

中国民歌钢琴教程

(一)

Chinese Folk Songs Piano Course

杜亚雄 编著
陈烨 编订

PIANO

著名钢琴演奏家、教育家

周广仁 方仁慧先生倾情推荐

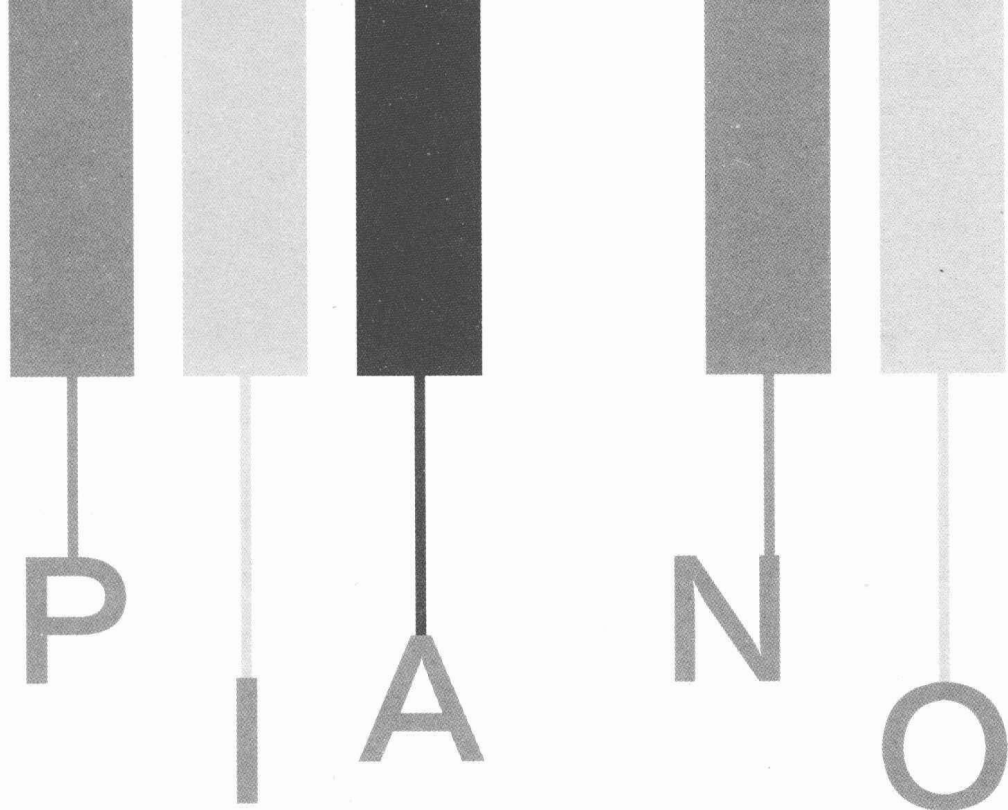
可供拜厄和车尔尼 599 程度学生选用



4J1411

 **SMPH**
上海音乐出版社
WWW.SMPH.CN

 **SLAV**
上海文艺音像电子出版社
WWW.SLAV.CN



中国民歌钢琴教程 (一)

Chinese Folk Songs Piano Course

杜亚雄 编著
陈烨 编订



扫一扫
“码”上学

 **SMPH**
上海音乐出版社
WWW.SMPH.CN

 **SLAV**
上海文艺音像电子出版社
WWW.SLAV.CN

图书在版编目 (CIP) 数据

中国民歌钢琴教程 (一) / 杜亚雄编著; 陈烨编订 - 上海: 上海音乐出版社, 2018.7

ISBN 978-7-5523-1526-4

I. 中… II. ①杜… ②陈… III. 钢琴 - 奏法 - 教材 IV. J624.16

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2018) 第 081703 号

书 名: 中国民歌钢琴教程 (一)

编 著: 杜亚雄

编 订: 陈 烨

出 品 人: 费维耀

责任编辑: 陈 盼

封面设计: 徐思娇

印务总监: 李霄云

出版: 上海世纪出版集团 上海市福建中路 193 号 200001

上海音乐出版社 上海市打浦路 443 号荣科大厦 200023

网址: www.ewen.co

www.smph.cn

发行: 上海音乐出版社

印订: 上海盛通时代印刷有限公司

开本: 640×978 1/8 印张: 26.5 谱、文: 212 面

2018 年 7 月第 1 版 2018 年 7 月第 1 次印刷

印数: 1 - 2,000 册

ISBN 978-7-5523-1526-4/J · 1411

定价: 90.00 元

读者服务热线: (021) 64375066 印装质量热线: (021) 64310542

反盗版热线: (021) 64734302 (021) 64375066-241

郑重声明: 版权所有 翻印必究

贵州师范学院内部使用

序 一

我曾在2014年第9期《钢琴艺术》上发表了一篇题为《母语音乐教育的好教材》的文章，推荐由杜亚雄先生编曲的《中国民歌钢琴小曲百首》。在文章最后，我曾评论道：“作为教材，应当由浅入深、循序渐进，但由于这本书按不同地区、民族为序编排，没有照顾到这一点，令人遗憾。”这次杜亚雄先生与陈烨先生合作编写的三册《中国民歌钢琴教程》在这一方面下了很大功夫，它的出版对于我国母语钢琴音乐教育有着深远的意义。

