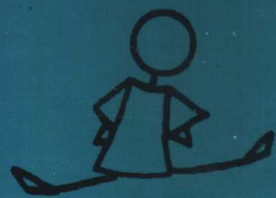


Gangqin

钢琴

天天练练

[美] E-M · 伯纳姆



1 入门册

Tiantian

LianLian

by
Edna-Mae Burnam



钢琴 天天练

[美] E-M·伯纳姆

1 入门册



上海音乐出版社出版
美国威利斯音乐出版公司提供版权

天天练



钢琴《天天练》是一组系列练习曲,先为入门册,再为预备册,继为第一、二、三、四册及技术练习册等。本册系最初使用的入门册。

我多年来教授青少年学生弹奏钢琴,深感他们在初学时最急需重视和强化的课题是在于严格的技术练习。

过去我曾经以机械的技术练习而不是以循序渐进的练习形式引导学生进入预备册,而现在有了《天天练》这一入门册,便与后面的预备册必然地连接起来。

本书是为任何一种初学或系列教学而设计的起步性教材。无论是集体课或个别课的训练,均可使用。这些练习是用学生正在视读的音符写成的,因此,学生在愉快地弹奏本书的练习时,就已经能够自己读谱了。

当学生学完本书后,已经为本套的预备册做了良好的准备。

E·M 伯纳姆

责任编辑:叶维修

封面设计:陆震伟

图书在版编目(CIP)数据

钢琴天天练 1 入门册/(美)伯纳姆(Burnam, E. M.)著;钱泥译.

- 上海:上海音乐出版社,1999(2002.8 重印)

ISBN 7-80553-784-4

I. 钢… II. ①伯… ②钱… III. 钢琴-奏法-儿童教育-教材
IV. J624.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(1999)第 07057 号

钢琴天天练 1 入门册

〔美〕E·M·伯纳姆

上海音乐出版社出版、发行

地址:上海绍兴路 74 号

电子邮件:csbcm@public1.sta.net.cn

网址:www.slcm.com

新华书店经销 苏州文艺印刷厂印刷

开本 640×935 1/8 印张 3 谱、文 22 面

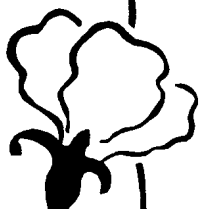
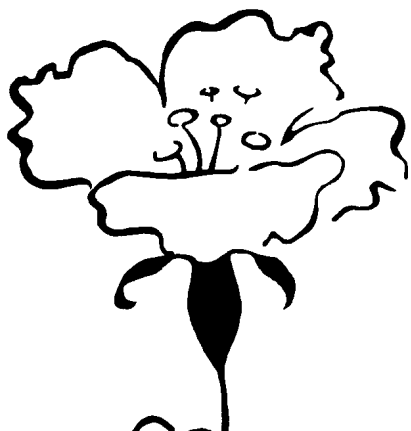
1999 年 4 月第 1 版 2002 年 8 月第 4 次印刷

印数:32,201—37,300 册

ISBN 7-80553-784-4/J·666 定价:8.00 元

告读者 如发现本书有质量问题请与印刷厂质量科联系

T:0512-66063782



天天练练

许多人上班之前进行体育锻炼。同样，在我们开始练琴之前也要进行手指练习。

本书的目的在于帮助练琴者锻炼手指，使之健实、有力和灵活。

开始，先作轻柔的慢练习，熟练后，再逐首增加，直到能正确地弹奏十二首为止。

当学生能熟练而正确地弹奏第一组十二首时，再以同样的方法练习其他各组。

可将每一组的各种练习在不同的调上进行移调练习，这对学生是很有裨益的。

E · M 伯纳姆

目 录

第一组

1. 走路	5
2. 单脚跳	5
3. 右手拍球	5
4. 左手拍球	6
5. 翻滚	6
6. 双臂上举与下垂	6
7. 轻轻跳	7
8. 深呼吸	7
9. 右手举锤敲击	7
10. 左手举锤敲击	8
11. 穿雨鞋在水中行走	8
12. 精神饱满 准备练习	8

第二组

1. 左右摆动	9
2. 双臂伸屈	9
3. 摸脚趾	9
4. 向上踢右腿	10
5. 向上踢左腿	10
6. 向后弯腰	10
7. 坐下 双腿并拢与分开	11
8. 轻轻跳	11
9. 深呼吸	11
10. 跳绳	12
11. 走下小山坡	12
12. 精神饱满 准备练习	12

