

流行音乐理论丛书

尤静波 / 主编

POP MUSIC

简谱视唱

尤静波 / 编著

流行音乐理论体系本土化研究的最新成果

汇集中国风流行音乐作品实例及练习曲目
爵士乐、摇滚乐、布鲁斯等多种欧美流行音乐风格
最实用、最专业的流行音乐训练教材

时代出版
APCTIME

时代出版传媒股份有限公司
安徽文艺出版社

流行音乐理论丛书

POP
简谱视唱
尤静波/编著
music

JIANPU SHICHANG



时代出版传媒股份有限公司
安徽文艺出版社

图书在版编目(CIP)数据

简谱视唱/尤静波主编. —合肥:安徽文艺出版社,2016.9
(流行音乐理论丛书)

ISBN 978-7-5396-5828-5

I. ①简… II. ①尤… III. ①简谱 ②视唱练耳 IV. ①
J613

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2016)第 172778 号

出版人:朱寒冬

责任编辑:成怡

装帧设计:徐睿

出版发行:时代出版传媒股份有限公司 www.press-mart.com

安徽文艺出版社 www.awpub.com

地址:合肥市翡翠路1118号 邮政编码:230071

营销部:(0551)63533889

印制:合肥创新印务有限公司 (0551)64456946

开本:880×1230 1/16 印张:16 字数:300千字

版次:2016年9月第1版 2016年9月第1次印刷

定价:49.00元

(如发现印装质量问题,影响阅读,请与出版社联系调换)

版权所有,侵权必究



尤静波

尤静波

浙江宁海人。北京现代音乐学院教授，流行演唱学院副院长，中国音乐家协会会员，流行音乐学会理事。长期从事流行音乐教学与研究工作，已出版《流行音乐历史与风格》《中国流行音乐简史》《欧美流行音乐简史》《歌词文化鉴赏教程》《流行歌曲创作教程》《流行演唱法》《儿童歌曲演唱教程》等著作，主编《中国儿童歌曲百年经典》（四卷），创作专辑《将小调进行到底》《时光日记》《如果你只是路过这个世界》《爸爸我爱你》等，曾受邀在北京大学、中央音乐学院、中国音乐学院、天津音乐学院、中国传媒大学等大学做流行音乐讲座。

流行音乐基础教程编委会

主 编：尤静波

编 委：尤静波 潘永峰 陈云强

郭 鹏 刘梦沱 刘其瑞

序

流行音乐源于欧美，二十世纪二十年代传入中国，三四十年代进入第一个发展高潮，但解放后又经历了三十年的断档。改革开放后，流行音乐再度复兴，此后三十年得到较快发展。如今流行音乐在中国社会影响力巨大。可以这么讲，中国用三十多年的时间走完了欧美一百年的发展历程，发展速度非常快，取得的成绩也非常显著。但也正是因发展速度过快，在发展过程中也出现了不少问题。

解放后的三十年中国流行音乐发展停滞，当八十年代再度复兴时，中国流行音乐的理论基础非常薄弱，众多音乐人只能通过模仿中国香港、中国台湾、学习欧美，一边摸索一边发展。改革开放后随着我国经济的持续增长，流行音乐得到了良好发展，流行音乐教育逐渐得到高校的重视。尤其是近十几年来，各大艺术院校和音乐学院纷纷开设流行音乐专业，使其在音乐教育阵营中成为一股重要力量。

随着流行音乐在中国的蓬勃发展，流行音乐类专业在艺术院校纷纷上马。但因理论体系的缺失，在过去的十几年中，大学流行音乐教育的内容基本上还是以传统的古典音乐理论体系为基础，偶尔加入一些零散的流行音乐知识，专业理论一直未成体系。

