

古筝系列教材

袁莎

# 古筝教程

(巧学版)(入门、一至二级)

■ 主编 袁莎



中央音乐学院出版社  
凤凰出版传媒集团北京出版中心

古筝系列教材

J632  
48

袁莎

# 古筝

## 教程

■ 主编 袁莎  
(巧学版)(入门、一至三级)



中央音乐学院出版社  
凤凰出版传媒集团北京出版中心

图书在版编目 (C I P) 数据

古筝教程. 入门、一至三级 / 袁莎主编. — 北京 :  
中央音乐学院出版社, 2011. 5  
ISBN 978-7-81096-408-1

I. ①古… II. ①袁… III. ①筝—奏法—水平考试—  
教材 IV. ①J632.32

中国版本图书馆CIP数据核字(2011)第088251号

---

书 名 古筝教程. 入门、一至三级

---

主 编 袁 莎  
编 订 刘思喆  
责任编辑 申作宏 王 卓  
出 版 中央音乐学院出版社  
出 品 凤凰出版传媒股份有限公司  
北京凤凰天下文化发展有限公司  
公司网址 北京凤凰天下网 <http://www.bookfh.cn>  
印 刷 北京顶佳世纪印刷有限公司  
北京市大兴区西红门镇金服大街5号, 邮编: 100076  
开 本 700×1000 毫米 1/16  
印 张 10.5  
字 数 120 千字  
版 次 2012年10月第1版 2016年4月第12次印刷  
标准书号 ISBN 978-7-81096-408-1  
定 价 42.00 元

---

(本图书凡印装错误可向发行部调换, 联系电话: 010—58572103)

## 作者简介

袁莎，当代中国杰出古筝表演艺术家，中央音乐学院古筝专业导师，中国古筝学院院长及教学总监，中华慈善总会爱心大使，中筝艺术团团长。两大国际和国内权威古筝专业大赛的冠军获得者。六岁师从刘媯老师习筝，九岁考入中央音乐学院附小，师从李萌教授，自此至中央音乐学院附中、大学及硕士研究生的十六年间，一直潜心专修古筝专业，获硕士学位毕业后，留校任教至今。

袁莎在中央音乐学院的年青学生时代，因其特殊卓越的音乐才华和古筝水平，已成为频频活跃于中、外音乐舞台上的一名成熟的、出众的古筝专业演奏家。多年来，袁莎多次到访了美国、德国、英国、法国、瑞士、意大利、奥地利、荷兰、俄罗斯、比利时、瑞典、匈牙利、波兰、日本、新加坡等近四十个国家交流演出，并多次与中国国家交响乐团、中国爱乐乐团、北京交响乐团、上海交响乐团、瑞典皇家爱乐乐团、美国 Stanford 大学交响乐团、维也纳民族歌剧院交响乐团、荷兰新乐团、香港中乐团等乐团合作协奏曲，得到极高的赞誉与评价。同时，袁莎经常在世界各地作古筝讲座、讲学及大师班公开示范授课。2004 年应邀到欧洲五国进行为期一个月的个人巡演，并应邀在荷兰阿姆斯特丹音乐学院及荷兰莱登大学分别进行“关于中国文化——筝”的系列艺术讲座及表演。

荷兰媒体称誉她为“瑰丽的中国音乐与东方艺术的美丽化身与杰出代表”、“中国古老传统音乐艺术与中国当代创新音乐艺术出色结合的优秀、动人展现者”；美国《纽约时报》评价袁莎的古筝演奏是“感人的听觉印象与迷人的视觉印象之高度完美统一的表演”；瑞士音乐评论家评论说：“她的琴音精彩绝伦，令人感到古老中国乐器奏出的音乐竟如此美妙动人，使人由此听到和看到中国音乐艺术的真正魅力和巨大价值。”

袁莎曾录制出版发行大量她的古筝演奏和古筝教学的录像带、CD 和 VCD：《蕉窗夜雨——古筝经典名曲音乐会实况》、《香港古筝独奏音乐会实况》、《云裳诉》、《临安遗恨》（珍藏手稿）、《筝独奏欣赏》、《花与音符的邂逅》、《古筝名曲伴奏》、《古筝演奏入门》、《巧学古筝基本技法》、《巧学古筝经典名曲》、《中央音



乐学院海内外考级大全》、《潮州筝派名曲解析》、《巧学古筝滑音》、《古筝考级曲目讲解与赏析音乐会》、《全国古筝考级辅导大全》等等，其中《古筝演奏入门》获得全国第四届教育音像制品奖，其他的音像制品发行量达到传统音乐音像制品社会发行量的极高纪录。2003年袁莎为中央电视台录制了14期古筝教学节目《名家教曲》，在全国范围内进行近一年的播出，是中央电视台历年来所有播出器乐教学节目中最受欢迎的一部。全套教学节目被制作成VCD教学片向全世界发行，至今，销量稳居同行业前列。2012年袁莎再次应中央电视台邀请，拍摄录制了几十期古筝教学节目《音乐告诉你》，将在央视音乐频道每周持续播映。