第三组

1. 大劈叉	13
2. 深呼吸	13
3. 双脚绷直阔步走	13
4. 躺下, 右腿伸屈	14
5. 躺下, 左腿伸屈	14

6. 躺下, 双腿伸屈	14
7. 向后弯腰	15
8. 向右转	15
9. 向左转	15
10. 跳小凳	16
11. 从大盒子上向下跳	16
12. 精神饱满 准备练习	16

第四组

1. 晴天里散步	17
2. 雨天里散步	17
3. 晴天里小跑步	17
4. 雨天里小跑步	18
5. 晴天里深呼吸	18
6. 雨天里深呼吸	18
7. 婴儿步	19
8. 侧滚翻	19
9. 青蛙跳	19
10. 走绳索	20
11. 脚尖走步	20
12. 精神饱满 准备练习	20

第五组

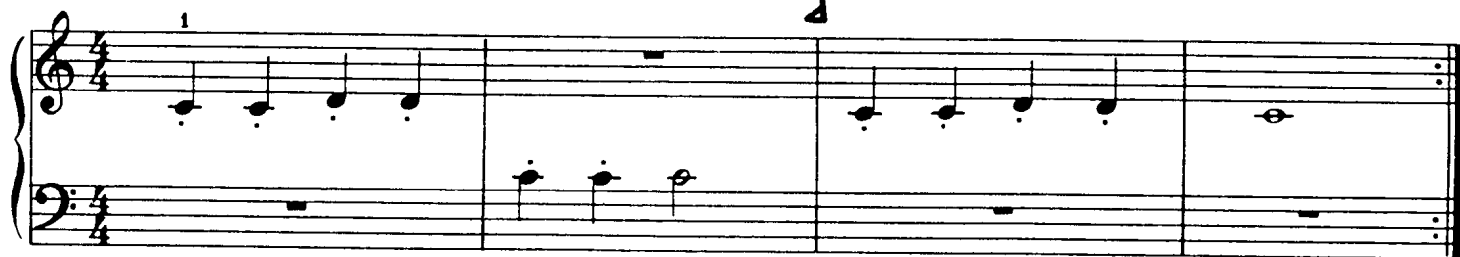
1. 跑步	21
2. 荡秋千	21
3. 坐跷跷板	21
4. 坐旋转椅	22
5. 游泳	22
6. 滑滑梯	22
7. 爬猴笼	23
8. 双膝吊在单杠上	23
9. 抓住吊环走	23
10. 跳绳	24
11. 拴绳球游戏	24
12. 精神饱满 准备练习	24