流行音乐源于美国，它的理论体系以美国大众音乐为基础，和欧洲的古典音乐体系虽有共性，但差异性尚存。中国自解放以来，大学音乐教育中的理论体系主要来自欧洲，从而在很长一段时间里出现了用欧洲古典音乐理论来指导流行音乐实践的普遍现象，理论与实践相对脱节。后来，随着网络的兴起，爵士乐和流行音乐的理论资料逐渐传入中国，对流行音乐教育中的基础理论教学起到了推动作用。然而，这些外来的教材很多都是英文资料，或翻译而来，因中外文化有差异、中英文语言表达的不同，有些从国外直接引进的流行音乐教材虽很专业，但在教学实践中却经常出现“水土不服”的问题。

近年来，随着流行音乐理论建设越来越被业界重视，几家专业音乐出版社陆续出版了一些流行音乐方面的本土化教材，这些成绩都是值得肯定的，同时也说明我国的流行音乐理论建设已经取得了一些阶段性成果。但从整体来看，大的理论体系建设尚还需要进一步完善。


鉴于我国的流行音乐理论现状，作为从事流行音乐的教育工作者，我们自感责任重大，希望通过自身的努力，能为我国的流行音乐理论建设添砖加瓦。鉴于此，我们力图编写一套既符合中国国情，又比较实用的流行音乐基础教材。因此，在第一批书目的拟订中，首先考虑到它的实用性，主要以流行音乐各专业通用的基础类课程为主，其中有《流行音乐基本乐理》《流行音乐基础和声》《简谱视唱》《节奏应用》《流行音乐合音训练》《风格训练》《即兴基础》。

在编写中，我们基于传统音乐理论，结合流行音乐的特殊现象，通过对大量中国本土流行音乐作品的分析和研究，尽量使其本土化。在曲例引用方面，本着“以中国作品为主，适当引用外国作品”的基本原则，坚持“将外来理论本土化”的编写理念赋予这套教材显著的中国属性，使其更加符合中国国情。

音乐教材的编写需要一个既专业又耐得住性子的团队。本丛书的作者都是来自北京现代音乐学院的教师，他们拥有多年的流行音乐教学与实践经历。潘永峰，副教授，理论作曲专业毕业，多年来从事流行音乐理论研究、合音演唱及教学工作；陈云强，教授，吉他演奏专业毕业，多年来从事乐队演奏、吉他教学以及爵士和声与理论的研究工作；郭鹏，首都师范大学音乐学博士，多年来从事吉他演奏与流行和声研究工作；刘梦沱，电脑音乐制作专业毕业，多年来从事流行音乐理论教学工作；刘其瑞，沈阳音乐学院（流行音乐理论方

向) 硕士研究生毕业, 多年从事吉他演奏与流行音乐理论研究工作。通过大家的集体努力, 在安徽文艺出版社的大力支持下, 终于促成了这套《流行音乐基础教程》系列丛书。

我们以微薄的力量搭建起了流行音乐基础理论的基本框架, 由于力量有限、能力有限, 不足之处还请各位批评指正。日后我们将继续扩大研究范围, 争取编写出更多的实用性教材, 同时也希望有志于流行音乐理论研究的学者们能够加入我们的团队, 共同为发展中国流行音乐理论建设出力。



北京现代音乐学院教授、流行演唱学院副院长
中国音乐家协会会员
中国流行音乐学会理事(音乐教育委员会副主任)

前 言

视唱训练是学习音乐的人必修的一门课程,它训练的是学习者的识谱能力。一个专业歌手,一定要拥有视谱唱歌的能力,以便日后拿到原创歌曲时,即便没有唱样,也能够视谱即唱。因此,视唱对于学习音乐的人,是非常重要的。

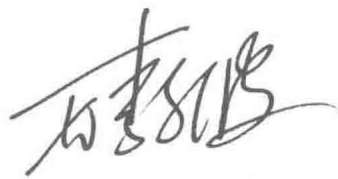
简谱,最早由欧洲人发明,后来经由日本于20世纪初传入中国。由于其采用数字记谱,简单、易读,因此很快便得到中国大众的认可,一直沿用至今。流行歌曲,因其多为单一调性的音乐,比较适合用简谱记谱,既简单又方便。因此,在中国流行音乐的发展过程中,众多歌曲的记谱多为简谱。因此,掌握简谱是学习流行音乐十分重要的一种技能。

