

第1级 · 课程和乐理

钢琴之旅

PIANO
Adventures®

菲伯尔钢琴基础教程

[美] 南希·菲伯尔
兰德尔·菲伯尔 著



每级两册:

- ▶ 课程和乐理 (附CD光盘)
- 技巧和演奏

第1级 · 课程和乐理

人民音乐出版社
PEOPLE'S MUSIC PUBLISHING HOUSE

HAL·LEONARD®

第1级 · 课程和乐理

钢琴之旅

PIANO
Adventures®

菲伯尔钢琴基础教程

[美] 南希·菲伯尔 著
兰德尔·菲伯尔

刘琉 译

姓名: _____



Cover and Illustrations: Terpstra Design, San Francisco
Engraving: Dovetree Productions, Inc.

ISBN 978-7-103-04461-2

本出版品内的音乐、文字、设计、图片等均受著作权法保护
未经授权以任何方式（包括复印）重制本出版品的任何部分是侵犯版权的行为

Copyright © 1993, 1996, 2011, 2012 Dovetree Productions, Inc., c/o FABER PIANO ADVENTURES

This Translation Copyright © 2012 Dovetree Productions, Inc.

This Edition published and distributed by People's Music Publishing House
in cooperation with the Hal Leonard Corporation
September, 2012 Printed in China.

Adventures

 人民音乐出版社 · 北京
PEOPLE'S MUSIC PUBLISHING HOUSE · BEIJING

 HAL·LEONARD®

Faber Gangqin Jichu Jiaocheng Di-yiji Kecheng he Yueli

图书在版编目 (CIP) 数据

菲伯尔钢琴基础教程. 第1级. 课程和乐理 / (美)
菲伯尔 (Faber, N.), (美) 菲伯尔 (Faber, R.) 著; 刘琉
译. — 北京: 人民音乐出版社, 2012. 8
ISBN 978-7-103-04461-2

I. ①菲… II. ①菲… ②菲… ③刘… III. ①钢
琴-奏法-儿童教育-教材 IV. ①J624.1

中国版本图书馆CIP数据核字 (2012) 第 194101 号

责任编辑: 张 洁
责任校对: 张顺军

人民音乐出版社 出版发行
海伦德出版公司

人民音乐出版社出版发行
(北京市东城区朝阳门内大街甲55号 邮政编码: 100010)

Http://www.rymusic.com.cn

E-mail: rmyy@rymusic.com.cn

新华书店北京发行所经销

北京美通印刷有限公司印刷

890 × 1240 毫米 特16开 5.75 印张

2012年8月北京第1版 2012年8月北京第1次印刷

印数: 1—10,000册 (附CD1张) 定价: 49.50元

版权所有 翻版必究

凡购买本社图书, 请与读者服务部联系。电话: (010) 58110591

网上售书电话: (010) 58110650 或 (010) 58110654

如有缺页、倒装等质量问题, 请与出版部联系调换。电话: (010) 58110533

关于“钢琴之旅”系列教程

“钢琴之旅”系列教程是一套易于理解、令人难忘的钢琴教材，它会让孩子们带着更多的探索性、创造性以及丰富的音乐表达性去学习钢琴。

这本**课程和乐理分册**将向我们展示：

- 难度逐步深入的综合性音乐读物。
- 从古典到爵士的宽广音乐风格。
- 基于整个键盘的专业钢琴弹奏技术。
- 极富吸引力和表现力的教师伴奏。
- 为了巩固基础概念而附加的探索性问题、创造性尝试以及理论学习。

技巧和演奏分册与系列教程中同级的课程和乐理分册内容相互对应，是整个教程的重要组成部分。快开始体验能使你成为钢琴演奏家的独家“技巧秘诀”吧！



随书CD内容

学生会兴奋地发现，随书CD光盘中不仅有极富想象力的管弦乐配乐伴奏，而且有各种可供训练音乐表现力、节奏感与实践性的乐曲素材。



关于菲伯尔夫妇

南希·菲伯尔与兰德尔·菲伯尔结合了各自作曲家与演奏家的背景，使众多钢琴教师与学生成为其追随者。这对夫妇组合已出版了超过200种的专业图书，其中就包括在世界范围内广受赞誉的“钢琴之旅”系列出版物。