第一组

1. 走路



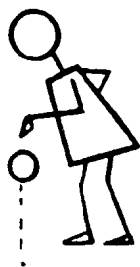
2. 单脚跳



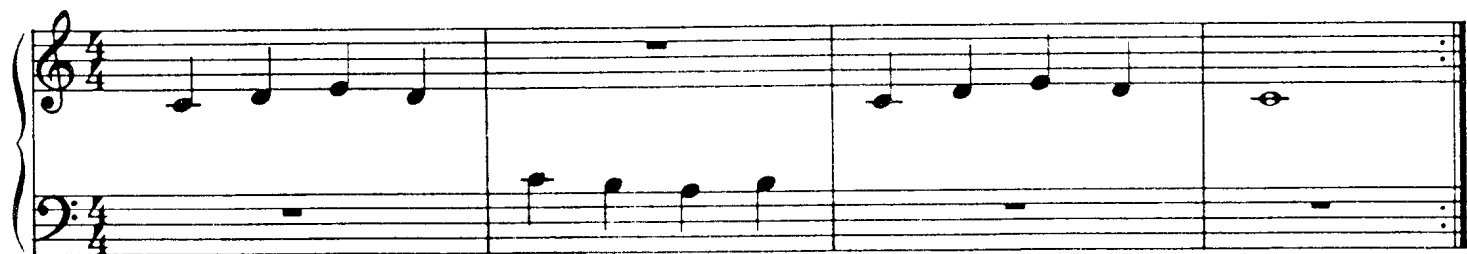
3. 右手拍球



4. 左手拍球



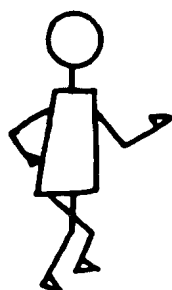
5. 翻滚



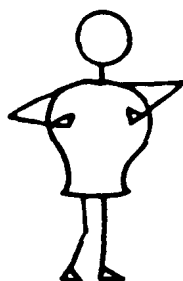
6. 双臂上举与下垂



7. 轻 轻 跳



8. 深 呼 吸



9. 右手举锤敲击



无声按下大拇指
然后弹奏其他音



10. 左手举锤敲击



无声按下大拇指
然后弹奏其他音



11. 穿雨鞋在水中行走



12. 精神饱满 准备练习

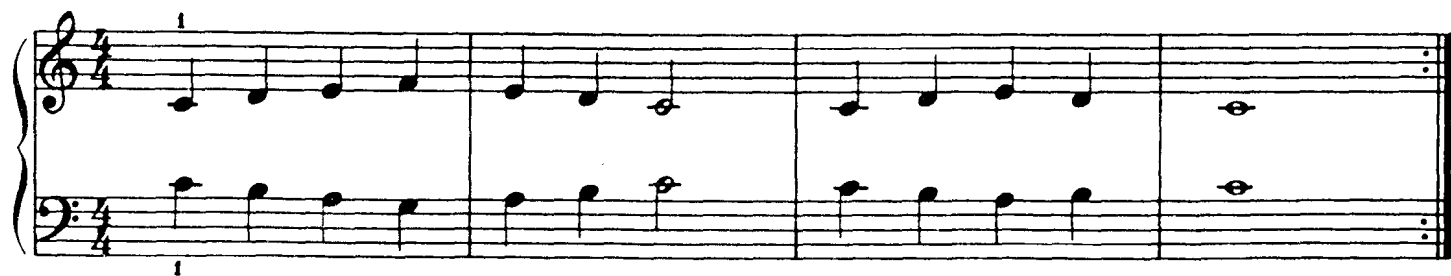
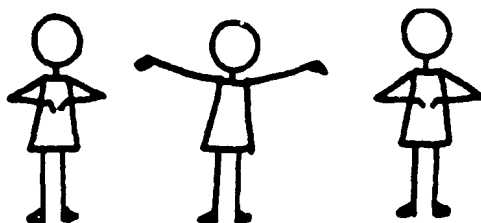