本书的编写主要以节奏为线索,同时考虑到了变化音和调式等内容。其中对于弱起节奏、连音节奏、首位休止节奏、Shuffle(摇曳)节奏等流行音乐的常用节奏采用了较大篇幅进行训练,节拍主要选择了 $\frac{2}{4}$ 、 $\frac{3}{4}$ 、 $\frac{4}{4}$ 、 $\frac{6}{8}$ 这四种流行音乐常用节拍。此外,变化音是简谱视唱中除了节奏之外,非常重要的内容,故单辟一章进行专门训练,调式章节主要是为了让通过不同调式作品的练习,更加深入的认识音乐的调式色彩。最后一章为视谱唱词,这一章选择了八十多首大家不太熟悉的歌曲,以便大家通过识谱,从陌生的作品练习中来提高自己的识谱能力。

曲例的选择,主要基于两点考虑:1. 广为熟悉的歌曲,通过这些熟悉的曲调以便在练习中根据以往的记忆,更好的把握音准、掌握节奏;2. 不太熟悉的歌曲,通过对这些陌生曲调的练习,锻炼大家的识谱能力。练习曲的选择还遵循了新老作品、中外作品、熟悉作品和陌生作品兼顾的原则,但所有曲例基于一个前提——以流行音乐作品为基础,以体现出本书“流行视唱”的定位。曲例的类型既有爵士、摇滚、布鲁斯等不同风格的流行歌曲,也有中国风浓郁的华语经典歌曲,还有中外音乐剧选段等不同类型的作品。

因本书收入了大量曲例,有些作品只选用了片段,有些则选用全曲,也有一些作品选用了完整的词曲。首先,笔者要感谢入选本书的曲例作者们,是你们创作出了这么多优秀的音乐作品,使大家在学习视唱的过程中有曲可练,有作品可唱。因作品数量众多,笔者无法一一获得作者授权,因此只能经由出版社通过负责版权的相关机构来获得授权,遗憾的是最终还有部分作品无法与作者取得联系,而未能获得授权,因此希望这些词曲作家们看到本书后,及时与本书作者或出版社联系,以便补上稿酬。中国流行音乐教育的发展需要你们的鼓励与支持,也希望你们的作品在众多学习者的练唱过程中,能够发挥出更大的应用价值。

最后,希望大家通过本书的练习,能够快速提高自己的视唱能力,为自己走向专业化的音乐领域奠定基础。



2015年7月30日于北京通州

目 录

Contents

第一章 基础练习

- 一、大、小调式的互换 / 001
- 二、击拍法 / 001
- 三、流行音乐常用拍子 / 002
- 四、基本节奏型 / 004

第二章 音程练习

- 一、二度、三度音程 / 016
- 二、四度、五度、八度音程 / 017
- 三、六度、七度音程 / 019
- 四、各种音程综合练习
(分解和弦练习) / 020

第三章 基本节奏型练习

- 一、 $\frac{2}{4}$ 拍 / 025
- 二、 $\frac{4}{4}$ 拍 / 029
- 三、 $\frac{3}{4}$ 拍 / 036
- 四、 $\frac{6}{8}$ 拍 / 042

第四章 弱起节奏练习

- 一、弱拍正位起音 / 047
- 二、弱拍非正位起音 / 057

第五章 较复杂的节奏练习

- 一、首位休止的基本节奏 / 065
- 二、连音节奏 / 076
- 三、较复杂的切分节奏 / 094
- 四、三连音节奏 / 098
- 五、较复杂的 $\frac{6}{8}$ 拍 / 105
- 六、Shuffle 节奏练习 / 110

第六章 变化音练习

- 一、带有变化音的音程练习 / 117
- 二、升号练习 / 119
- 三、降号练习 / 128
- 四、升降号混合练习 / 134

第七章 调式练习

- 一、中国民族调式 / 137
- 二、布鲁斯调式 / 148
- 三、和声小调和多利亚调式 / 154

第八章 视谱唱词

- 一、较简单的视谱唱词训练 / 161
- 二、较复杂的视谱唱词训练 / 190
- 三、较难的视谱唱词训练 / 220

第一章 基础练习

一、大、小调式的互换

学习简谱视唱,首先要认识七个基本音级,它们分别是: **1、2、3、4、5、6、7**; 音名为 C、D、E、F、G、A、B; 唱名为 do、re、mi、fa、so、la、si。

