

收录**192首超绝系鼓技练习曲目!**

Rhythm &  
**Drums**  
magazine  
リズム&ドラムマガジン



SUNS OWL  
PIT(鼓科)讲师

GO 著 周练易 翻译

鼓手！来挑战自己的极限吧！

# 地狱训练 超绝爵士鼓

中文简体  
唯一合法授权  
更易懂更好学

全年龄  
全年龄对象

 **附赠CD**

示范演奏+伴奏音轨



本书收录  
大量强化训练  
超绝鼓乐句

CIS  
PUBLISHING & MEDIA

湖南文艺出版社

RittorMusic 授权





致鼓手：

汝，不可骄傲自满

汝，须全力以赴地打鼓

汝，勿忘身为鼓手的荣耀

汝，须使乐句放声歌唱

汝，须比任何人都能享受打鼓的乐趣



# HELL'S CONTENTS



## — 目 录 —

HELL'S MANUAL	—关于本书的内容—	4
HELL'S INDEX	—训练指南—	6

### Chapter 1

## HELL'S WARM-UP EXERCISES

### 地狱热身操

Step.1	强化力度和速度吧!	10
Step.2	为修行做好准备!	12
Step.3	练习基本的Beat吧!	14
Step.4	习惯双底鼓!	15

### Chapter 2

## HELL'S AGGRESSIVE EXERCISES

### 追求激烈感的乐句练习集

No.1	“从8开始,以8结束……”?	8 Beat乐句 1	TRACK 1	18
No.2	化身为节奏的幽灵	8 Beat乐句 2	TRACK 2	20
No.3	Loud Music的新标准	Tribal Beat 1	TRACK 3	22
No.4	省略的美学!	通过省略音符增加重力感的双踩乐句	TRACK 4	24
No.5	蕴含在重力感中的Funk Groove	让人感觉到16 Beat的黄金乐句	TRACK 5	26
No.6	超级忙碌的四肢	SUNS OWL风格的16 Beat打法	TRACK 6	28
No.7	用特技法(Trick Play)将小技巧活用到节奏中!	Loop系(循环系列)的一拍半乐句	TRACK 7	30
No.8	急速向前冲的超速Shuffle	Shuffle Beat 1	TRACK 8	32
No.9	通过Twin Bass打出高速的Shuffle!	Shuffle Beat 2	TRACK 9	34
No.10	通过节奏“技巧叮叮当叮!”	Shuffle Beat 3	TRACK 10	36
No.11	机械式的三连音练习	Shuffle Beat 4	TRACK 11	38
No.12	这就是GO流!	投入双音的怒涛般乐句	TRACK 12	40
No.13	切分音! 向去掉的节奏挑战吧!	加入切分音的重金属旋律	TRACK 13	42

### Chapter 3

## HELL'S HEAVY EXERCISES

### 追求重力感的乐句练习集

No.14	强化右脚! 匍匐前进的节奏	Bonzo风格的16 Beat乐句	TRACK 14	46
No.15	全神贯注地炙热一击	Tribal Beat 2	TRACK 15	48
No.16	Loud系新标准	Nu-metal系的基础乐句	TRACK 16	50
No.17	三连踩, 让你苦闷不已!	通过双踩进行脚部三连音的练习	TRACK 17	52
No.18	澎湃的激情	Loud Metal系的两小节完结乐句	TRACK 18	54
No.19	沉浸在错落前行的感觉之中吧!	复合节奏(Polyrhythm)的风格的Trick乐句 1	TRACK 19	56
No.20	在更加错落前行的感觉中沉醉吧!	复合节奏(Polyrhythm)的风格的Trick乐句 2	TRACK 20	58
No.21	心情就像浅草的桑巴狂欢嘉年华	导入桑巴曲调的Metal乐句	TRACK 21	60
No.22	将Fill-in变成节奏!	将Fill-in转换成节奏模式的应用乐句	TRACK 22	62
No.23	利用Tricky, 让人颤抖吧!	滑奏 1	TRACK 23	64