菲伯尔夫妇认为，学习钢琴不仅是为了个人情感的表达与演奏的成功，更重要的是为了发展孩子的音乐创造性与认知能力。这个理念也全面地体现在菲伯尔夫妇的文章、教材以及其教学实践中。

目录

记录一下你的学习进度：

给学过的课程前边的小星星涂上颜色，或是贴上小贴纸吧！

	课程和乐理	技巧与演奏
 单元一 弹奏入门		
☆ 坐姿	4	6
☆ 圆圆的手形	5	6
☆ 指法	6	
☆ 手指卡片	7	7
☆ 小公鸡啄米	8	
☆ 小母鸡啄米	9	
☆ 两只小蚂蚁	10	
☆ 两只小燕子	11	
☆ 山洞探险	12	
☆ 三只小猫咪	13	
 单元二 基础节奏知识		
☆ 四分音符	14	
☆ 老座钟	15	7
☆ 走钢丝	16	
☆ 二分音符	17	
☆ 我爱唱的歌	18	8-9, 10
☆ 我听到了回声	19	
☆ 老麦克唐纳 (全音符)	20-21	11, 12-13
 单元三 音名字母A B C D E F G		
☆ 音名字母表	22	
☆ 气球 (学习 C-D-E)	23	

☆ 脸谱 (关于级进)	24	14-15
☆ 电梯 (学习 F-G-A-B)	25	
☆ C-D-E-F-G 进行曲 (C 五指音阶)	26	7
☆ 火星人 (小节)	27	16-17
☆ 欢乐颂 (力度标记)	28	18-23
☆ 大海之歌	29	
☆ 这是我的小算盘 (附点二分音符)	30	
☆ 云雀	31	24-25
☆ 乐理：复习 (单元1—3)	32	
☆ 乐理：听觉训练	33	

	课程和乐理	技巧与演奏
 单元四 五线谱知识		
☆ 五线谱、大谱表	34	
☆ 低音谱号、高音谱号	35	
☆ 中央C进行曲 (学习中央C)	36	
☆ 十秒之歌 (学习高音G)	37	
☆ 行驶在G谱号上 (高音谱号 = G谱号)	38	26
☆ 最好的朋友	39	
☆ 乐理：学画高音谱号 (G谱号)	40	
☆ 乐理：视奏练习、听觉训练	41	
☆ 熊猫爬树 (学习低音F)	42	
☆ 我的小发明 (低音谱号 = F谱号)	43	27
☆ 乐理：学画低音谱号 (F谱号)	44	
☆ 乐理：恐龙雷克斯	45	



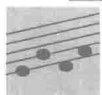
单元五 中央C D E F G 音符

☆ D-E-F 进行曲 (学习 D-E-F)	46	
☆ 小黄鹂 (五线谱上的级进)	47	
☆ 舞蹈乐队 (拍号 $\frac{4}{4}$)	48	28
☆ 乐理: 舞蹈节奏	49	
☆ 浮木上的青蛙 (手指移位)	50	29、30-31
☆ 乐理: 错误的青蛙节奏、听觉训练	51	



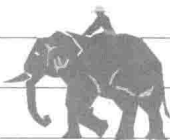
单元六 中央C B A G F 音符

☆ 打乒乓球 (学习低音 B)	52	
☆ 乐理: 乒乓音符	53	
☆ 小步舞曲 (新的拍号 $\frac{3}{4}$)	54	
☆ 乐理: 辨别拍号	55	
☆ 元宵节 (学习低音 A)	56	32
☆ 白桦林	57	33
☆ 快来看游行表演! (学习低音 G)	58-59	34-35
☆ 乐理: 低音谱号大游行	60	
☆ 乐理: 两个游行小调、听觉训练	61	