民歌是千百年来劳动人民智慧的结晶，蕴藏着我们民族的基因，也是我们母语音乐中最具群众基础的一个门类。《中国民歌钢琴教程》以330首中国民歌改编曲为主体，配以“作品简介”“曲式分析”“中国各民族民歌简介”等栏目，给广大琴童提供了一个认识自我、了解中华民族优秀音乐文化的渠道。

在教学进程的安排上，《中国民歌钢琴教程》充分考虑了钢琴学习者的特点和钢琴教学的需要，在继承传统钢琴法的同时，还作了多维度的教学设计。比如，第一册以手指的运动模式与钢琴音乐织体为线索，设计了由浅入深、循序渐进的教学进程；第二册以各声部独立性为线索，设计了由主调音乐逐渐过渡到复调音乐的教学进程；第三册以不同调性乐曲的组合为线索，将教材中的选曲分成了五种远关系调组合模式进行教学。作者还为每一册撰写了“编写说明与学习要点”，详细阐述了教材中的教学重点、难点。基于此，教师既可以以该教程的教学思路为依据，为从入门到中级的各个阶段的学生选择适合他们训练的曲目，作为原有教材的补充，也可以以该教程为主体，其他教材为辅助，循序渐进，展开教学。

希望《中国民歌钢琴教程》能成为广大钢琴教师、琴童在教授与学习过程中的好朋友，也希望我国的音乐家们创作出更多优秀的具有民族风格的钢琴作品来丰富我们的钢琴教学曲库。

周广仁

2018年元旦

序 二

近日欣闻由杜亚雄教授编著、陈烨先生编订的《中国民歌钢琴教程》即将面世，这对于我国钢琴教育事业来说是一件很有意义的事。自20世纪80年代以来，我在国外一些大学作过几场关于中国钢琴音乐的学术演讲，也开过一些音乐会来推广中国钢琴音乐。但是，在这些活动中，我们往往把视角锁定在一些中型或者大型作品的创作、教学、演奏上，而忽视了“中国钢琴音乐”在钢琴教学启蒙、初级、中级等阶段的具体操作办法。

迄今为止，我国钢琴教学仍然普遍以欧美传统教材为启蒙到中级阶段的主要教材。在这种模式下培养出来的琴童自然以西洋音乐的概念、审美和表现方式为工具来学习、理解和表现其他民族的音乐，这不利于他们将来学习具有民族风格的钢琴作品，也无益于他们传承中华民族优秀的音乐文化。

一些作曲家有感于此，曾以中国民族音乐为素材编写过几本适合于初、中级程度学习者的曲集，如黎英海先生的《民歌钢琴小曲50首》、樊祖荫先生的《儿童钢琴小曲——中国各民族民歌56首》等。但这些曲集大都未经过由浅入深的教学设计，往往只能作为某个教学阶段的选曲，而无法贯穿在从启蒙到中级阶段的整个教学过程中。

《中国民歌钢琴教程》的问世有效解决了这一问题。它清晰的教学思路、明确的曲目分类让处于启蒙到中级阶段的学习者都能准确地找到自己的学习坐标，挑选出适合自己的学习内容。不仅如此，它所选编的民歌其所属地区既涵盖了我国五十六个民族，也涵盖了我国三十四个省、自治区、直辖市、特别行政区。因此，从民族、地域风格的全面性来看，它可以称得上是一部“集成”式的教程。在改编手法上，编曲者在力求用多声部音乐表现原始民歌风格的同时，还运用了如多调性、复节拍等一些现代作曲技法，来增加音乐的趣味和新意。

随着综合国力的日益增强，我国在国际上已经拥有了更多的话语权，这让我们不得不考虑自己拿什么跟世界对话。自近代以来，对传统文化的全盘否定不但让我们失掉了许多与其他民族交流的内容，也让我们丧失了民族自信和自尊。钢琴，作为一件外来乐器，为我们搭建了用音乐对话世界的平台。建立以传承和发扬民族音乐为目的的钢琴教学体系不仅可以让在这个平台上有话可说，更可以让我们找回说话的自尊和自信。所以，《中国民歌钢琴教程》为我国在新时代的钢琴教育事业开了个好头。希望钢琴教育界的师生能关注、研究这套教材，也希望有更多以传承民族音乐为手段或目的的钢琴教材问世。