袁莎在其中央音乐学院多年的演奏及教学的实践当中积累了丰富的教学经验，2005年初，袁莎及其共同致力于古筝艺术发展的合作团队创办了国内第一所古筝专业高等艺术院校——中国古筝学院，全面致力于培养全国古筝教育的普及师资人才，多年来持续培养古筝艺术人才几千人，其中央音乐学院与中国古筝学院的学生已成为国内外各地古筝教学的重要师资。

在2007年中央电视台新年音乐会上袁莎与中国爱乐乐团合作演奏亲自创作的古筝与交响乐《云之南》；2007年9月，袁莎为摩纳哥国王阿尔贝二世专场表演古筝并亲自教授其古筝艺术；2007年11月，袁莎随温家宝总理出访俄罗斯，在克里姆林宫“2007俄罗斯中国年闭幕式”上为两国总理演出筝与交响乐《渔舟唱晚》，得到中俄两国领导人的盛赞。在“相聚在五环旗下2008北京音乐会”中，袁莎为国家主席胡锦涛、国际奥委会主席罗格等领导人做重要国事演出。2009年，袁莎在前国家主席胡锦涛及时任国家副主席习近平接待美国总统奥巴马最高国家级音乐会上为中美领导演奏了一曲《春江花月夜》，受到了两国元首的高度赞扬。2010年，袁莎在上海世博会中国元素馆做专场表演，向世界友人展示中国音乐的魅力。2011年5月，袁莎筝乐团再一次在北京人民大会堂成功为胡锦涛主席及来华访问的前朝鲜领袖金正日做重要国事表演。自2007年国家大剧院成立以来，袁莎作为“经典艺术讲堂”之“国乐风华名家荟萃”中国民族音乐家，为国家大剧院定期举行讲座及音乐会，为大剧院开展的公益性艺术普及教育做出贡献。

袁莎多年来资助培养了多名残疾学生与贫困学生，使他们走上艺术之路，得以自立更生。近几年来，袁莎带领中央音乐学院及中国古筝学院的古筝乐团在全国各地进行了近百场的“唯美中国”巡回演出，并在推广古筝艺术的同时，逐渐地在表演形式中融入中国文化的琴、棋、书、画、诗、酒、茶、花、香等传统元素，为中国传统文化的传播与推广作出贡献。

作为中国古筝艺术的杰出代表，袁莎在世界的舞台上及中国最高国家级演出中，向世人展示着古筝艺术的最高魅力！

# 前 言

箏是中华民族古老的弹拨乐器。早在春秋战国时期的秦国，古箏已经广为流传，故也称“秦箏”，距今已有 2500 多年的历史。它是以音响效果命名的乐器，弹奏起来“铮铮”作响，因此称为箏。加一个古字，是借以说明它的历史久远。

在漫长的历史进程中，古箏音乐在中国不同的地区流传，以地方民间音乐风格为依据，不断地吸收地方民间音乐的营养。每个时代，不同地区的古箏家又将自己的创作和地方音乐的精华融入到古箏音乐的传统中去，使古箏音乐依靠民间自然的传承方式继承下来。各地古箏家对音乐表现个性化特点的发展，使得古箏音乐形成以地方风格为依据的众多古箏流派。

现今中国古箏的各个流派主要有以下几个：山东箏派、河南箏派、陕西箏派、浙江箏派、潮州箏派、客家箏派、福建箏派、内蒙箏派（雅托葛）和朝鲜箏派（伽倻琴）。其中传统的山东箏派、河南箏派、浙江箏派、潮州箏派和客家箏派在中国民间流传较为广泛，有深厚的群众基础。有些流派由于地域或语言的相近，在音乐上的交流比较频繁。它们之间相互影响，却又独立存在，有同有异，自成各具风格的流派。

新中国的成立，为古箏艺术的发展开辟了一条宽阔的道路。一批批经验丰富的古箏艺术家，如赵玉斋、高自成、韩庭贵、曹正、曹东扶、王巽之等，从民间被聘请到北京、上海、沈阳、西安、济南等地音乐艺术院校从事教学工作。古箏作为一件有独特价值的传统乐器，登上了专业的音乐艺术殿堂。古箏不仅作为合奏、重奏乐器，广泛用于各种不同形式的作品中，更以它极富民族文化韵味的音调、色彩和丰富的表现力，成为民族乐器家族中具有代表性的独奏乐器。在改革开放近 30 年左右的时间里，古箏艺术更加凸显出蓬勃发展的生机。随着广大人民生活水平的提高，对素质教育及精神需求的日益增长，古箏已成为人民群众十分喜爱的一件民族乐器，在民众中的普及率极高。近几年来习箏人数已跃居民族器乐之首，青少年学习古箏蔚然成风，而白领阶层及中老年群体则将习箏作为修身养性、陶冶情操的休闲生活方式。古箏艺术已拥有了十分雄厚的群众基础。