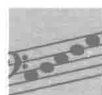
单元七 五线谱上的跳进

☆ 嗨, 嗨, 快看我! (关于跳进)	62	
☆ 快板	63	
☆ 骑大象 (更多跳进)	64	36-37
☆ 乐理: 大象音符	65	
☆ 扬基歌	66	38-41
☆ 乐理: 跳进游戏	67	



课程和乐理

技巧与演奏



单元八 低音C D E F G 音符

☆ 足球比赛 (低音谱表上的C五指音阶)	68	
☆ 章鱼 (八度)	69	
☆ 爱模仿的小猫咪	70-71	42
☆ 我的奶奶	72	43
☆ 音乐问题、音乐回答	73	44-45
☆ 乐理: 模仿小猫喵喵叫!	74	
☆ 乐理: 音乐问题与音乐回答	75	



单元九 延音线

☆ 空中的云	76-77	
☆ 我的朋友们	78	46
☆ 钟声响起	79	47、48-49
☆ 乐理: 铃声、模仿节奏!	80	
☆ 乐理: 错综复杂的小节、听觉训练	81	



单元十 四分休止符

☆ 加油, 必胜!	82	
☆ 公主或怪兽?	83	50、51
☆ 军号男孩	84-85	52-55
☆ 乐理: 庆祝我们毕业了!	86-87	
☆ 毕业证书	88	



课程和乐理

技巧与演奏

第1级 · 课程和乐理

钢琴之旅

PIANO
Adventures®

菲伯尔钢琴基础教程

[美] 南希·菲伯尔 著
兰德尔·菲伯尔
刘琉 译

姓名: _____



Cover and Illustrations: Terpstra Design, San Francisco
Engraving: Dovetree Productions, Inc.

ISBN 978-7-103-04461-2

本出版品内的音乐、文字、设计、图片等均受著作权法保护
未经授权以任何方式（包括复印）重制本出版品的任何部分是侵犯版权的行为

Copyright © 1993, 1996, 2011, 2012 Dovetree Productions, Inc., c/o FABER PIANO ADVENTURES

This Translation Copyright © 2012 Dovetree Productions, Inc.

This Edition published and distributed by People's Music Publishing House
in cooperation with the Hal Leonard Corporation
September, 2012 Printed in China.

ddx10-105

 人民音乐出版社 · 北京
PEOPLE'S MUSIC PUBLISHING HOUSE · BEIJING

 HAL·LEONARD®

目录

记录一下你的学习进度：

给学过的课程前边的小星星涂上颜色，或是贴上小贴纸吧！

课程和乐理		技巧与演奏
	单元一 弹奏入门	
☆ 坐姿	4	6
☆ 圆圆的手形	5	6
☆ 指法	6	
☆ 手指卡片	7	7
☆ 小公鸡啄米	8	
☆ 小母鸡啄米	9	
☆ 两只小蚂蚁	10	
☆ 两只小燕子	11	
☆ 山洞探险	12	
☆ 三只小猫咪	13	

课程和乐理		技巧与演奏
	单元二 基础节奏知识	
☆ 四分音符	14	
☆ 老座钟	15	7
☆ 走钢丝	16	
☆ 二分音符	17	
☆ 我爱唱的歌	18	8-9、10
☆ 我听到了回声	19	
☆ 老麦克唐纳（全音符）	20-21	11、12-13

课程和乐理		技巧与演奏
	单元三 音名字母A B C D E F G	
☆ 音名字母表	22	
☆ 气球（学习C-D-E）	23	

课程和乐理		技巧与演奏
☆ 脸谱（关于级进）	24	14-15
☆ 电梯（学习F-G-A-B）	25	
☆ C-D-E-F-G进行曲（C五指音阶）	26	7
☆ 火星人（小节）	27	16-17
☆ 欢乐颂（力度标记）	28	18-23
☆ 大海之歌	29	
☆ 这是我的小算盘（附点二分音符）	30	
☆ 云雀	31	24-25
☆ 乐理：复习（单元1—3）	32	
☆ 乐理：听觉训练	33	