方仁慧

2018年1月25日

前言

我国幅员辽阔，民族众多，历史悠久，各地区、各民族人民在漫长的历史长河中创作了成千上万首民歌。这些民歌具有独特的地方色彩和民族风格，反映了先辈们的生活和思想情感，饱含着对美好生活的渴望和追求，表达了他们的意志和愿望。这些民歌是先辈们留给我们的精神财富，是民族音乐文化宝库中最重要的遗产，也是民族文化的重要组成部分，应当像《诗经》《楚辞》《乐府》中所记录的古代民歌一样，世代传承下去。

历史的经验告诉我们，民族文化是民族存在的根本条件。文化存则民族存，文化亡则民族亡。中国历史上曾经存在过的一些民族，如匈奴、鲜卑等，都由于民族文化的消亡而消亡并退出了历史舞台。当前，在经济全球化的过程中，随着经济发展，各国、各民族间交流的日益频繁，生产手段和生活状况发生变化，传统文化亦大量流失。在这种形势下，学者们普遍认为，只有那些能够保存、继承、发扬本民族文化传统的民族，未来才能发展、壮大；而不能保存本民族文化的民族，可能会像历史上的许多民族一样，逐渐走向消亡。正因为如此，对中华民族大家庭中的每一个民族来说，保存、传承先辈留下来的民歌，实在是一件很重要的事。

民歌是先辈们根据他们的生活创作出来的，由于社会生活的改变，其中不少作品已经失去或正在失去其在生活中存在的必要性和原有的价值和功能。如各种配合劳动演唱的号子，由于生产工具的进步以及机器的采用，正在现实生活中逐渐消亡。在山野里演唱的山歌和平日里演唱的小调，也由于生活和环境的改变，处在消亡的过程中。如果我们不能够找到合适的保存方式，这些民歌将无法保存，更没有可能传承下去。

早在春秋时期，孔子就将当时的民歌编成教材，纳入教学，使它们能够一直传承至今。孔子通过教育保存民歌的做法，近代为许多欧洲人所效法。20世纪初，匈牙利作曲家巴托克和音乐教育家柯达伊就把匈牙利民歌改编成钢琴小曲，献给孩子们，为保存和传承匈牙利民歌做出了贡献。我认为他们的做法值得学习，几年前就开始将民歌改编成钢琴小曲，希望孩子们在学习钢琴的过程中，能够通过弹奏它们，学会民歌的曲调，培养对民歌的兴趣。

我不是作曲家，也不是钢琴家，而是一个以搜集、整理民间音乐作品为主要工作的民族音乐学家。本集中的民歌，许多是我在长期采风工作中搜集到的，也有一些是我在课堂上学会的。我自己很喜欢它们，希望读者也能喜欢。

本教程共分三册，第一册大致分别相当于拜厄《钢琴基础教程》、车尔尼《钢琴初步教程》(Op. 599)的程度，第二、第三册相当于车尔尼《钢琴流畅练习曲》(Op. 849)、车尔尼《钢琴快速练习曲》(Op. 299)的程度。这是本教程的第一册，共有110首乐曲。老师和学生们可参考每册最开始的“编写说明与学习要点”，根据需要选择相应的分册和适当的乐曲。

为了帮助学生更好地了解民歌，我还为每一首乐曲写了简要的介绍。我的合作者陈烨先生是一位优秀的钢琴教师，他为这些乐曲标注了指法、踏板标记，还为每一首乐曲撰写了曲式分析，并为每一册教材撰写了编订说明及学习要点。

著名钢琴演奏家、教育家周广仁先生和方仁慧先生一直以来关心、支持我们的工作，这次还特地为本套教程作了序言。杨树、代霜蓉、杨勇、刘晴、周小乔演奏了本教程的乐曲，并录制了音频，龚玮老师还做了相关资料的整理工作。此外，本套教程是我在浙江音乐学院工作时搞的一项教学和科研课题，得到了学院的资助，受到了学院领导的重视和支持。没有他们的努力与协助，本教材不可能出版，特在此一并致谢。

通过将民歌改编成钢琴教程来介绍民歌、来传承中国的优秀音乐文化是一项重要的工作，这套教材只是一个初步的尝试。希望使用这本书的老师 and 同学多提宝贵意见，帮助我们在这项工作做得更好。

杜亚雄

2017年6月23日于杭州西溪

编写说明与学习要点

本教程第一册分别介绍了乐理常识的“课前准备”和五章共二十单元的“正式课程”两个部分。乐理常识为学习正式课程中的乐谱与曲式分析等提供必要的基础知识。正式课程则是按照钢琴循序渐进的学习原则编写，适用于从零基础开始的学生，学生学完之后，其程度可达到弹奏车尔尼《钢琴初步教程》(Op.599)的水平。

“正式课程”部分的第一章为“基础练习”，根据“手的演奏状态”与“音乐形态”两条线索，我们设计了四个单元。通过学习，学生应掌握基本的坐姿、手位、用力方式，养成良好的练琴习惯，同时，应对钢琴、乐谱、演奏时的身体运动模式建立最基本的概念。