目前古箏教学已形成规范化体系，从学龄前儿童到音乐艺术院校古箏专业演奏的本科生和硕士研究生，都有其相应的培养规格。师资队伍和教材编纂均达到历史上最高水平。在古箏乐曲的创作方面，除演奏家创作、改编的箏曲外，不少专业作曲家纷纷加入创作者的行列。在继承箏乐传统的基础上，广泛借鉴和吸取了多种音乐表现手法，极大地丰富了古箏的音乐表现力，使古箏乐曲创作步入多样化发展的时期，有力地推动了古箏艺术的发展。

目前古箏的教学包含了两种形式：一是专业类学习，二是非专业类学习。

第一，对于专业类学习的学生，要求从入门开始即严格规范演奏方法，保证每日三小时以上的练琴时间，在基本功学习与曲目的安排上应严格而系统地设置进度。专业类学习大体包含三个阶段。



## 第一阶段：入门及考级曲目的学习

无论是专业类或非专业类学习，都需要一个循序渐进、规范系统的入门学习过程，这样才能培养并保持学习者的兴趣，打下坚实而良好的基础。传统的古筝教学多数是以口传心授的方式进行，并且缺乏一些与时俱进的音乐元素的融汇，过于传统而保守的教学方式及教材容易磨灭学习者的兴趣。而随着时代的发展，古筝及其他民族器乐的学习必须顺应时代的潮流，从兴趣角度出发，借鉴西洋乐器的系统化教学体系，并融汇自身民族器乐的个性与特点，取长补短，融汇贯通，才能建立良好的基础教育体系，从而更加推进古筝的发展及普及。因此本教材的入门学习部分在这些方面做了大量的探索与借鉴，希望能令初学者在浓厚的兴趣中打好基础，也期待在大家不断地使用与修正中得到进一步完善与提高，从而加强在古筝入门领域的学习质量与效率，加速古筝的普及。

古筝考级曲目（不包括演奏级别）是目前在社会上古筝学习中普及率最高的一批作品。这批曲目既包含了古筝传统的五大派别经典代表曲目，又融汇了大批建国以来新创作的现代创新曲目，古筝的技巧与表现力在保留传统的基础上大量借鉴了西洋乐的创作手法及演奏技巧，大大丰富了古筝的表现力。乐曲的主题思想也顺应时代潮流，使音乐更贴切地表达了人们的思想感情。因此这一阶段的曲目应当是专业类学生必修的课程，它不仅全面强化了古筝的基础学习及演奏技艺，而且在学生视谱能力、技巧提高，以及分析处理乐曲的能力上都做了循序渐进、合理有序的安排，是古筝学习当中不可或缺的一个阶段。古筝专业学生应当脚踏实地，扎实掌握这一阶段的乐曲，为将来更进一步的提高与发展打下深厚良好的基础。

## 第二阶段：全面进入古筝传统五大派别技法特点及代表曲目的学习

在第一阶段的考级曲目当中已涉及到一些传统曲目的学习，但由于在考级曲目学习阶段，学习者的经验及技巧还未能准确领会及表现传统曲目的精髓，因此第一阶段中传统曲目的学习仅限于让学习者广泛地接触与了解五大派别乐曲，它主要是对传统音乐的基础学习，并为第二阶段系统全面的学习埋下伏笔。而传统的五大派别是古筝文化长期积淀的音乐精髓，这是学习古筝演奏的根本，每位学习者尤其是专业学习者必须对其进行深刻而准确的学习，才能在古筝演奏中注入深厚的文化内涵。假如失去了这一重要基奠，只注重华丽的创作乐曲及技法的演奏，作为一名中国人，从事我们的传统艺术，你将失去本土文化的根基，那我相信你的音乐必定苍白而毫无生命力，你也无法成为一名真正的古筝艺术家，而只能沦为一名肤浅的演奏匠人——这是作为一名古筝专业演奏者的悲哀与失败。

## 第三阶段：演奏级别曲目的学习

进入本阶段学习的学生，无论是从演奏技艺上还是从演奏经验上都相对稳定和扎实，因此可进行高难度技巧的曲目学习。本阶段的曲目，要求演奏者具备绝对快速的演奏技巧，以及收放自如的音乐表现力，这二者缺一不可。前者也就是在快速基本功上除了掌握准确而松弛的演