课程和乐理		技巧与演奏
	单元四 五线谱知识	
☆ 五线谱、大谱表	34	
☆ 低音谱号、高音谱号	35	
☆ 中央C进行曲（学习中央C）	36	
☆ 十秒之歌（学习高音G）	37	
☆ 行驶在G谱号上（高音谱号=G谱号）	38	26
☆ 最好的朋友	39	
☆ 乐理：学画高音谱号（G谱号）	40	
☆ 乐理：视奏练习、听觉训练	41	
☆ 熊猫爬树（学习低音F）	42	
☆ 我的小发明（低音谱号=F谱号）	43	27
☆ 乐理：学画低音谱号（F谱号）	44	
☆ 乐理：恐龙雷克斯	45	



单元五 中央C D E F G 音符

☆ D-E-F 进行曲 (学习 D-E-F)	46	
☆ 小黄鹂 (五线谱上的级进)	47	
☆ 舞蹈乐队 (拍号 $\frac{4}{4}$)	48	28
☆ 乐理: 舞蹈节奏	49	
☆ 浮木上的青蛙 (手指移位)	50	29、30-31
☆ 乐理: 错误的青蛙节奏、听觉训练	51	



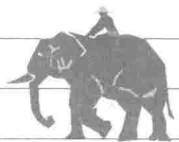
单元六 中央C B A G F 音符

☆ 打乒乓球 (学习低音 B)	52	
☆ 乐理: 乒乓音符	53	
☆ 小步舞曲 (新的拍号 $\frac{3}{4}$)	54	
☆ 乐理: 辨别拍号	55	
☆ 元宵节 (学习低音 A)	56	32
☆ 白桦林	57	33
☆ 快来看游行表演! (学习低音 G)	58-59	34-35
☆ 乐理: 低音谱号大游行	60	
☆ 乐理: 两个游行小调、听觉训练	61	



单元七 五线谱上的跳进

☆ 嗨, 嗨, 快看我! (关于跳进)	62	
☆ 快板	63	
☆ 骑大象 (更多跳进)	64	36-37
☆ 乐理: 大象音符	65	
☆ 扬基歌	66	38-41
☆ 乐理: 跳进游戏	67	



课程和乐理

技巧与演奏



单元八 低音C D E F G 音符

☆ 足球比赛 (低音谱表上的C五指音阶)	68	
☆ 章鱼 (八度)	69	
☆ 爱模仿的小猫咪	70-71	42
☆ 我的奶奶	72	43
☆ 音乐问题、音乐回答	73	44-45
☆ 乐理: 模仿小猫喵喵叫!	74	
☆ 乐理: 音乐问题与音乐回答	75	



单元九 延音线

☆ 空中的云	76-77	
☆ 我的朋友们	78	46
☆ 钟声响起	79	47、48-49
☆ 乐理: 铃声、模仿节奏!	80	
☆ 乐理: 错综复杂的小节、听觉训练	81	



单元十 四分休止符

☆ 加油, 必胜!	82	
☆ 公主或怪兽?	83	50、51
☆ 军号男孩	84-85	52-55
☆ 乐理: 庆祝我们毕业了!	86-87	
☆ 毕业证书	88	



课程和乐理

技巧与演奏



坐姿

1. 琴凳距离键盘应该多远?



自我检查:

- 上身坐直, 腰不要塌陷, 只坐琴凳的前半部分, 不要坐满。
- 双臂伸直向前, 让指关节碰到琴盖就可以了。如果你的身体发生了倾斜, 就需要把琴凳向前或向后移动一点儿。

2. 坐的高度合适吗?



自我检查:

- 把手放在琴盖上。
- 手臂要与键盘平行。如果不能平行, 可以通过调节琴凳的高度来达到。

3. 身体坐直并且放松了吗?



自我检查:

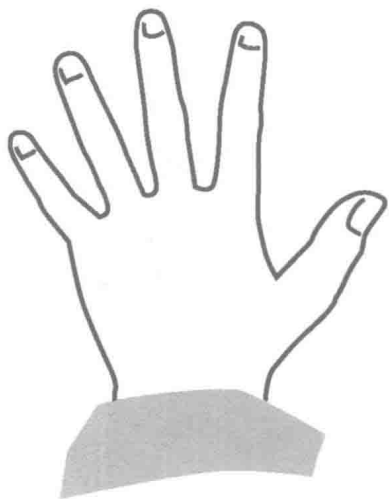
- 上身坐直了吗? 肩膀放松了吗?
- 你可以轻松地深呼吸一下吗?