第一章的第一单元由五首乐曲组成，旨在训练五指在“自然状态”^①中的基本用力方式。我们按照循序渐进的原则设计了它们的教学进程。学完后，学生应掌握与高音谱表中 c^1-a^1 、低音谱表中 $c-c^1$ 所对应的白键上音的位置；也应掌握全音符、二分音符、四分音符、八分音符、附点二分音符、附点四分音符，以及全休止符、二分休止符、四分休止符、八分休止符之间的时值比例关系。

学习第一单元时，学生务必做到以下要求：

臀部只坐琴凳宽度的三分之一，演奏者与琴之间的距离以低头望去、键盘外沿刚刚遮住膝盖为宜。

在学习乐曲前，应先通过拍手或者念节奏的形式熟悉各种节拍及节奏模式。

保持正确的手型：让1指指甲盖的里沿与钢琴白键外沿齐平；保持5指指尖靠近黑键外沿。

肩膀、手臂、手腕自然下垂，弹奏时要充分利用身体自身的重量。

充分活动双手的掌指关节^②，并锻炼其对于身体重量的支撑能力与对音色的控制力。

在弹奏的同时要唱谱（词）、听琴声。

弄清楚乐汇、乐句之间的关系，准确把握各种音符、休止符的时值。

双手配合完成某一乐句时（如曲1《你和他》的第四乐句，曲3《在北京的金山上》的第二、第三、第四乐句等），要通过“重量转移”的办法使旋律弹奏得完整、连贯。

以上要求不仅在学习第一单元时要遵守，在整本钢琴教程学习的过程中，学生都要坚持遵循，以养成良好的演奏习惯。

第二单元由八首乐曲构成，旨在训练五指在扩张状态^③中演奏旋律。在音域方面，第二单元低音谱

① “自然状态”系指每两根相邻的手指负责两个相邻白键的演奏状态。

② “掌指关节”系指手指与手掌连接处的那个关节，俗称“第三关节”。

③ “扩张状态”系指一只手的某两根手指演奏的音程数（限基本音级）减1大于该两根手指指序差的演奏状态。

表的使用音域扩展到了 $G-e^1$ 范围内的白键（缺 B），高音谱表的使用音域扩展到了 $a-g^2$ 范围内的白键（缺 b、 f^2 ）。在节拍方面，前四首（曲 6—曲 9）集中训练“三拍子”的律动模式（其中《小牛犊》是由两个三拍子叠加而成的复拍子），后四首（曲 10—曲 13）集中训练“四拍子”的律动模式。从曲 8《春天鸟儿归》开始，乐曲中出现了二声部片段。学生在练习二声部时（如曲 10《枣骝马》第 3—4 小节、第 7—8 小节等），可先分手练熟后再合手。如果遇到某声部长音而对应的另一声部为运动旋律的段落（如曲 9《舞春调》每个乐句的最后两小节）时，学生应适当强调独立运动的旋律声部。从曲 11《打夯号子》开始，乐谱中出现了力度术语。学生应根据力度术语的提示，准确把握好乐句和乐汇间的力度对比。本单元是为训练双手手指扩张状态而设计的，因此，希望学习本单元的学生严格按照指法标记练习。同时，第一和第二单元的乐曲还配有歌词，目的是让学生加深对曲目的理解。

第三单元包含了四首乐曲，乐音范围扩展到黑键（ $\sharp F$ 、 $\sharp C$ ）。根据本单元的指法设计，左、右手的 1 指是最早接触黑键的手指。这样设计指法的目的是为了让学生的手指敢于伸向黑键“深处”。除了曲 14《蜜蜂姑娘》外，其余三首都由两手协作完成的乐句。在演奏这样的乐句时，要注意前一只手最后一个音与后一只手第一个音的连接，这对保持旋律的连贯性十分重要。

自第三单元开始，黑键上的音符以各种调号及临时变音记号的方式引入。学生在遇到黑键音符时须提早将手指放到该琴键上，养成良好的手位习惯。

第四单元的技术课题是同音换指，所选的五首乐曲均不同程度地涉及这种技术。其旨在平衡学生各手指间的控制力，规范单音触键的用力方式。因此，学生要严格按照指法标记进行练习。

第二章是“双手齐奏练习”，分四个单元。第一单元包含了三首在五指手位不动情况下，高、低声部呈平行八度的双手齐奏练习。第二单元包含了三首五指手位移动的情况下，高、低声部呈平行八度的双手齐奏练习。第三单元包含了五首带同音换指技术的高、低声部呈平行八度的双手齐奏练习。第四单元包含了四首高、低声部呈非单一平行八度的双手齐奏练习。学习该章时，学生要注意：1. 提前找到下一个手位，并准备好五指的位置；2. 双手齐奏时，左、右手的发音要整齐。