第二组

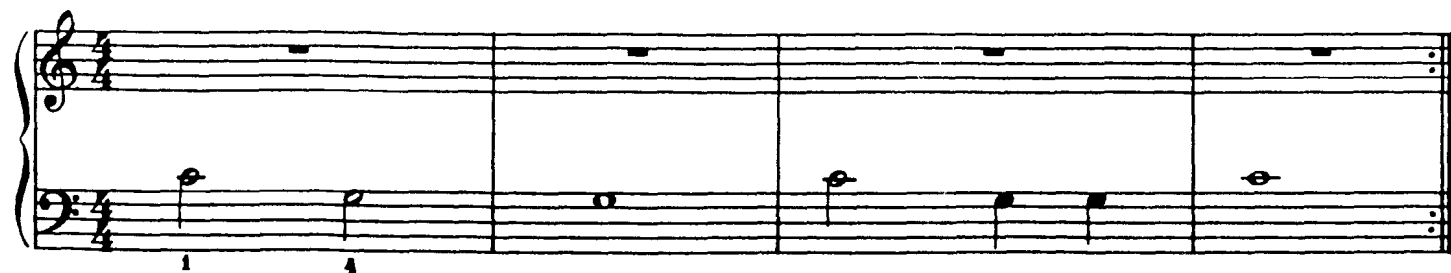
1. 左右摆动



2. 双臂伸屈



3. 摸脚趾



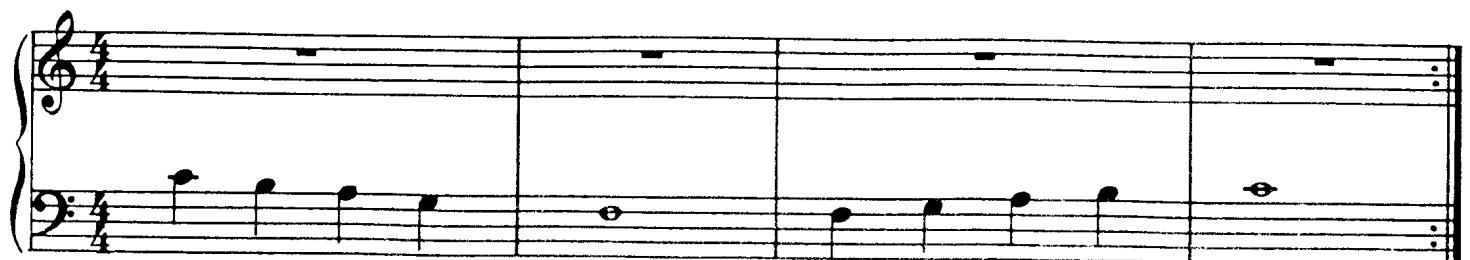
4. 向上踢右腿



5. 向上踢左腿



6. 向后弯腰

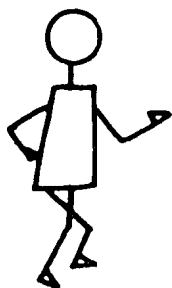


7. 坐下 双腿并拢与分开

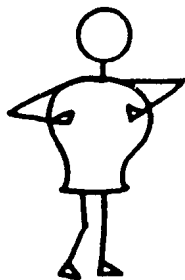
11



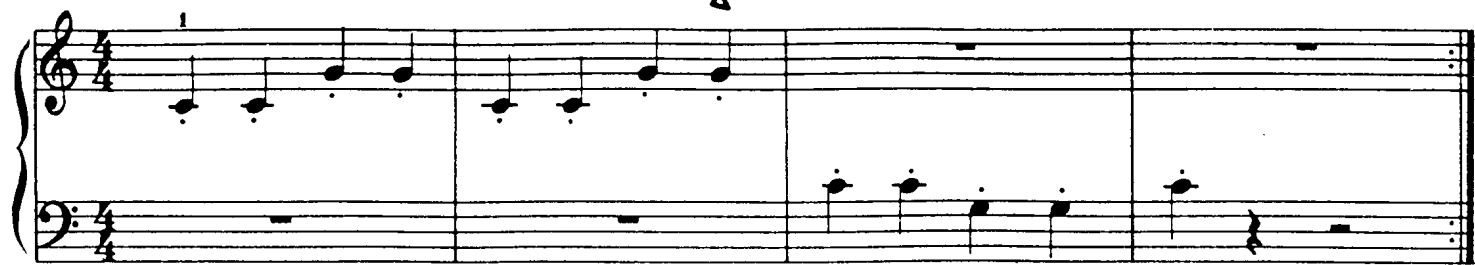
8. 轻 轻 跳



9. 深 呼 吸



10. 跳 绳



11. 走 下 小 山 坡



12. 精神饱满 准备练习



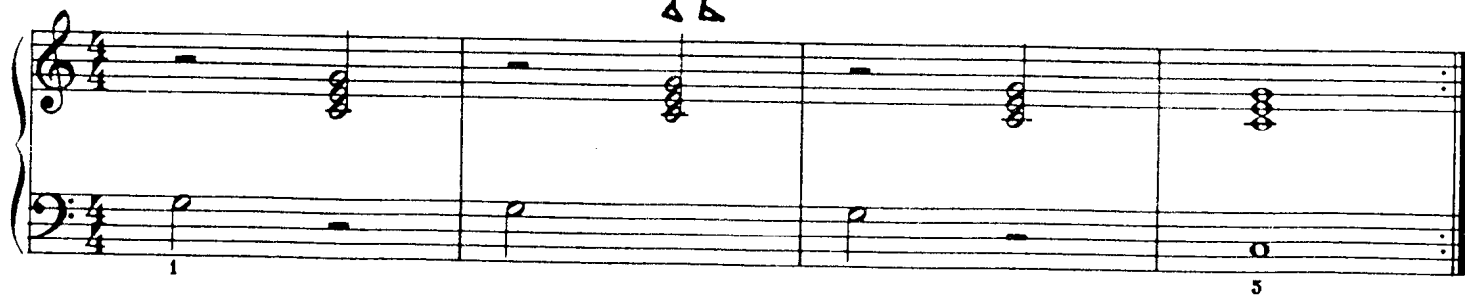
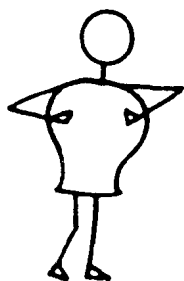
第三组