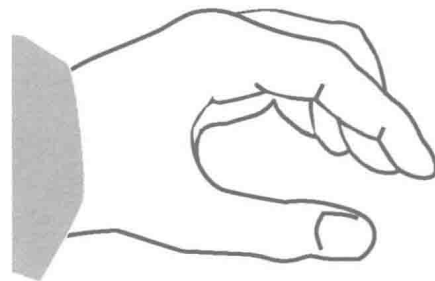
这是弹钢琴时的正确坐姿。

圆圆的手形

1. 手指伸直，观察一下，每个手指的长度是不同的。



2. 放松你的手，让手指微微弯曲，呈圆圆的弧形。奇迹出现了！现在你的每个手指都是一样长了。



圆圆的手形

手形预备练习

3. 把手打开，再把手合上，呈圆圆的弧形。反复练习几次，一边练习一边大声地说：“打开！合上！”然后，请跟随老师伴奏音乐的韵律，再做一遍这个练习。

手腕预备练习

4. 手形圆圆的，轻轻向下落或向上抬起手腕，像是要甩开指尖上的小水滴一样。

教师伴奏：（学生随着伴奏音乐的韵律做“打开！合上！”的练习）



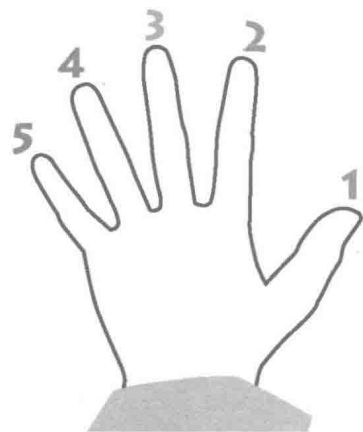
请说：“打开！ 合上！ 打开！ 合上！ 打开！ 合上！ 打开！ 合上！”

教师注意：这个伴奏是让学生在固定的节奏中做“手指伸直与圆圆的手形”的练习。

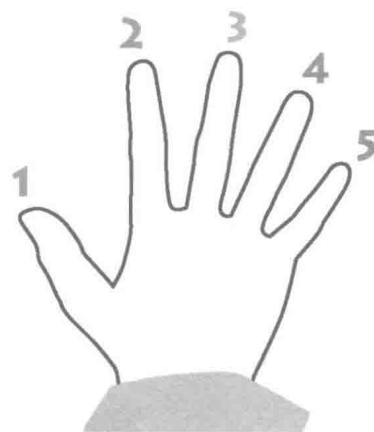
指 法

每个手指都有自己的指法编号。

- 在下面空白处描出你的小手，并注明哪只是左手，哪只是右手。
- 写出每个手指的指法。



左手



右手

描出你的左手



描出你的右手



手指卡片

在琴盖上做练习：

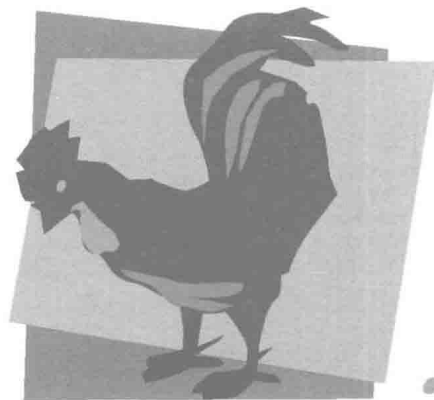
- 一边大声说出卡片上写出的指法，一边用相应的手指弹奏。每个卡片要弹四遍！注意听，弹奏时手指尖要稳固有力。