第三章是“主调音乐练习”，分三个单元。第一单元包含六首由单音作为伴奏织体的主调乐曲。在曲 38《新娘上马歌》、曲 39《打夯歌》、曲 43《加伊达尔曼》三首乐曲中，旋律声部先后在两只手中出现。在左手弹旋律、右手弹伴奏的乐句中（如曲 39《新娘上马歌》的第 9—16 小节等），学生要注意控制右手的音量，以强调左手的旋律。在曲 41《催咚催》的第 13—14 小节与第 17—18 小节都出现了断奏记号，学生在学习时应注意对其时值的控制。

第二单元包含八首以音程为主要伴奏织体的练习。学生在学习时，建议通过单手练习先熟悉伴奏声部和声音程连接的指法。第三单元包含六首旋律在高、低声部交替出现的乐曲。在练习时要遵循弹奏曲 38《新娘上马歌》等乐曲时的原则，即在左手弹旋律、右手弹伴奏时，为突出旋律，应注意控制右手部分的音量。在曲 54《头一次到你家》中，旋律声部出现了倚音，学生应注意表现出其中特有的民族风味。

曲 55《龙南山歌》中的第 17 小节及曲 56《唯有你好看》中的第 22 小节，都出现了单手弹奏两个以上声部的片段，练习时要注意各声部的独立性。

第四章是“复调练习”，分三个单元。第一单元为模仿式的二声部复调。在曲 58 到曲 63 的六首乐曲中，低声部相对严格地模仿了高声部；在曲 64 到曲 67 的四首乐曲中，低声部对高声部的模仿则较为自由。学习本单元时，须注意倾听模仿声部。第二单元的两首乐曲也属于模仿式复调，与第一单元不同的是，这两首乐曲的高、低声部不在同一个宫调系统里。学生应先分手练熟左、右手的旋律，并在双手一起练习时关注左手旋律色彩的表现。第三单元包含了四首采用对比式复调手法写成的乐曲。在学习曲 71 与曲 72 时，要特别注意其低声部的独立性。

第五章是“右手弹奏各类旋律练习”，分三个部分，共六个单元。

前三个单元为第一部分，包含了十五首右手弹奏单音旋律的练习。按左手声部主要织体的不同可分为：第一单元——左手弹奏和声音程或柱式和弦；第二单元——左手弹奏半分解和弦；第三单元——左手弹奏分解和弦。学习第一单元时，要注意旋律声部是长音、伴奏声部有较明显旋律意义的段落，如曲 80《当红军的哥哥回来了》中的第 2—3、第 8—9 小节等处，要强调左手声部的旋律意义。在学习第二单元各乐曲的左手时，学生要注意左手低音层（如曲 82《催眠歌》第 1 小节左手的第 2 拍）与和声层（如曲 82《催眠歌》第 1 小节左手的第 1 拍）之间的音色区别。第三单元中的左手分解和弦，有许多作了“五声化”处理，演奏时要注意其旋律意义。

第四、第五单元为第二部分。在该部分中，右手有时要弹奏单音，有时又要弹奏多声部。学生在学习时既要注意多声部的表现意义，又要注意多声部与单音连接时的指法设计，以确保旋律的连贯。第四单元的乐曲左手为音型化的伴奏。在右手旋律为长音时，左手偶尔会有补充性的旋律。如曲 95《欢乐的牧场》中第 8—9 小节及第 14—15 小节中的左手低声部就是补充性旋律，演奏时要予以强调。在某些乐曲，如曲 94《蛤蟆调》第 1—10 小节、第 17—18 小节等片段，左手伴奏声部出现了一些隐伏旋律线条，学生要努力通过力度与音色的对比勾勒出这些线条。第五单元各首乐曲的左手声部出现了许多与右手旋律声部对位的复调片段，学生学习时应对低声部对位旋律的独立性予以重视。

第六单元为第三部分。在该单元的九首乐曲里，右手的旋律以音程或者和弦连接的方式呈现。学生学习时须根据指法提示，安排好乐汇内部音程或和弦的指法连接，以求将旋律弹得圆润连贯。

目 录

Contents

序 一	周广仁
序 二	方仁慧
前 言	杜亚雄
编写说明与学习要点	
乐理常识	1

第一章 基础练习

第一单元 五指自然手位

1. 你和他 <i>You and Him</i>	河北民歌 8 Hebei Folk Song
2. 割韭菜 <i>Harvesting Chives</i>	甘肃民歌 9 Gansu Folk Song
3. 北京的金山上 <i>In the Golden Mountain of Beijing</i>	藏族民歌 10 Tibetan Folk Song
4. 牧驼歌 <i>A Madrigal of Grazing Camels</i>	裕固族民歌 11 Yugur Folk Song
5. 挑担号子 <i>Working Song of Carrying Pole with Loads</i>	江苏民歌 12 Jiangsu Folk Song