奏方法外，没有任何捷径可走。只有付出持之以恒的刻苦练习，才能练就一身真正的快速技巧和功底；只有具备了扎实的专业功底，才能完美地演奏高难度乐曲。否则，即使你有再大的兴趣，再高的热情，却只能感到力不从心。后者指音乐表现力。天生对音乐的领悟和敏感建立在扎实的演奏技巧与丰富的经验基础上，会对音乐有自然的流露与表现，而仅限于此还远远不够，还需要演奏者文化知识的丰富，姊妹艺术的补充，以及试唱练耳、作品分析等音乐知识架构的完整，甚至一个人的人生阅历也在无形中影响着你的音乐风格及音乐表现力。这就需要演奏者除了古筝专业知识的掌握以外，还要丰富自己方方面面的知识结构，以求完善自己成为一名古筝演奏家的条件与素质。这决非易事却也事在人为。我认为，天生的音乐领悟力加之后天的深厚专业功底与人文内涵，是造就一名真正的艺术家的必备要素。

在教学实践过程中，第二阶段传统曲目的教学重点在于风格性的地方音韵特点上，偏重于左手按滑音技法的要求。而第三阶段的学习重点在于现代创作乐曲中快速技巧的训练及整体乐曲的音乐表现力上。为避免两个阶段各自长期学习重心的侧重，可将第二阶段与第三阶段的乐曲穿插进行，既全面掌握了两个时期的学习重点，又使学生在对不同风格乐曲的交替掌握中保持学习的兴趣与新鲜感，这非常有利于提高学习的质量和效率。

第二，对于非专业类学习的学生，则应当将重点放在兴趣学习上。这类型的学习者包含三个群体：一是将学习古筝作为素质教育，在课余时间掌握一技之长，以辅助文化学业的学习及提高自身文化修养的青少年群体；二是利用工作之余放松身心，通过学习古筝来缓解压力，提高自身气质修养的白领群体；三是丰富晚年娱乐生活，通过学习古筝锻炼身体健康的中老年群体。对于非专业类学习者来说，从一个趣味盎然的入门着手就显得尤为重要。应当减化入门的技巧，强化入门的简易，并将每一个阶段的新技法都融入到耳熟能详的歌曲旋律中。这样既减少了技法学习过程中的枯燥，又保持了学习者浓厚的学习兴趣，并且时刻充满着从每一首新曲目的掌握中所体验到的成就感，真正使古筝达到了这类学习者在选择古筝的初衷时的目的与效果，而古筝也在他们身上体现了自身的价值。

从教学角度出发，针对不同特点的学习人群应当有侧重、有针对性地合理安排教学。

1. 绝大多数的青少年会将古筝的学习放在考级及特长生的重心上，对于这样的学习群体便需要在一个兴趣化的入门之后，进入规范严格的考级曲目的学习，以求通过每个级别的考核，实现将学习古筝作为青少年成为一名拥有一技之长的特长生的目标，从而提高青少年的素质教育，加强自身在文化学业领域中的优势与竞争力。

2. 对于白领群体来说，习筝的目的更单纯一些，并不要求参加任何社会上的音乐考级，纯粹是从休闲、兴趣出发，目的在于缓解工作上的压力，力求通过弹筝来达到放松身心的目的。对于这类学习者，在教学中要将兴趣放在第一位，在琅琅上口的入门曲目之后，对于考级曲目与传统曲目的学习，也应当是有选择性的，有些级别中过难过于枯燥的曲目可以忽略不弹，而对于其心中向往却力不从心的一些传统经典代表曲目，甚至都可以对其进行简化，使之轻松掌握，从而实现他们感受艺术、陶冶情操、增强个人气质与自信的目的。但是在一门乐器的掌握过程中，必不可少的会穿插一些枯燥的练习及较有难度的乐曲，这就需要我们具备恒心与毅力。



当你通过努力跨越了困难之后，你就会体验到意想不到的快乐，这是一种征服所带来的成就感！当你热爱一门艺术时，相信你也会用你的恒心与耐心来将其坚持到底，并享受在这过程当中所带来的快乐。这也是你实现自身人生价值的一个美丽而充实的过程。

3. 中老年人习筝的出发点更为简单，希望通过弹奏一件乐器使其大脑与四肢得到充分锻炼，以达到身心健康的目的。因此针对中老年人的学习人群，最重要的是给予他们兴趣与耐心。在伴随简单而熟悉的歌曲曲调的入门学习之后，在乐曲学习上更要有所选择。针对这一类学习人群，可能在曲目风格的选择上偏于古典传统类更加适合。一是因为传统古曲多数速度较慢，在技法上较适合年龄偏大的学习群体；二是无论从年龄上还是人生阅历上，这个年龄阶段的人群从主观上更偏爱中国古典文化及传统音乐。因此在教学过程中选择适合他们的乐曲，能够降低学习难度，保持他们的兴趣，并且在轻松掌握中坚定他们的信心，使其热爱艺术、热爱生活、热爱生命，在快乐与充实中真正达到修身养性，享受晚年的理想生活状态。