No.24	“伪造”的滑奏也可以让人颤抖! 滑奏 2	TRACK 24	66
No.25	用落地鼓打出双底鼓的风味 疑似双底鼓的乐句	TRACK 25	68
No.26	连踩! 三连踩! 魔鬼底鼓 加入各种各样脚部技巧的乐句	TRACK 26	70

#### Chapter 4

## HELL'S SPEED EXERCISES

#### 追求速度的乐句练习集

No.27	这是金属的王道 Double Time的高速8 Beat 1	TRACK 27	74
No.28	让哭泣的孩子都噤声, 怒涛般的Slash Double Time的高速8 Beat 2	TRACK 28	76
No.29	要打! 要打! 特别要打乐句的开头! 小军鼓先攻型的“打拍头”的8 Beat 1	TRACK 29	78
No.30	要打! 要打! 特别要打乐句的开头! 小军鼓先攻型的“打拍头”的8 Beat 2	TRACK 30	80
No.31	来了——! 魔鬼Blast 一号 高速2 Beat系的Blast Beat	TRACK 31	82
No.32	来了——! 魔鬼Blast 二号 小军鼓先攻型的Blast Beat	TRACK 32	84
No.33	Double Hand的标准16 Beat 16 Beat乐句 1	TRACK 33	86
No.34	One Hand的高速乐句16 Beat 16 Beat乐句 2	TRACK 34	88
No.35	活用Paradiddle的16 Beat 16 Beat乐句 3	TRACK 35	90
No.36	Hi-hat的精彩技艺 Half的8 Beat乐句	TRACK 36	92
No.37	Hi-hat和小军鼓的彩色装饰 Paradiddle的16 Beat应用乐句	TRACK 37	94
No.38	在激烈的声音和高速度下, 向前冲啊冲啊! 底鼓引领的Beat 1	TRACK 38	96
No.39	利用底鼓的加速/减速, 向前冲吧冲吧! 底鼓引领的Beat 2	TRACK 39	98

#### Chapter 5

## HELL'S INASE EXERCISES

#### 冲劲十足的乐句练习集

No.40	用Tom咚阔咚阔, 用China锵! 使用落地鼓的重音乐句	TRACK 40	102
No.41	鼓手要走的“捷径” Off Beat 乐句 1	TRACK 41	104
No.42	鼓手更加要走的“捷径” Off Beat 乐句 2	TRACK 42	106
No.43	将16 Beat也潇洒地打出来吧! 16 Beat乐句 3	TRACK 43	108
No.44	技巧过人的Paradiddle 使用Paradiddle 的超绝技巧乐句	TRACK 44	110
No.45	时尚的Double Paradiddle 应用Rudiments的三连音系乐句	TRACK 45	112
No.46	沉醉在忙乱之中吧! 循环式3/4拍的打法	TRACK 46	114
No.47	底鼓激射炮 利用底鼓变奏做出一小节完结乐句	TRACK 47	116
No.48	底鼓全开! GO的必杀技特别篇! 加入必杀Fill-in带来的Heavy Groove	TRACK 48	118

#### Chapter 6

## HELL'S FINAL EXERCISE

#### 综合练习曲

No.49	血的契约~来自地狱的波动~	TRACK 49、50	122
-------	---------------	-------------	-----

附赠的CD中, 收录了各个练习中主乐句的示范演奏。TRACK49是综合练习曲的示范演奏, TRACK50收录了综合练习曲中练习所用的卡拉OK版本(右声道: 节拍器、吉他和贝司; 左声道: 鼓)。

# HELL'S MANUAL



## 关于本书的内容

在开始地狱训练之前，希望你先了解每一页的内容构成，很好地理解了此处列出的页面结构，一定能帮你在练习时更好地掌握技巧。请务必认真阅读。

# 练习页的内容构成

The diagram shows a practice page with the following components:

- 1**: Title and subtitle.
- 2**: Introduction and '地狱格言' (Hell's Motto).
- 3**: 'LEVEL' section with a drum score and 'TRACK' indicator.
- 4**: '不能演奏以上节奏者，先从下面的乐句开始修行吧!' (If you can't play the above rhythms, start practicing with the following phrases!).
- 5**: '梅' (Plum) section with a drum score.
- 6**: '竹' (Bamboo) section with a drum score.
- 7**: '松' (Pine) section with a drum score.
- 8**: '注意要点 理论' (Notes Theory) section.
- 9**: '注意要点 足' (Notes Feet) section.
- 10**: '专栏' (Column) section about John Bonham.

- 1 乐句标题:** 此处列出的是震撼人心的主标题和有关乐句练习内容的副标题。
- 2 地狱格言:** 总结练习本章乐句时要注意的地方和本章训练的技巧。
- 3 LEVEL:** 表示本章乐句的难易度。难易度分为五个阶段，难度随着枪数的增加而提高。
- 4 目标速度:** 通过练习以后最终要达到的目标速度。附赠CD中的示范演奏都是这个速度。
- 5 技巧难度图表:** 显示本章乐句针对性练习的手或脚的难易度。

- 6 主乐句:** 本章中难度最高的乐句。附赠CD中收录的就是该乐句。
- 7 练习乐句:** 为了掌握主乐句而设的三个练习乐句。依难易度从简单到困难分为“梅”“竹”“松”。附赠的CD中没有收录。
- 8 章节索引**
- 9 注意要点:** 针对主乐句的解说。分为手、脚、手脚、理论四类，通过图示分别表示。
- 10 专栏:** 与主乐句相关的练习技巧、相关理论知识或鼓手专辑介绍。



## 技巧图解

技巧图示显示的是主乐句中手脚的训练要点。数值分为三个等级，难度随着数值的增加提升，可以帮助读者有重点地针对某个技巧进行练习，同时也可作为针对自身弱点寻找特训乐句时的参考。



- 持久力:**  
表示使用手臂和手腕力量的程度。
- 技巧:**  
表示使用双跳、左右交替或炫打 (Paradiddle) 等技巧的程度。
- 力量:**  
表示敲击的力度。
- 控制力:**  
表示正确使用鼓槌的程度。



- 持久力:**  
使用脚部力量的程度。
- 技巧:**  
表示使用滑奏、双底鼓等技巧的程度。
- 力量:**  
表示脚踏的力度。
- 控制力:**  
表示脚部技巧的控制程度。

## 关于注意点

各个主乐句的解说分为手、脚、手脚、理论四个部分，分别用图标表示，这样能更好地理解本乐句在训练手、脚、手脚配合、理论之中的要点，更深入地进行训练。建议阅读本书的时候，对照这些图示进行确认。



练习主乐句时，双跳和左右交替等技巧的解说。



练习主乐句时，脚部技巧的解说。



针对手脚配合的解说。



针对主乐句使用的节奏或Fill-in的特性解说。

## 关于示范CD

随书附赠的CD收录的是本书作者GO先生的示范演奏。希望你能从CD的示范演奏中掌握在曲谱上难以体现的节奏或音调。

此外，CD中收录的曲子顺序（为了便于你的确认，示范演奏会循环播放两次）如下：

○数拍→○示范演奏→○数拍→○示范演奏。

## 本书推荐的读法

为了使读者保持阅读兴趣，本书的结构是配合读者自身水平编排的。基本说来，为了掌握主乐句，最好先练习最简单的“梅”乐句，尤其建议初学者从每页的“梅”乐句开始练习。当然，对于自己的技术很有信心的读者，尝试高难度的乐句也是可以的。同时，你也不一定要按照书中的顺序去阅读教程，可以选择针对自己弱点的乐句进行重点练习。本书中收录了许多会给身体带来较大负担的乐句，练习前请你务必做好热身运动，注意不要受伤。还有，注意不要过度甩头扭到脖子哟！（笑）