1. 大 劈 叉

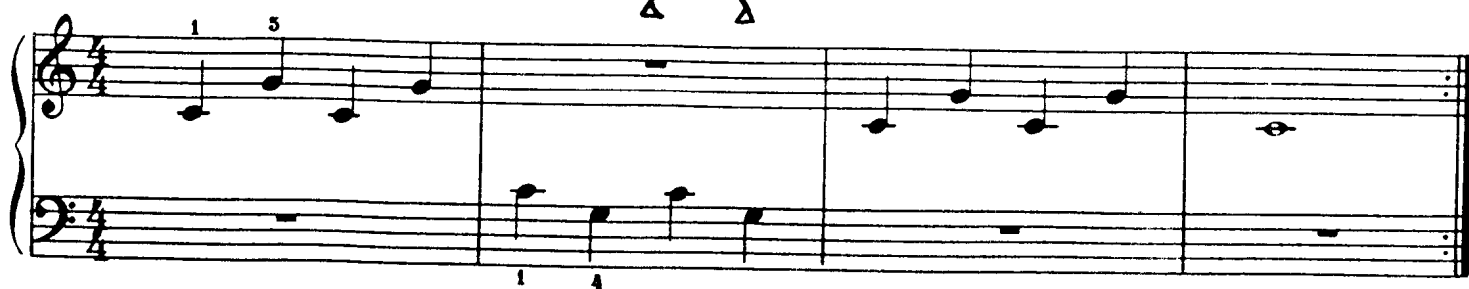
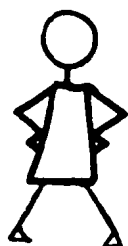
13



2. 深 呼 吸



3. 双 脚 绷 直 阔 步 走



4. 躺下，右腿伸屈



Musical notation for exercise 4, right leg extension and flexion. The notation is in 3/4 time and consists of four measures. The first measure contains a quarter note (1), a quarter note (2), and a quarter note (3). The second measure contains a quarter note (1), a quarter note (3), and a quarter note (2). The third measure contains a half note (1). The fourth measure contains a half note (1). The bass line is empty.

5. 躺下，左腿伸屈



Musical notation for exercise 5, left leg extension and flexion. The notation is in 3/4 time and consists of four measures. The first measure contains a quarter note (1), a quarter note (2), and a quarter note (3). The second measure contains a quarter note (1), a quarter note (3), and a quarter note (2). The third measure contains a half note (1). The fourth measure contains a half note (1). The treble line is empty.

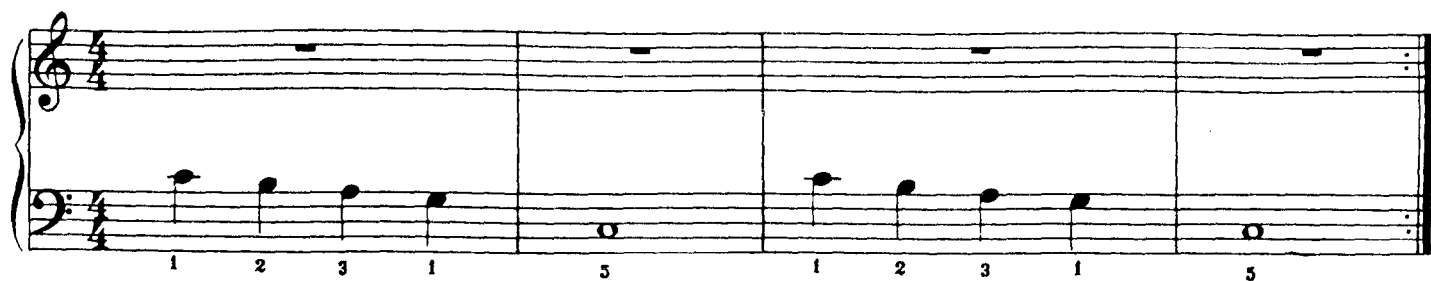
6. 躺下，双腿伸屈



Musical notation for exercise 6, double leg extension and flexion. The notation is in 3/4 time and consists of four measures. The first measure contains a quarter note (1), a quarter note (2), and a quarter note (3). The second measure contains a quarter note (1), a quarter note (3), and a quarter note (2). The third measure contains a half note (1). The fourth measure contains a half note (1). Both the treble and bass lines contain the notes.