总之，古筝是一件极易上手的乐器，它的入门学习简单，短短几分钟便可以学会弹奏自己熟悉喜爱的歌曲曲调，并且初学阶段始终伴随着耳熟能详的乐曲旋律，对是否有音乐基础没有特别要求，适合各个年龄各个层次的人群学习。对于非专业类的学习人群来讲，无需每天花费大量的时间练习，就能让你在浓厚的兴趣中轻松掌握。古筝的外形古朴典雅，音色柔和纯净，即使在练习时音色也悦耳动听，会使弹奏者全身舒展放松，静心凝神。在疲惫繁忙的工作与课业之余，利用二三十分钟时间来练习古筝会让你全身心放松愉悦，在短时间内还能掌握大量你喜爱的歌曲曲调及古筝传统经典名曲。这会让热爱艺术的您对自己充满自信与成就感，并且使您掌握一技之长，在工作、学习、生活的各个领域成为众人的焦点。为了您的艺术情结，也为了我们的民族文化事业，让我们共同加入热爱古筝、学习古筝、发扬及普及古筝的行列。作为一名中国人，我深深地为能与这样一件美丽而神圣的乐器结缘，并为其努力奋斗一生而心存感激与感动！而古筝也会因深爱她的每一位知音而绽放更加夺目的光彩！

本教材在编写过程中得到了中央音乐学院及中国古筝学院师生们的支持与帮助，来自全国各地的筝界朋友也为其提供了大量的建议与心得，在此表示深深的谢意与敬意！我们会一如既往地投入，也会更加努力，用更多实际的成果来回报大家这份爱！在此，我还要深深感谢我的助教徐兰、张丽樱、袁雪梅及李琳等老师，她们的辛苦与用心一次次地成为我努力坚持与前进的动力。

## 结 语：

最后，作为一名年轻的音乐教育者，所编写的教材难免存在诸多不足之处，因此还盼各界良师益友及广大读者不吝指教！在此还要深深感谢辛勤栽培我的恩师刘媯老师与李萌教授，以及给予我无私帮助的社会各界朋友！你们的爱是我努力坚持与前进的动力，我会不断地用更好的作品来回报大家！谢谢你们！

袁 莎

2011年1月10日

# 目 录

作者简介..... (1)

前 言..... (1)

第一部分 基础知识..... (1)

附 录 指法图片..... (6)

第二部分 基本技法及乐曲..... (8)

一、勾、抹、托..... (8)

## 少儿乐曲

1. 小宝宝要睡觉..... 刘明将曲 袁 莎改编 (9)

2. 小白菜..... 河北民歌 袁 莎改编 (9)

## 成人乐曲

1. 沧海一声笑..... 黄 霏曲 袁 莎改编 (10)

2. 春江花月夜..... 古 曲 袁 莎改编 (10)

二、小撮、大撮..... (11)

## 少儿乐曲

1. 共产儿童团歌..... 革命历史歌曲 袁 莎改编 (12)

2. 世上只有妈妈好..... 王云阶曲 袁 莎改编 (12)

3. 丢手绢..... 关鹤岩曲 袁 莎改编 (13)

4. 上学歌..... 儿童歌曲 袁 莎改编 (13)

## 成人乐曲

1. 小河淌水..... 云南民歌 袁 莎改编 (14)

2. 梅花三弄..... 古 曲 袁 莎改编 (15)

三、刮 奏..... (16)

## 少儿乐曲

1. 蜗牛与黄鹂鸟..... 林建昌曲 袁 莎改编 (18)

2. 劳动最光荣..... 黄 准曲 袁 莎改编 (18)



## 成人乐曲

1. 茉莉花 ..... 江苏民歌 袁 莎改编 (19)
2. 南泥湾 ..... 马 可曲 袁 莎改编 (19)

## 四、颤 音 ..... (20)

### 少儿乐曲

1. 小螺号 ..... 付 林曲 袁 莎改编 (20)
2. 妈妈的吻 ..... 谷建芬曲 袁 莎改编 (21)

### 成人乐曲

1. 康定情歌 ..... 四川民歌 袁 莎改编 (22)
2. 四季歌 ..... 贺绿汀曲 袁 莎改编 (23)

## 五、左手练习 ..... (24)

### 少儿乐曲

1. 浏阳河 ..... 湖南民歌 袁 莎改编 (25)
2. 小白船 ..... 尹克荣曲 袁 莎改编 (25)
3. 呼 唤 ..... Im Se-Yeon (林世贤) 曲 袁 莎改编 (28)

### 成人乐曲

1. 弥渡山歌 ..... 云南民歌 袁 莎改编 (29)
2. 绣荷包 ..... 云南民歌 袁 莎改编 (30)

## 六、琶 音 ..... (31)

### 少儿、成人乐曲

1. 小白菜 ..... 河北民歌 袁 莎改编 (32)
2. 渔光曲 ..... 任 光曲 袁 莎改编 (33)