第二单元 五指扩张及二声部对位

6. 河边对唱 <i>Antiphonal Singing on the Riverbank</i>	赫哲族民歌 14 Hezhen Folk Song
7. 小牛犊 <i>Little Calf</i>	土族民歌 16 Tu Folk Song
8. 春天鸟儿归 <i>Birds Return Home in the Spring</i>	达斡尔族民歌 18 Daur Folk Song
9. 舞春调 <i>A Tune of the Ballad Singing</i>	达斡尔族民歌 20 Daur Folk Song
10. 枣骝马 <i>A Claret Horse</i>	蒙古族民歌 22 Mongolian Folk Song
11. 打夯号子 <i>Rammers' Work Chant</i>	甘肃民歌 23 Gansu Folk Song
12. 登上了兴安岭 <i>When I Ascend to the Top of Xing'anling Mountain</i>	蒙古族民歌 24 Mongolian Folk Song
13. 心中的歌 <i>The Song of My Heart</i>	塔塔尔族民歌 25 Tartar Folk Song

第三单元 黑键练习

14. 蜜蜂姑娘 <i>A Bee Girl</i>	裕固族民歌 27 Yugur Folk Song
15. 遥望北京 <i>Looking Towards the Faraway Beijing</i>	藏族民歌 29 Tibetan Folk Song

16. 送四门	宁夏民歌 30
<i>See My Cousin Off</i>	Ningxia Folk Song
17. 打箩箩	东乡族民歌 31
<i>Shaking the Bamboo Wicker Basket</i>	Dongxiang Folk Song

第四单元 同音换指

18. 丰收后的夜晚	台湾少数民族民歌 32
<i>Evening After Harvest</i>	Taiwan Minorities' Folk Song
19. 撒拉的艳姑好	撒拉族民歌 34
<i>Salar Women Are Good</i>	Salar Folk Song
20. 土地还家	山西民歌 35
<i>Farmland Returns to the Peasants</i>	Shanxi Folk Song
21. 丰收的节日	塔塔尔族民歌 36
<i>Harvest Festival</i>	Tartar Folk Song
22. 达高拉	蒙古族民歌 38
<i>Dagola</i>	Mongolian Folk Song

第二章 双手齐奏练习

第一单元 双手齐奏（一）

23. 子孙万代歌	满族民歌 40
<i>Descendants for Thousand Generations</i>	Manchu Folk Song
24. 空齐舞曲	满族民歌 41
<i>Kongqi Dance Music</i>	Manchu Folk Song
25. 水牛儿	北京民歌 43
<i>Little Snail</i>	Beijing Folk Song

第二单元 双手齐奏（二）

26. 扎恩达拉尕	鄂温克族民歌 45
<i>Za' endalaga</i>	Ewenki Folk Song
27. 牧 歌	蒙古族民歌 46
<i>Madrigal</i>	Mongolian Folk Song
28. 上新疆	保安族民歌 47
<i>We Are Going to Xinjiang</i>	Bao'an Folk Song

第三单元 双手齐奏（三）

29. 我的夜莺	塔塔尔族民歌 49
<i>My Nightingale</i>	Tartar Folk Song
30. 婚礼喜宴歌	锡伯族民歌 51
<i>Wedding Song</i>	Xibe Folk Song
31. 背灯调	满族民歌 52
<i>Lamp Song</i>	Manchu Folk Song
32. 拉木号子	保安族民歌 53
<i>Working Song of Pulling Log</i>	Bao'an Folk Song
33. 鄂呼兰德呼兰	鄂伦春族民歌 54
<i>Ehulan Dehulan</i>	Oroqen Folk Song

第四单元 双手齐奏（四）

- | | |
|---|--------------------------------|
| 34. 手挽手
<i>Arm in Arm</i> | 哈萨克族民歌 56
Kazak Folk Song |
| 35. 一个花园的荒芜
<i>A Desolate Garden</i> | 俄罗斯族民歌 58
Russian Folk Song |
| 36. 为什么流浪?
<i>Why Does He Roam in the Grassland?</i> | 俄罗斯族民歌 59
Russian Folk Song |
| 37. 庆隆舞曲
<i>Celebration Dance Music</i> | 满族民歌 61
Manchu Folk Song |

第三章 主调音乐练习

第一单元 以单音为伴奏

- | | |
|---|-------------------------------|
| 38. 新娘上马歌
<i>Bride Mounts Her Horse</i> | 土族民歌 64
Tu Folk Song |
| 39. 打夯歌
<i>Rammers' Song</i> | 达斡尔族民歌 66
Daur Folk Song |
| 40. 人没来
<i>You Did Not Come</i> | 乌孜别克族民歌 67
Uzbek Folk Song |
| 41. 催咚催
<i>Cuidongcui</i> | 湖北民歌 68
Hubei Folk Song |
| 42. 邀邀约约找杨梅
<i>Inviting Friends to Find Red Bayberry</i> | 水族民歌 70
Shui Folk Song |
| 43. 加伊达尔曼
<i>Jiayidarman</i> | 哈萨克族民歌 72
Kazak Folk Song |