7. 向后弯腰

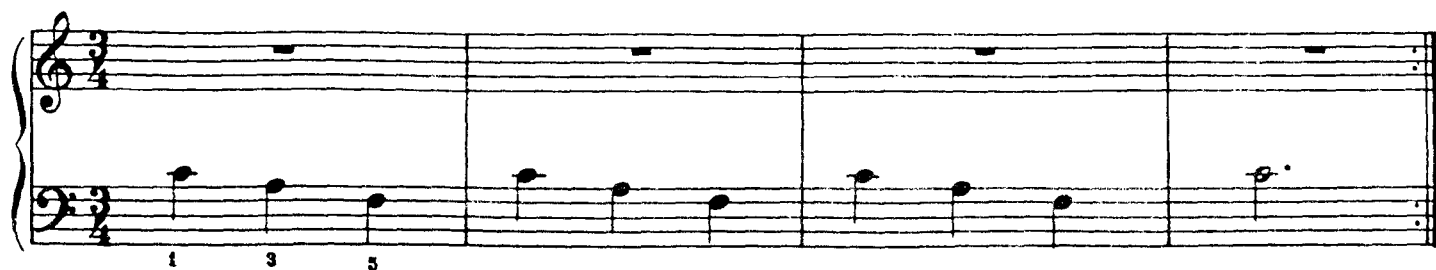
15



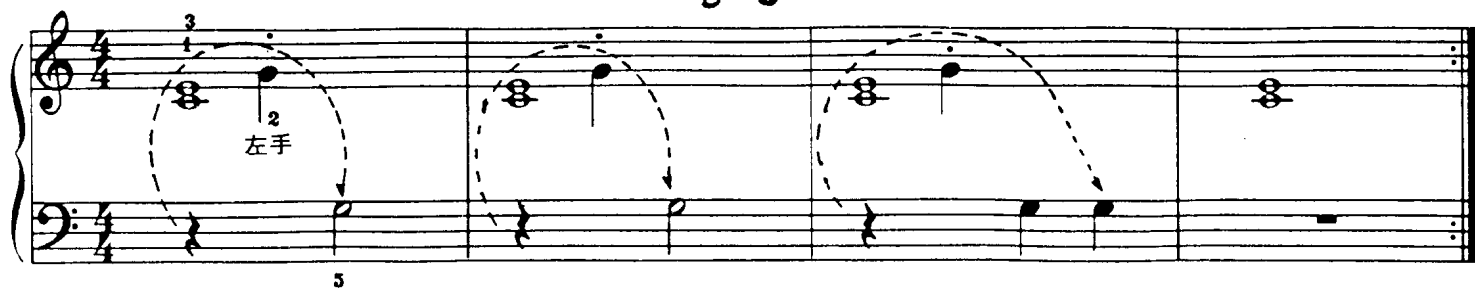
8. 向右转



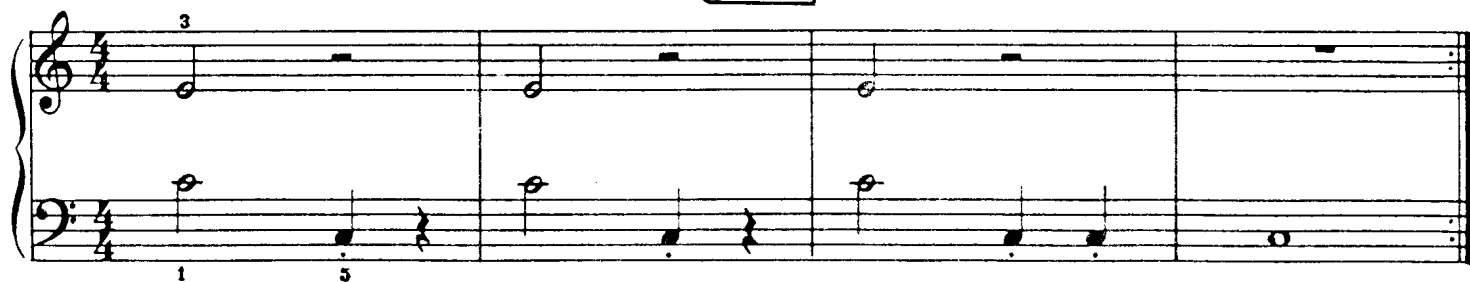
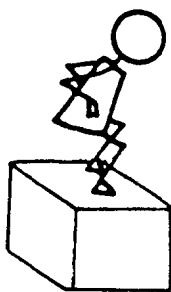
9. 向左转



10. 跳 小 凳



11. 从大盒子上向下跳



12. 精神饱满 准备练习