## 七、按 音 ..... (34)

### 少儿乐曲

1. 两只老虎 ..... 儿童歌曲 袁 莎改编 (35)
2. 铃儿响叮当 ..... [美] 彼尔彭特曲 袁 莎改编 (35)
3. 小星星 ..... 儿童歌曲 袁 莎改编 (36)
4. 新年好 ..... 儿童歌曲 袁 莎改编 (37)

### 成人乐曲

1. 彩云追月 ..... 广东音乐 袁 莎改编 (37)
2. 在那遥远的地方 ..... 王洛宾曲 袁 莎改编 (38)

3. 歌唱二小放牛郎.....劫夫曲 袁莎改编 (39)

4. 念亲恩.....杨继兴曲 袁莎改编 (41)

八、上下滑音..... (43)

少儿乐曲

1. 采蘑菇的小姑娘.....谷建芬曲 袁莎改编 (45)

2. 花儿与少年.....青海民歌 袁莎改编 (46)

成人乐曲

1. 高山流水.....古曲 袁莎改编 (47)

2. 知道不知道.....陕北民歌 袁莎改编 (48)

3. 绣金匾.....陕北民歌 袁莎改编 (49)

4. 夫妻双双把家还.....黄梅戏 袁莎改编 (49)

5. 山歌好比春江水.....《刘三姐》创作组曲 袁莎改编 (50)

九、摇指..... (51)

少儿乐曲

1. 春江花月夜.....古曲 袁莎改编 (53)

成人乐曲

1. 梁祝.....何占豪曲 袁莎改编 (54)

2. 彝族舞曲.....王惠然曲 袁莎改编 (56)

3. 女儿国.....马可曲 袁莎改编 (58)

4. 梅花三弄.....陈志远曲 袁莎改编 (59)

5. 明月千里寄相思.....刘如曾曲 袁莎改编 (60)

6. 知音.....王酩曲 袁莎改编 (61)

十、点奏..... (62)

少儿乐曲

1. 快乐的唢呐.....袁莎改编 (62)

成人乐曲

1. 洞庭新歌(片段).....白诚仁曲 袁莎改编 (63)

2. 纺织忙(片段).....刘天一曲 袁莎改编 (64)

3. 香山射鼓(片段).....曲云曲 袁莎改编 (65)

4. 赛马.....黄海怀曲 袁莎改编 (65)

## 考级曲目

# 第一级

### 练习曲

1. 上下滑音练习 ..... 周 望编 (67)
2. 滑按基础练习 ..... 周 望编 (67)
3. 连托、连抹练习 ..... 周 望编 (68)
4. 小撮练习 (滑梯) ..... 周 望编 (69)

### 乐 曲

1. 北京的金山上 ..... 西藏民歌 邱大成改编 (71)
2. 孟姜女 ..... 民间歌曲 邱大成改编 (72)
3. 关山月 ..... 古 琴曲 曹 正移植 (73)
4. 虞美人 ..... 陕西郿鄂曲牌 曲云定谱 (74)
5. 过江龙 ..... 潮州筝曲 (75)
6. 穿花蜂 ..... 山东民间乐曲 (77)
7. 老六板 ..... 江南民间乐曲 潘妙兴定谱 (78)
8. 上 楼 ..... 河南民间乐曲 (79)
9. 十杯酒 ..... 潮州民间乐曲 袁 莎记谱 (81)
10. 小鸟朝凤 ..... 中州古曲 民间乐曲 曹 正订谱 (82)
11. 天下同 ..... 山东牌子曲 (83)
12. 小开手 ..... 中州古曲 民间乐曲 曹 正整理谱 (84)
13. 劳动最光荣 ..... 黄 准曲 郭雪君改编 (85)
14. 卖报歌 ..... 聂 耳曲 郭雪君改编 (86)

# 第二级

### 练习曲

1. 勾、托、抹、托练习 (车轮) ..... 李 萌曲 (88)
2. 按音练习 (弯弯的河水) ..... 李 萌曲 (88)
3. 滑音练习 ..... 李 萌曲 (89)
4. 大撮、小撮练习 ..... 江苏民歌 李 萌编订 (89)

### 乐 曲

1. 金蛇狂舞 ..... 聂 耳曲 王 蔚编订 (91)
2. 凤翔歌 ..... 山东牌子曲 (92)

3. 画眉跳架.....潮州民间乐曲 李 萌记谱 (93)
4. 三十三板.....浙江筝曲 项斯华演奏谱 (94)
5. 西厢词.....汉调筝曲 袁 莎记谱 (96)
6. 紫竹调.....沪剧曲牌 郭雪君改编 (98)
7. 陇东小调.....陇东小调 孙文妍编曲 (99)
8. 西江月.....潮州民间乐曲 袁 莎记谱 (102)
9. 开扇窗.....潮州民间乐曲 袁 莎记谱 (104)
10. 银纽丝.....山东筝曲 (106)
11. 莲花赞.....潮州庙堂音乐 (焰口佛曲) 林毛根演奏 (107)
12. 挤牛奶.....张 燕改编 (108)