第二单元 以音程为伴奏

- | | |
|--|--------------------------------|
| 44. 小山羊
<i>Little Goat</i> | 侗族民歌 74
Dong Folk Song |
| 45. 我的戒指丢在河边
<i>I Lost My Ring on the Riverbank</i> | 鄂温克族民歌 75
Ewenki Folk Song |
| 46. 双 歌
<i>Double Song</i> | 水族民歌 77
Shui Folk Song |
| 47. 沿着街道
<i>Along the Street</i> | 俄罗斯族民歌 79
Russian Folk Song |
| 48. 阿西里西
<i>Axilixi</i> | 彝族民歌 81
Yi Folk Song |
| 49. 催眠歌
<i>Lullaby</i> | 裕固族民歌 83
Yugur Folk Song |
| 50. 喀什噶尔舞曲
<i>Kashi Dance</i> | 维吾尔族民歌 85
Uygur Folk Song |
| 51. 快乐的诺苏
<i>Happy Yi People</i> | 彝族民歌 87
Yi Folk Song |

第三单元 旋律在不同声部

- | | |
|----------------------------------|------------------------------|
| 52. 藏族舞曲
<i>Tibetan Dance</i> | 藏族民歌 89
Tibetan Folk Song |
|----------------------------------|------------------------------|

- 53. 游戏歌
Game Song
- 54. 头一次到你家
When I Visit Your Home for the First Time
- 55. 龙南山歌
Mountain Song of Longnan
- 56. 唯有你好看
Only You Are Beautiful
- 57. 依拉拉
Yilala

- 藏族民歌 91
Tibetan Folk Song
- 甘肃民歌 93
Gansu Folk Song
- 江西民歌 95
Jiangxi Folk Song
- 门巴族民歌 97
Moinba Folk Song
- 维吾尔族民歌 99
Uygur Folk Song

第四章 复调练习

第一单元 模仿复调

- 58. 庆丰收
Celebrating Harvest
- 59. 盘 歌
An Antiphonal Song
- 60. 约 会
Dating Song
- 61. 孟姜女
Mengjiang Woman
- 62. 樱桃好吃树难栽
Cherry Is Sweet but Planning the Tree Is Difficult
- 63. 洗菜心
Washing the Cabbage Heart
- 64. 澧水船夫号子
Boatmen's Song of the Lishui River
- 65. 沙拉塔拉
Yellow Grassland
- 66. 大红公鸡窗台卧
Red Cock Lies on the Windowsill
- 67. 叮叮当
Dingdingdang

- 满族民歌 102
Manchu Folk Song
- 侗族民歌 103
Dong Folk Song
- 哈萨克族民歌 105
Kazak Folk Song
- 江苏民歌 107
Jiangsu Folk Song
- 山西民歌 109
Shanxi Folk Song
- 湖南民歌 111
Hunan Folk Song
- 湖南民歌 113
Hunan Folk Song
- 蒙古族民歌 115
Mongolian Folk Song
- 山西民歌 116
Shanxi Folk Song
- 浙江民歌 118
Zhejiang Folk Song

第二单元 多调式并置模仿复调

- 68. 小白菜
Little Chinese Cabbage
- 69. 阿昌山歌
Mountain Song of Achang

- 河北民歌 119
Hebei Folk Song
- 阿昌族民歌 121
Achang Folk Song

第三单元 对比复调

- 70. 友 情
Friendship
- 71. 玛纳斯
Manas
- 72. 好花儿令
Tune of Hao Huaer

- 蒙古族民歌 123
Mongolian Folk Song
- 柯尔克孜族民歌 124
Kirgis Folk Song
- 土族民歌 126
Tu Folk Song

73. 清水河上
In the Qingshui River

内蒙古民歌 127
Inner Mongolian Folk Song

第五章 右手弹奏各类旋律练习

第一单元 右手弹奏单音旋律（左手弹奏和声音程或柱式和弦）

- | | |
|---|--|
| 74. 你走那天
<i>The Day When You Left</i> | 内蒙古民歌 130
Inner Mongolian Folk Song |
| 75. 送葬曲
<i>Dirge</i> | 傈僳族民歌 131
Lisu Folk Song |
| 76. 娶媳歌
<i>Wedding Song</i> | 锡伯族民歌 132
Xibe Folk Song |
| 77. 达库联
<i>Dakulian</i> | 甘肃民歌 134
Gansu Folk Song |
| 78. 娃哈哈
<i>Wahaha</i> | 维吾尔族民歌 135
Uygur Folk Song |
| 79. 当红军的哥哥回来了
<i>My Brother in the Red Army Returned</i> | 陕西民歌 137
Shaanxi Folk Song |

第二单元 右手弹奏单音旋律（左手弹奏半分解和弦）

- | | |
|--|-------------------------------|
| 80. 白族调
<i>Bai Nationality's Melody</i> | 白族民歌 139
Bai Folk Song |
| 81. 想亲亲
<i>Missing My Lover</i> | 山西民歌 141
Shanxi Folk Song |
| 82. 催眠歌
<i>Lullaby</i> | 基诺族民歌 143
Jino Folk Song |
| 83. 推炒面
<i>Making Chowmein</i> | 甘肃民歌 145
Gansu Folk Song |
| 84. 游 春
<i>Sightseeing in the Spring</i> | 河南民歌 147
Henan Folk Song |
| 85. 我不愿擦去鞋上的泥
<i>I Do Not Want to Wipe the Mud Off My Boots</i> | 维吾尔族民歌 148
Uygur Folk Song |