基本音级	1	2	3	4	5	6	7
音名	C	D	E	F	G	A	B
唱名	do	re	mi	fa	sol	la	si

七个基本音级构成一个循环,第八级与第一级音,音名相同,它们为八度关系。在简谱中,不加点的音符称为中音,上加一点叫作高音,上加两点叫作倍高音,上加点越多,表示音高越高;下加一点叫作低音,下加两点叫作倍低音,下加点越多,表示音高越低。

高音	1̇	2̇	3̇	4̇	5̇	6̇	7̇
中音	1	2	3	4	5	6	7
低音	1̣	2̣	3̣	4̣	5̣	6̣	7̣

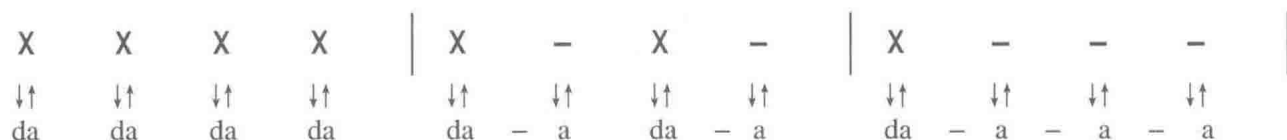
在七个基本音级中,除了 **3—4、7—1̇** 为半音外,其他相邻的两音都为全音。



在视唱练习中要注意对半音音准的把握。

二、击拍法

在练习视唱时,要养成打拍子的良好习惯,这样能够平稳、准确地掌握节拍和节奏。其中击拍法是最简单、最直接的方法,简单易学。它的方法是用手有规律地上下拍动:下击“↓”和上抬“↑”的交替进行,其中单下击“↓”或单上抬“↑”各为半拍,下击和上抬一起“↓↑”为一拍。图示如下:



如下例:一拍一个音符的唱出 C 大调音阶。

$1=C \quad \frac{4}{4}$

1	2	3	4		5	6	7	1̇	7	6	5	4		3	2	1	-	
do	re	mi	fa		sol	la	si	do	si	la	sol	fa		mi	re	do		
↓↑	↓↑	↓↑	↓↑		↓↑	↓↑	↓↑	↓↑	↓↑	↓↑	↓↑	↓↑		↓↑	↓↑	↓↑	↓↑	

- (1) 1=C 表示调号,即“1”的音高相当于键盘上 c¹ 的音高。
- (2) $\frac{4}{4}$ 是拍号,详见下文。
- (3) “v”是换气记号,该处要注意换气。
- (4) 在练习中,嘴巴唱音符的同时要用手击拍,保持节拍的平稳。

三、流行音乐常用拍子

1. 拍号与小节线

在简谱中,写在乐谱左上角的分数,叫作拍号,如 $\frac{2}{4}$ 拍、 $\frac{3}{4}$ 拍、 $\frac{4}{4}$ 拍。拍号是表明音乐节拍的记号,横线上方表示“每小节的拍数”,横线下方表示“以几分音符为一拍”。如:

$\frac{2}{4}$ 拍	<table style="border-collapse: collapse; margin: 0 auto;"> <tr><td colspan="2" style="border-bottom: 1px solid black; padding: 2px 10px;">每小节二拍</td></tr> <tr><td colspan="2" style="padding: 2px 10px;">以四分音符为一拍</td></tr> </table>	每小节二拍		以四分音符为一拍	
每小节二拍					
以四分音符为一拍					
$\frac{3}{4}$ 拍	<table style="border-collapse: collapse; margin: 0 auto;"> <tr><td colspan="2" style="border-bottom: 1px solid black; padding: 2px 10px;">每小节三拍</td></tr> <tr><td colspan="2" style="padding: 2px 10px;">以四分音符为一拍</td></tr> </table>	每小节三拍		以四分音符为一拍	
每小节三拍					
以四分音符为一拍					
$\frac{4}{4}$ 拍	<table style="border-collapse: collapse; margin: 0 auto;"> <tr><td colspan="2" style="border-bottom: 1px solid black; padding: 2px 10px;">每小节四拍</td></tr> <tr><td colspan="2" style="padding: 2px 10px;">以四分音符为一拍</td></tr> </table>	每小节四拍		以四分音符为一拍	
每小节四拍					
以四分音符为一拍					
$\frac{6}{8}$ 拍	<table style="border-collapse: collapse; margin: 0 auto;"> <tr><td colspan="2" style="border-bottom: 1px solid black; padding: 2px 10px;">每小节六拍</td></tr> <tr><td colspan="2" style="padding: 2px 10px;">以八分音符为一拍</td></tr> </table>	每小节六拍		以八分音符为一拍	
每小节六拍					
以八分音符为一拍					

以上四种节拍是流行音乐中使用最多的拍子,其中 $\frac{4}{4}$ 拍最常用, $\frac{3}{4}$ 拍、 $\frac{6}{8}$ 拍次之, $\frac{2}{4}$ 拍相对较少。像 $\frac{5}{4}$ 拍、 $\frac{3}{8}$ 拍、 $\frac{9}{8}$ 拍等其他拍子偶尔也会使用,但不多见。

在记谱中,为了便于划分强弱规律,便于辨认强拍的位置,每个强拍之前都会画一条“小节线”——“|”,每两条小节线之间的部分称为“小节”。



(注: ● 为强拍, ○ 为弱拍, 下文中出现的 ◐ 为次强拍)

2. $\frac{2}{4}$ 拍

$\frac{2}{4}$ 拍的强弱规律是“强、弱”交替(● ○)。

	$\frac{2}{4}$	X	X		X	X		X	-	
强弱规律:	●	○	●	○	●	○	●	○		
击拍法:	↓↑	↓↑	↓↑	↓↑	↓↑	↓↑	↓↑	↓↑	-	↑
读节奏:	da	da	da	da	da	da	da	-	a	

在练习视唱时,最好的打拍子方法是采用“指挥图示拍”,因为指挥图示拍的每一个手势都能够清晰地表明拍子的具体位置。

$\frac{2}{4}$ 拍的指挥图示:



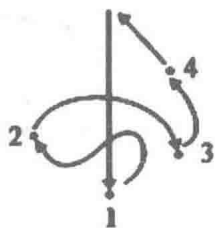
即“先外后里”的手势。

3. $\frac{4}{4}$ 拍

$\frac{4}{4}$ 拍的强弱规律是“强、弱、次强、弱”交替(● ○ ● ○),它是流行音乐中使用最广泛的节拍。

$\frac{4}{4}$	X	X	X	X		X	-	X	-		X	X	X	X	X	-		X	-	-	-					
强弱规律:	●	○	●	○		●	○	●	○		●	○	●	○		●	○	●	○		●	○	●	○		
击拍法:	↓↑	↓↑	↓↑	↓↑		↓↑	↓↑	↓↑	↓↑		↓↑	↓↑	↓↑	↓↑		↓↑	↓↑	↓↑	↓↑		↓↑	↓↑	↓↑	↓↑		
读节奏:	da	da	da	da		da	-	da	-		da	da	da	da		da	-	a	-	a	-	a	-	a	-	a

$\frac{4}{4}$ 拍的指挥图示:



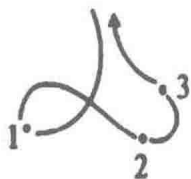
即“下、里、外、上”的手势。

4. $\frac{3}{4}$ 拍

$\frac{3}{4}$ 拍的强弱规律是“强、弱、弱”交替(● ○ ○),它是流行音乐中使用比较广泛的节拍之一。

$\frac{3}{4}$	X	X	X		X	-	X		X	X	-		X	-	-	
强弱规律:	●	○	○		●	○	○		●	○	○		●	○	○	
击拍法:	↓↑	↓↑	↓↑		↓↑	↓↑	↓↑		↓↑	↓↑	↓↑		↓↑	↓↑	↓↑	
读节奏:	da	da	da		da	-	da		da	da	-		da	-	a	