## 第三级

### 练习曲

1. 左手变音练习 (小星星).....儿童歌曲 周 望改编 (110)
2. 双手配合弹奏练习 (水滴).....周 望曲 (111)
3. 双手“勾、托、抹、托”弹奏练习.....周 望曲 (113)
4. 左手弹奏练习.....周 望曲 (114)

### 乐 曲

1. 渔舟唱晚.....娄树华改编 曹 正订谱 袁 莎记谱 (115)
2. 汉宫秋月.....山东筝曲 张为昭传谱 袁 莎记谱 (117)
3. 柳青娘.....潮州民间乐曲 袁 莎记谱 (119)
4. 一点金.....潮州民间乐曲 袁 莎记谱 (121)
5. 早天雷.....广东民间音乐 林 玲编订 (124)
6. 南泥湾.....马 可曲 阎 俐改编 (125)
7. 都有一颗红亮的心.....王刚强订谱 (127)
8. 灯月交辉.....浙江民间乐曲 王巽之整理传谱 (128)
9. 绣金匾.....陕北民歌 周延甲改编 袁 莎记谱 (130)
10. 锦上花.....潮州筝曲 曹 正编订 (132)
11. 河南八板.....中州古曲 民间乐曲 曹 正订谱 (133)
12. 小飞舞.....中州古调 曹东扶传谱 (135)
13. 洋娃娃和小熊跳舞.....波兰民歌 王 蔚改编 (136)

- 附录一 我国古筝传统五大风格流派特点..... (138)
- 附录二 六大考级部门考级曲目范围表..... (146)
- 附录三 指法符号一览表..... (151)

