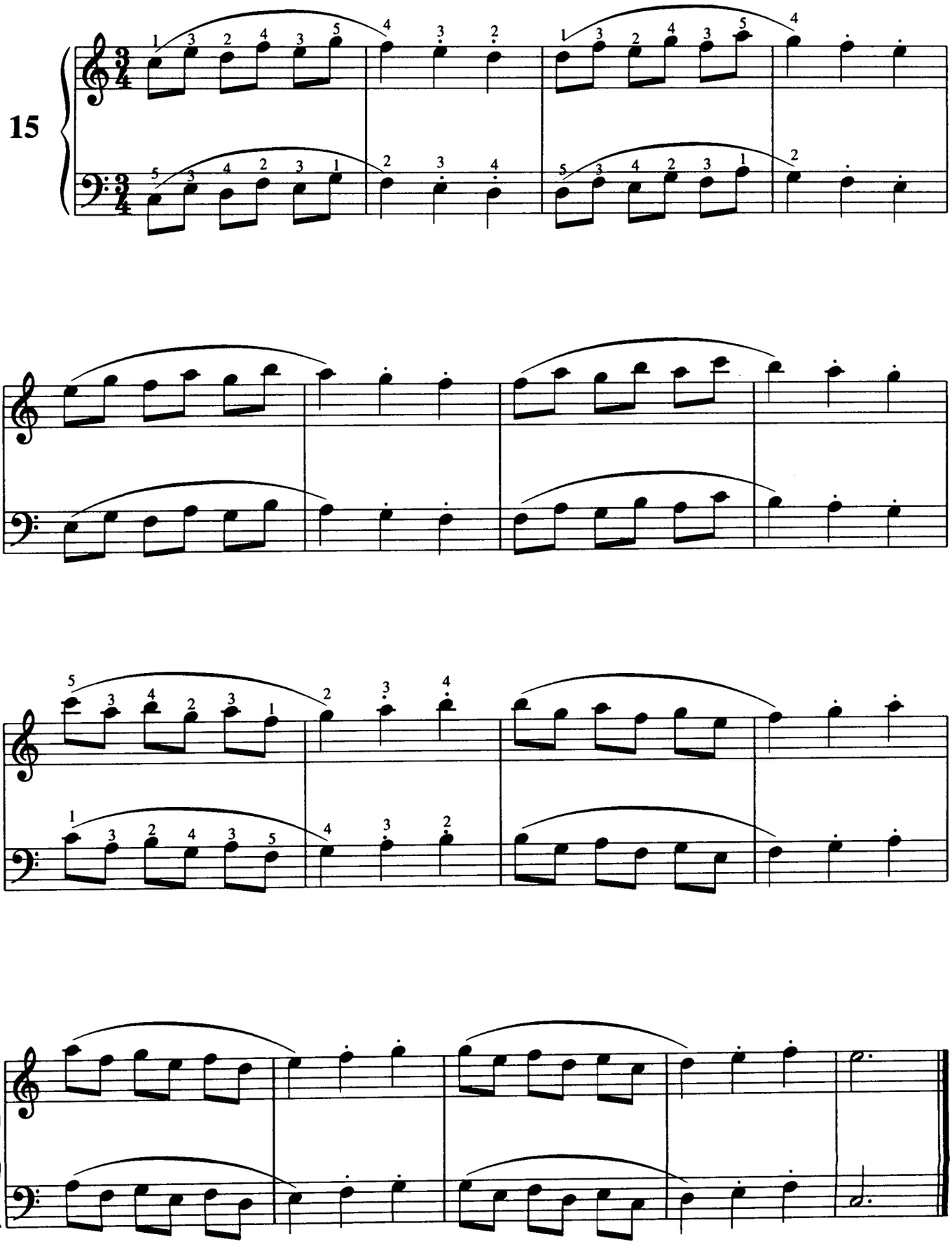
(4)