$\frac{3}{4}$ 拍的指挥图示:



即“里、外、上”的手势,换言之就是“画三角”手势。

5. $\frac{6}{8}$ 拍

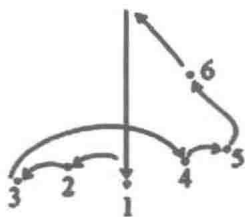
$\frac{6}{8}$ 拍的强弱规律是“强、弱、弱、次强、弱、弱”交替(● ○ ○ ● ○ ○),它是流行音乐中使用比较广泛的



节拍之一。

<u>X X X</u>	<u>X X X</u>	X <u>X</u> <u>X</u> X	X. X.	<u>X. X.</u>
● ○ ○ ● ○ ○	● ○ ○ ● ○ ○	● ○ ○ ● ○ ○	● ○ ○ ● ○ ○	● ○ ○ ● ○ ○
↓↑ ↓↑ ↓↑	↓↑ ↓↑ ↓↑	↓↑ ↓↑ ↓↑	↓↑ ↓↑ ↓↑ ↓↑ ↓↑ ↓↑	↓↑ ↓↑ ↓↑ ↓↑ ↓↑ ↓↑
da da da	da da da	da-a da	da da-a	da-a-a da-a-a da-a-a a-a-a

$\frac{6}{8}$ 拍的指挥图示:



即“下、里、里、外、上、上”的手势,如果遇到速度较快时,也可采用 $\frac{2}{4}$ 拍图示。

四、基本节奏型

节奏是音乐的重要因素之一,在流行音乐中,9种基本节奏型是所有节奏的基础,其他节奏都根据这9种节奏型演变而来。

四分节奏	X
八分节奏	<u>X X</u>
后十六分节奏	<u>X XX</u>
前十六分节奏	<u>XXX</u>
八分附点节奏	<u>X. X</u>
后八分附点节奏	<u>XX.</u>
切分节奏	<u>X X X</u>
十六分节奏	<u>XXXX</u>
三连音节奏	<u>X X X</u>

大部分歌曲都是以这9种基本节奏型为基础,进行时值扩大、缩小,或连音结合等不同的变化。因此,要练好视唱,首先要掌握这9种基本节奏型。在练习中,可以以其中一种节奏型为基础,和其他节奏型进行搭配练习。

1. 基本节奏型组合练习

以四分节奏为基础:

X X	X <u>X X</u>	X <u>X X X</u>	X <u>X X X</u>	X <u>X. X</u>
X <u>X X.</u>	X <u>X X X</u>	X <u>X X X X</u>	X <u>X X X X</u>	X <u>X X X</u>

以切分附点节奏为基础：

$\underline{X} \underline{X} \underline{X} X \quad | \quad \underline{X} \underline{X} \underline{X} \underline{X} \underline{X} \quad | \quad \underline{X} \underline{X} \underline{X} \underline{X} \underline{X} \underline{X} \quad | \quad \underline{X} \underline{X} \underline{X} \underline{X} \underline{X} \underline{X} \quad | \quad \underline{X} \underline{X} \underline{X} \underline{X} \underline{X} \quad |$
 $\underline{X} \underline{X} \underline{X} \underline{X} \underline{X} \underline{X} \quad | \quad \underline{X} \underline{X} \underline{X} \underline{X} \underline{X} \underline{X} \quad | \quad \underline{X} \underline{X} \underline{X} \underline{X} \underline{X} \underline{X} \underline{X} \quad | \quad \underline{X} \underline{X} \underline{X} \underline{X} \underline{X} \underline{X} \quad ||$