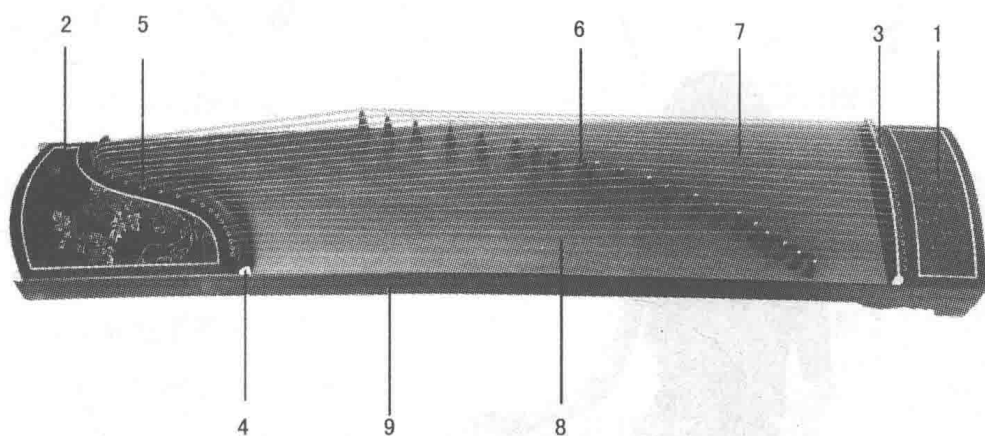


# 第一部分 基础知识

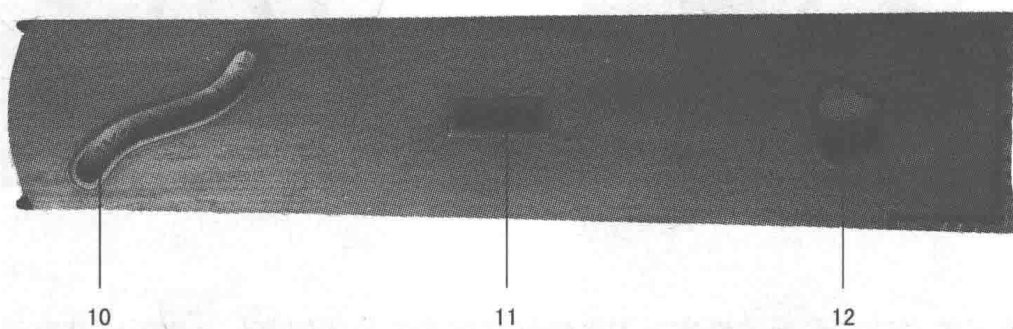
## 一、古筝各部位名称

### 1. 古筝图像

古筝各部位的名称



图一 古筝正面结构图



图二 古筝背面结构图

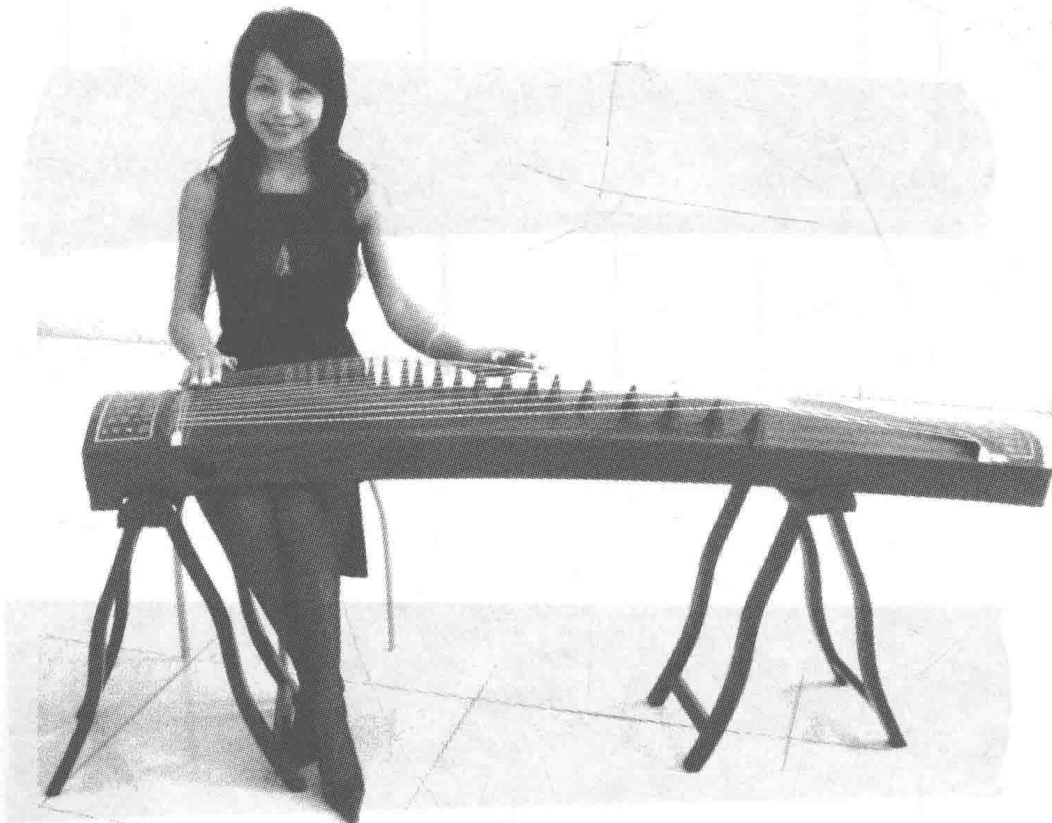
1. 箏首 2. 箏尾 3. 前梁（前岳山） 4. 后梁（后岳山）  
5. 穿弦孔 6. 雁柱（箏码） 7. 箏弦 8. 面板 9. 侧板  
10. 底板穿弦孔 11—12. 发音孔



## 二、如何选购古筝

初学者在购买古筝时，宜选择中档价位的琴，价格过低的琴音色不够好，且使用寿命不够长。而太贵的琴对于初学者来讲又没有太大的必要，此类琴的购买者大多为专业演奏者及收藏者。当然也可以根据自己的经济情况而定。在此，我建议初学者购买中档次的琴比较合适。购买时最好能有专业人士帮助挑选，如果没有，购买时则应考虑音色为主，而不要太多的注重外表的装饰性。此外，应尽量选择有品牌、知名度及影响力的古筝，其音色、品质及售后服务等均有保障。至于琴架，挑选时应打开检查，确认能否摆放平稳。

## 三、演奏姿势



1. 椅子的高低应选择呈坐姿时古筝恰好在演奏者的腰间部位，椅子过高容易导致低头，椅子过低容易导致端肩。呈坐姿时大小腿应呈九十度为宜。
2. 呈坐姿时，右肩与前梁应成一条直线。
3. 演奏时，儿童与琴身应保持一拳左右距离；成人与琴身应保持两拳左右距离。
4. 女性弹奏者应注意弹奏时双腿膝盖并拢，双脚可自然并拢或呈前后摆放（左前右后或右前左后均可）。





#### 四、如何选购假指甲

古筝是需要粘戴假指甲演奏的乐器。假指甲的品质优劣对古筝学习与演奏非常重要。制作假指甲的材质较多，有玳瑁、赛璐璐、牛角、象牙、塑料等。目前最常用的是玳瑁指甲。玳瑁指甲发出的声音亮而不燥，较有弹性。

#### 五、如何粘戴假指甲（以下 1、2 两种方式均可）



右手大指 1



右手大指 2



左手大指 1



左手大指 2



其他手指 1



其他手指 2