练习步骤

1. 老师将示范一个稳定的节奏，请你用左手在琴盖上模仿出来。
2. 现在调换角色，你用左手打一个稳定的节奏，让老师来模仿。
3. 用大指支撑3指，像小鸡啄米那样，在键盘上从中央C开始，向低音方向（向左）“轻啄”每个琴键。

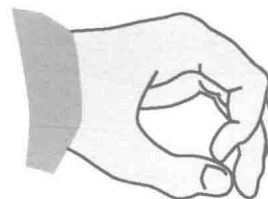
这是在钢琴上练习向下弹奏。



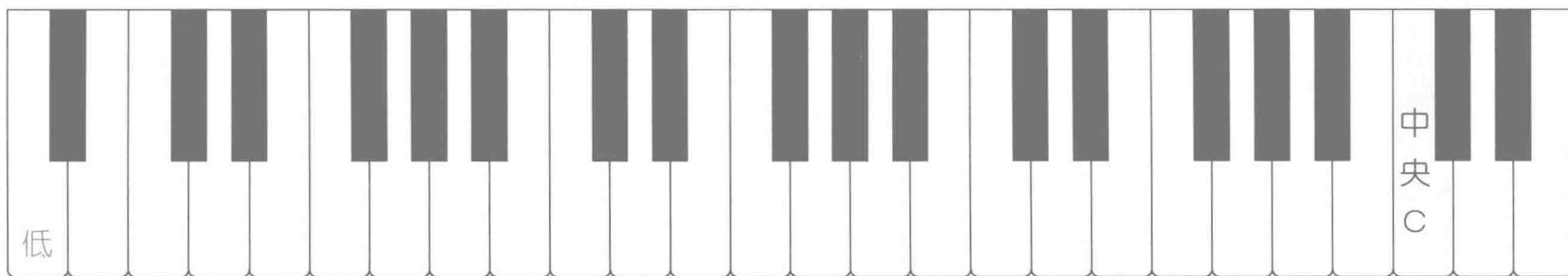
小公鸡啄米

(左手在白键上弹奏)

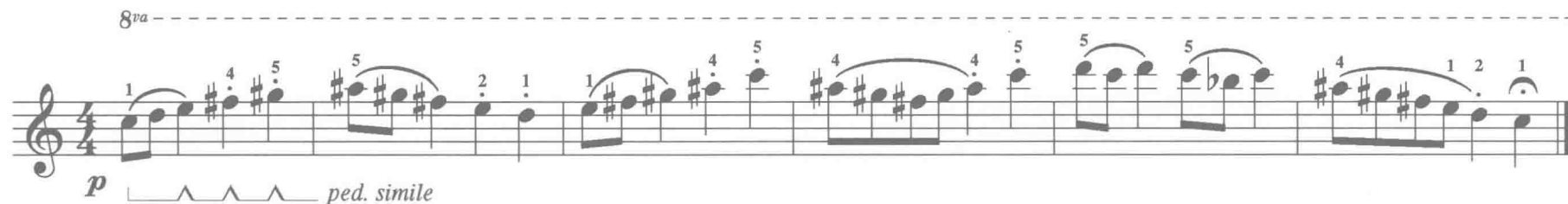
向下 ← 越向下演奏，声音越低沉!

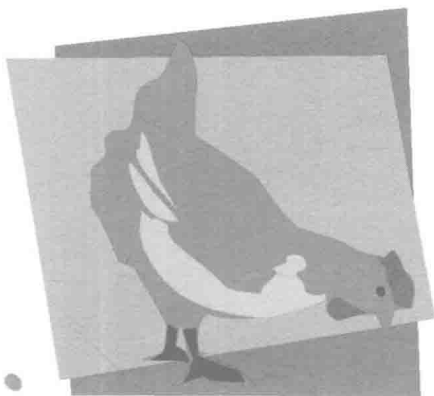


左手需要保持稳定的节奏!