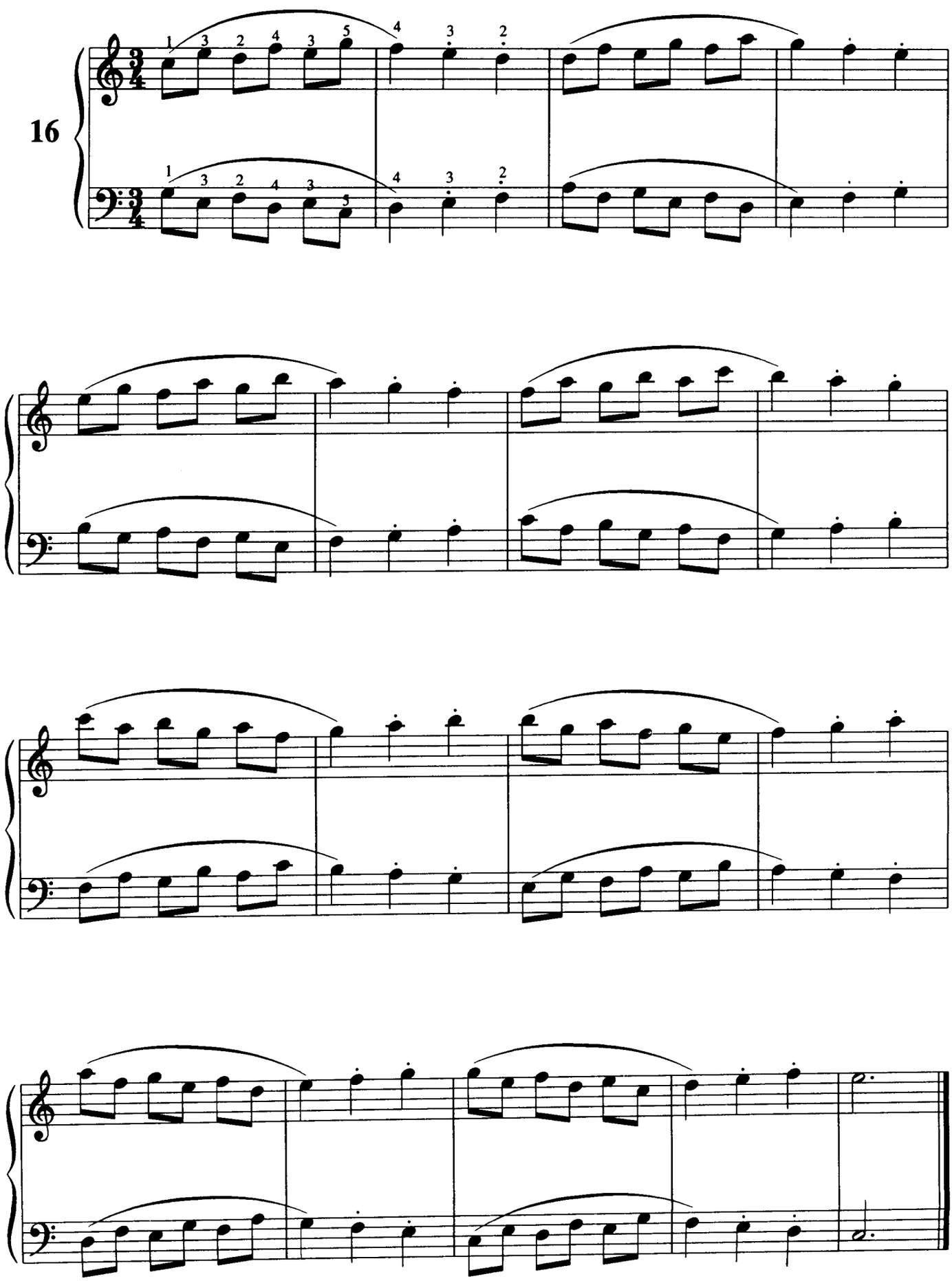


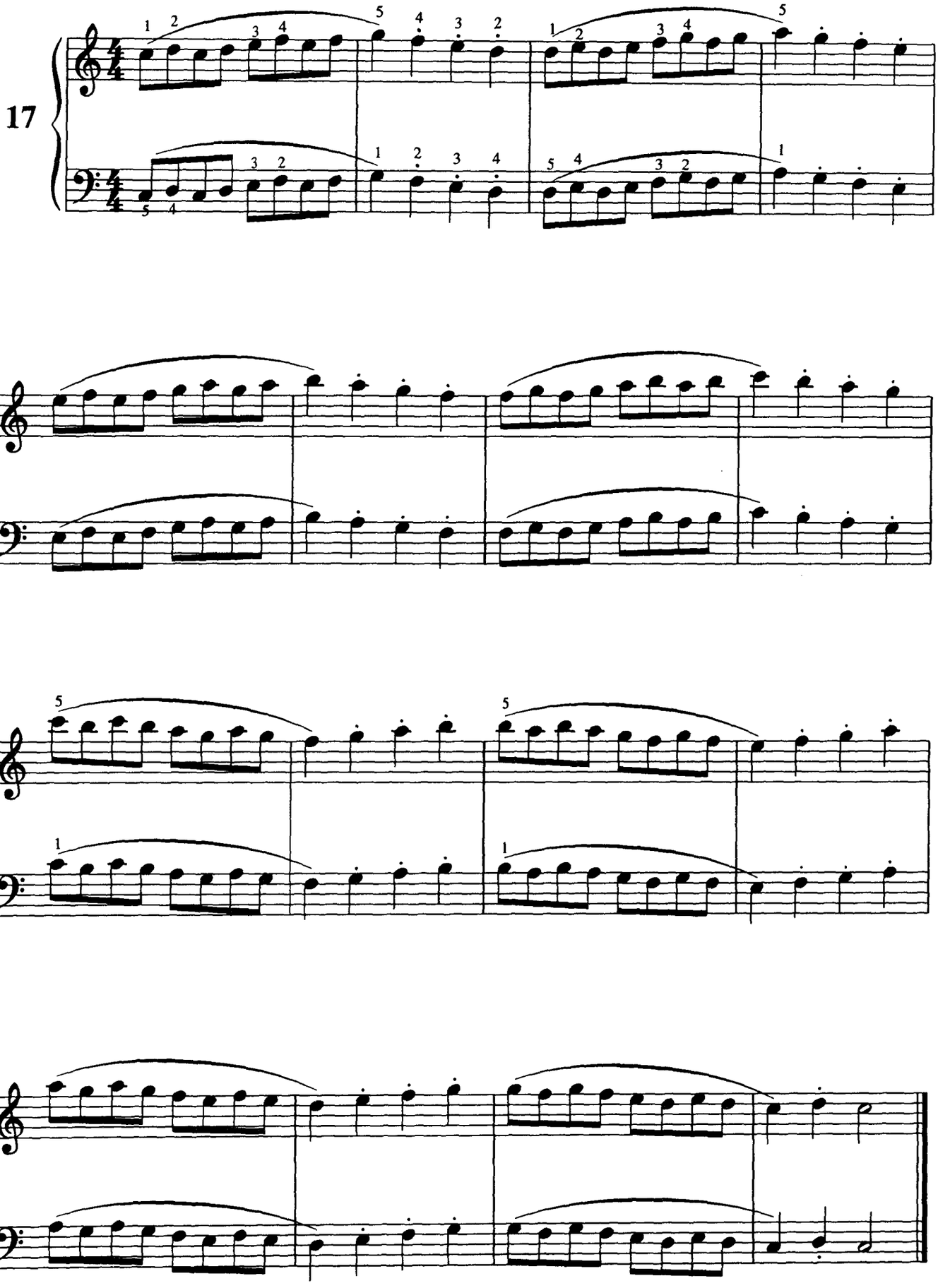
(5)



四、连音及跳音的混合练习




16



试读结束，需要全本PDF请购买 www.ertongbook.com