以十六分节奏为基础：

$\underline{X} \underline{X} \underline{X} \underline{X} X \quad | \quad \underline{X} \underline{X} \underline{X} \underline{X} \underline{X} \underline{X} \quad | \quad \underline{X} \underline{X} \underline{X} \underline{X} \underline{X} \underline{X} \underline{X} \quad | \quad \underline{X} \underline{X} \underline{X} \underline{X} \underline{X} \underline{X} \underline{X} \quad | \quad \underline{X} \underline{X} \underline{X} \underline{X} \underline{X} \underline{X} \underline{X} \quad |$
 $\underline{X} \underline{X} \underline{X} \underline{X} \underline{X} \underline{X} \underline{X} \underline{X} \quad | \quad \underline{X} \underline{X} \underline{X} \underline{X} \underline{X} \underline{X} \underline{X} \underline{X} \quad | \quad \underline{X} \underline{X} \underline{X} \underline{X} \underline{X} \underline{X} \underline{X} \underline{X} \quad | \quad \underline{X} \underline{X} \underline{X} \underline{X} \underline{X} \underline{X} \underline{X} \underline{X} \quad ||$

以三连音节奏为基础：

$\overset{3}{\underline{X} \underline{X} \underline{X}} X \quad | \quad \overset{3}{\underline{X} \underline{X} \underline{X}} \underline{X} \underline{X} \quad | \quad \overset{3}{\underline{X} \underline{X} \underline{X}} \underline{X} \underline{X} \underline{X} \quad | \quad \overset{3}{\underline{X} \underline{X} \underline{X}} \underline{X} \underline{X} \underline{X} \quad | \quad \overset{3}{\underline{X} \underline{X} \underline{X}} \underline{X} \underline{X} \underline{X} \quad |$
 $\overset{3}{\underline{X} \underline{X} \underline{X}} \underline{X} \underline{X} \underline{X} \quad | \quad \overset{3}{\underline{X} \underline{X} \underline{X}} \underline{X} \underline{X} \underline{X} \underline{X} \quad | \quad \overset{3}{\underline{X} \underline{X} \underline{X}} \underline{X} \underline{X} \underline{X} \underline{X} \underline{X} \quad | \quad \overset{3}{\underline{X} \underline{X} \underline{X}} \underline{X} \underline{X} \underline{X} \underline{X} \underline{X} \quad ||$

2. 基本节奏型连音结合练习

连音节奏是流行音乐的节奏特点之一，它通过连音线将两个或两个以上的基本节奏型结合在一起，以此来改变节奏律动，丰富节奏形态。

以四分节奏为基础：

$X \quad X \quad | \quad X \quad \underline{X} \underline{X} \quad | \quad X \quad \underline{X} \underline{X} \underline{X} \quad | \quad X \quad \underline{X} \underline{X} \underline{X} \quad | \quad X \quad \underline{X} \underline{X} \underline{X} \quad |$
 $X \quad \underline{X} \underline{X} \underline{X} \quad | \quad X \quad \underline{X} \underline{X} \underline{X} \underline{X} \quad | \quad X \quad \underline{X} \underline{X} \underline{X} \underline{X} \underline{X} \quad | \quad X \quad \overset{3}{\underline{X} \underline{X} \underline{X}} \underline{X} \underline{X} \underline{X} \quad ||$

以八分节奏为基础：

$\underline{X} \underline{X} X \quad | \quad \underline{X} \underline{X} \underline{X} \underline{X} \quad | \quad \underline{X} \underline{X} \underline{X} \underline{X} \underline{X} \quad | \quad \underline{X} \underline{X} \underline{X} \underline{X} \underline{X} \quad | \quad \underline{X} \underline{X} \underline{X} \underline{X} \quad |$
 $\underline{X} \underline{X} \underline{X} \underline{X} \quad | \quad \underline{X} \underline{X} \underline{X} \underline{X} \underline{X} \quad | \quad \underline{X} \underline{X} \underline{X} \underline{X} \underline{X} \underline{X} \quad | \quad \underline{X} \underline{X} \overset{3}{\underline{X} \underline{X} \underline{X}} \underline{X} \underline{X} \underline{X} \quad ||$