教师伴奏：(学生从中央C开始，以四分音符为一拍在白键上向下弹奏。)





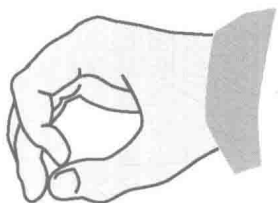
小母鸡啄米

(右手在白键上弹奏)

练习步骤

1. 老师将示范一个稳定的节奏，请你用右手在琴盖上模仿出来。
2. 现在调换角色，你用右手打一个稳定的节奏，请老师来模仿。
3. 用大指支撑3指，像小鸡啄米那样，在键盘上从中央C开始，向高音方向（向右）“轻啄”每个琴键。

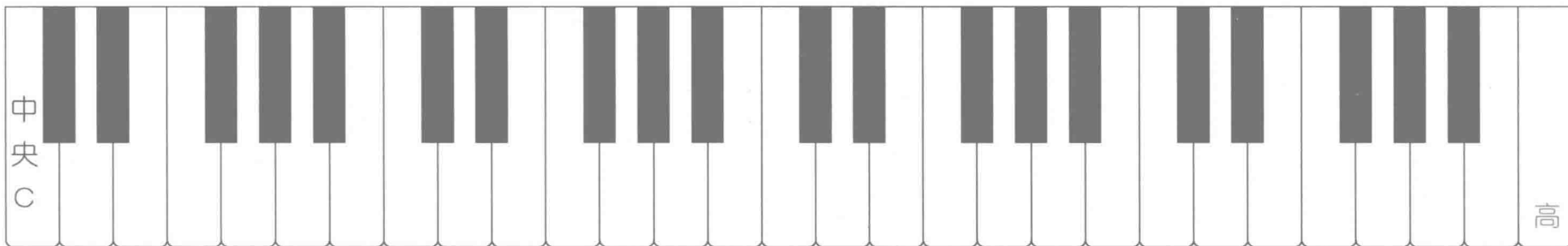
这是在钢琴上练习向上弹奏。



右手需要保持稳定的节奏!

越向上演奏，声音越高昂!

▶ 向上



教师伴奏：(学生从中央C开始，以四分音符为一拍在白键上向上弹奏。)

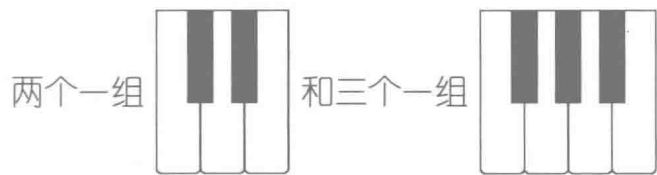
Musical score for the exercise:

R.H. $\frac{4}{4}$ $\frac{2}{2}$

L.H. $\frac{2}{2}$

mp *cresc.* *f* ¹ ₃

黑键可以分为



请在键盘上：

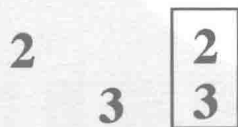
- 找出所有两个一组的黑键。总共 _____ 组 
- 找出所有三个一组的黑键。总共 _____ 组