第三单元 右手弹奏单音旋律（左手弹奏分解和弦）

- | | |
|---|-------------------------------|
| 86. 走绛州
<i>Going to Jiangzhou</i> | 山西民歌 150
Shanxi Folk Song |
| 87. 采花调
<i>Picking up Flowers</i> | 四川民歌 152
Sichuan Folk Song |
| 88. 农夫打兔
<i>Farmer Hits a Rabbit</i> | 达斡尔族民歌 154
Daur Folk Song |

第四单元 右手弹奏单音与多声部（一）

- | | |
|--|-------------------------------|
| 89. 哪里来的骆驼客？
<i>Where Does the Caravan Come From?</i> | 维吾尔族民歌 155
Uygur Folk Song |
| 90. 多 耶
<i>Doye</i> | 侗族民歌 156
Dong Folk Song |
| 91. 大河涨水沙浪沙
<i>When the River Rises, Sand Washes Sand</i> | 云南民歌 157
Yunnan Folk Song |

92. 拉网号子
Working Song of Pulling Fish Net
93. 想亲亲
Missing My Lover
94. 蛤蟆调
Frog Song
95. 欢乐的牧场
Happy Pasture

- 山东民歌 159
Shandong Folk Song
- 内蒙古民歌 161
Inner Mongolian Folk Song
- 云南民歌 162
Yunnan Folk Song
- 哈萨克族民歌 164
Kazak Folk Song

第五单元 右手弹奏单音与多声部 (二)

96. 东方红
East is Red
97. 千年不烂记心间
I Will Keep in Heart for Thousand Years
98. 绣荷包
Embroidering a Pouch
99. 走西口
Walking Trough the Western Pass
100. 三十里铺
Village of Sanshilipu
101. 苦 歌
Suffering Song

- 陕西民歌 166
Shaanxi Folk Song
- 广西民歌 168
Guangxi Folk Song
- 四川民歌 169
Sichuan Folk Song
- 陕西民歌 170
Shaanxi Folk Song
- 陕西民歌 171
Shaanxi Folk Song
- 藏族民歌 173
Tibetan Folk Song

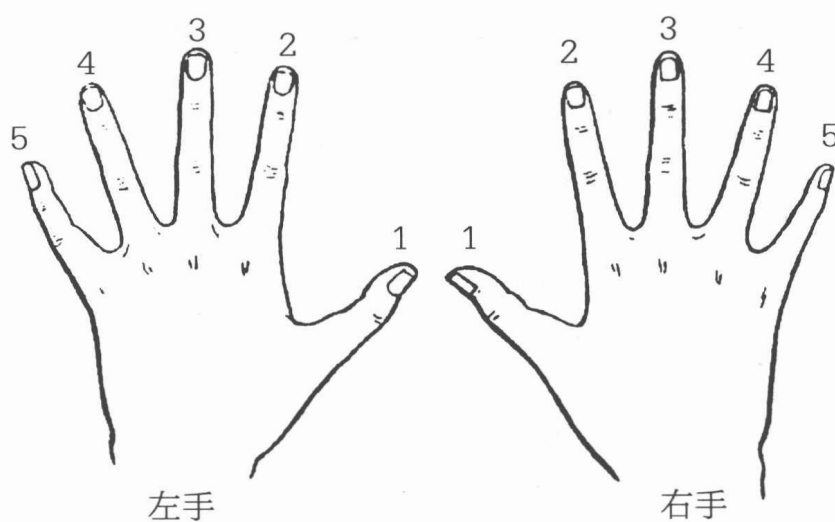
第六单元 右手弹奏音程或和弦

102. 心连心
Heart to Heart
103. 咕噜噜刮啦啦
Gululu Gualala
104. 槐树开花
Chinese Scholar Tree Is Blooming
105. 山花儿调
Mountain Flower Song
106. 东乡令
Tune of Dongxiang
107. 客家山歌
Hakka Mountain Song
108. 嘎达梅林
Gada Meilin
109. 景颇刀舞
Jingpo Sword Dance
110. 对 鸟
A Duet About Birds

- 仫佬族民歌 174
Mulam Folk Song
- 湖南民歌 176
Hunan Folk Song
- 陕西民歌 178
Shaanxi Folk Song
- 回族民歌 179
Hui Folk Song
- 东乡族民歌 181
Dongxiang Folk Song
- 广西民歌 183
Guangxi Folk Song
- 蒙古族民歌 185
Mongolian Folk Song
- 景颇族民歌 187
Jingpo Folk Song
- 浙江民歌 189
Zhejiang Folk Song

乐理常识

双手指序



音高系统