从中央音区开始

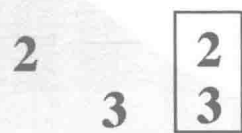


Two black ants
小蚂蚁，

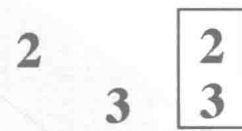
向下弹奏下一组黑键



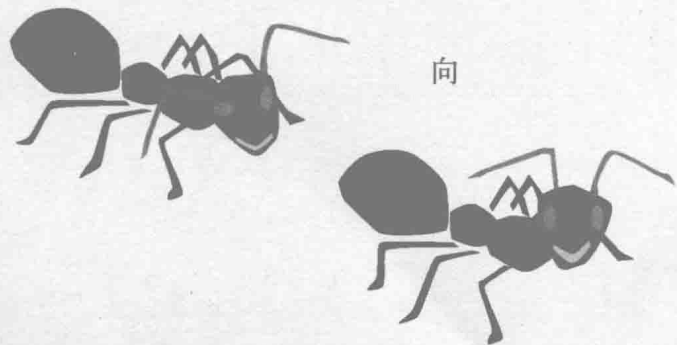
dig - ging down
向下爬，



to their home
它的家，



in the ground.
在地下。



向

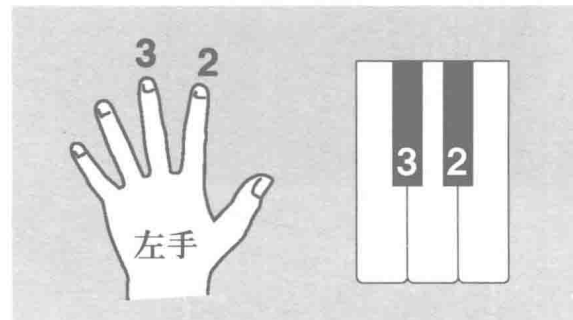
下

弹

奏

低

两只小蚂蚁



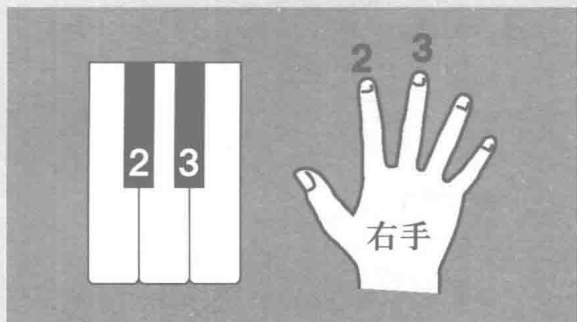
- 用左手的2、3指在两个一组的黑键上弹奏。老师先做示范。

动动脑

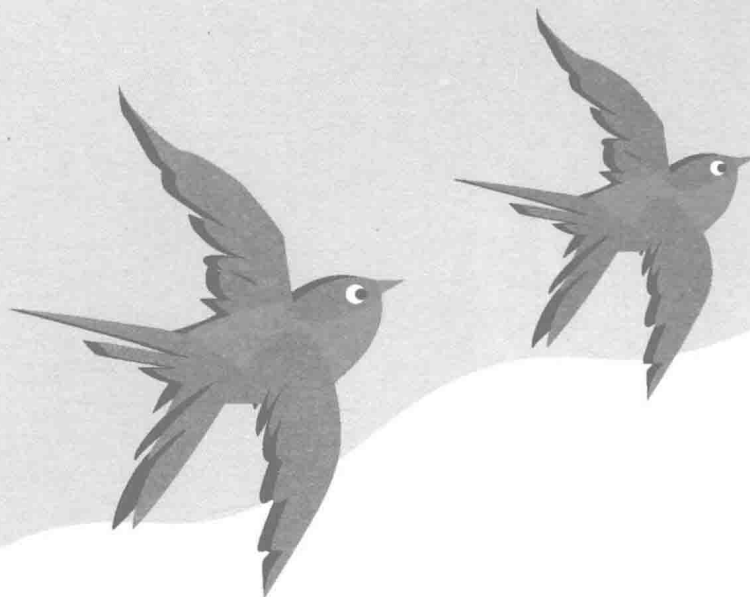


在这首乐曲中，出现了一个短小的音型。找找看，这个音型共出现了 _____ 次？ 

两只小燕子



- 用右手的2、3指在两个一组的黑键上弹奏。
老师先做示范。



高

2 3 3
2

to the sky.
云朵间。

奏

向上弹奏下一组黑键

2 3 3
2

go - ing up
飞翔在

弹

从中央音区开始

2 3 3
2

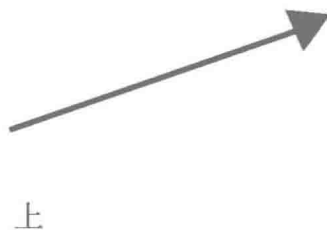
Two swal-lows

小燕子

2 3 3
2

fly - ing high
飞上天，

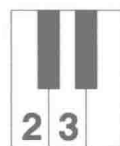
向



动动脑



你能把《两只小燕子》改编成《两片小雪花》吗？按右边的图片所示，把右手的2、3指从黑键向下换到白键弹奏。现在我们把歌词改成：“小雪花漫天飞，飘洒在天空中。”



右手