# HELL'S INDEX

地狱索引·训练指南



想要成为一个击鼓达人，最重要的是要将自己不擅长的部分集中起来进行练习。在此总结了大多数Loud系鼓手曾遇到过的烦恼和问题，并对如何有针对性地进行相关练习作了介绍。那么，在练习之前，请进行自行确认吧。



## 想要精确地踩好双底鼓!

在Loud系的演奏中，双底鼓是不可或缺的，左右高速连击或配合等，一定要学的地方有很多哦!

P.24 省略的美学!

P.52 三连踩，让你苦闷不已!

去吧!



## 想要熟练掌握 Blast Beat!

想成为Loud系的鼓手，都要掌握Blast Beat，也包括那些变化演奏的部分，好好学习下面的内容吧!

P.82 来了一一! 魔鬼Blast一号

P.84 来了一一! 魔鬼Blast二号

去吧!



## 想要快速激烈地演奏 Tribal Beat!

用鼓来再现非洲或巴西音乐特有的律动，这就是 Tribal Beat! 它可以让你表现出其独特的跳跃感!

P.22 Loud Music的新标准

P.48 全神贯注地炙热一击

去吧!



## 想要用魔幻系(Trick系)技巧来迷惑听众!

让听众惊艳的特技技巧可以展示鼓手的过人之处，本书也介绍了许许多多这样的乐句，首先还是要从一拍半乐句开始挑战吧!

P.30 特技法(TrickPlay)将小技巧活用到节奏中!

P.56 沉浸在错落前行的感觉之中吧!

去吧!



## 让左脚像右脚一样随心所欲。

如果是惯用右脚的人，很难随心所欲地操控左脚。因此，为了能灵活使用左脚，一定要进行扎实的训练，现在传授给你有效的练习方法!

P.34 通过双底鼓来打出高速的Shuffle!

P.98 利用底鼓的加速/减速，向前冲吧冲吧!

去吧!



## 想要完美学会脚部的三连踩!

快速循环打出底鼓的三连踩是演出时表现乐句激情的强大武器。希望你好好学习演奏方法，注意脚的顺序及用法。

P.50 Loud系新标准!

P.80 要打! 要打! 特别要打乐句的开头!

去吧!







## 想帅气地打出 Shuffle Beat

对于日本的鼓手而言，最不擅长的莫过于Shuffle Beat了。节奏把握很难，也不容易合上Beat。那么就先让那独特的节奏深入你的身体吧！

- P.36 通过节奏技巧叮叮当当！
- P.38 机械式的三连音练习

去吧！



## 所谓“基本功”究竟是指什么？

所谓的基本功是从美国发展起来集大成的基本鼓法。如果能自如运用，那么你的表现力就会有明显提高。

- P.90 活用Paradiddle的16 Beat
- P.110 技巧过人的Paradiddle

去吧！



## 想要自如地运用Hi-hat

爵士鼓中使用最多的便是Hi-hat，巧妙地分开使用开音镲（Open）、闭音镲（Close）、半开镲（Half Open）吧！

- P.18 “从8开始，以8结束……”？
- P.46 强化右脚！匍匐前进的节奏

去吧！

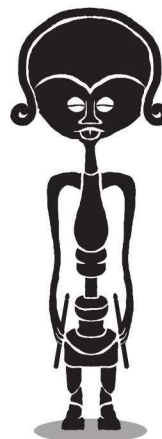


## 被人说演奏时没有起伏……

灵活使用鬼音（GhostNote）可以很好地表现出律动感，再利用Change-up表现速度感的话，乐句表情便会油然而生。

- P.20 化身为节奏的幽灵
- P.60 心情就像浅草的桑巴狂欢嘉年华

去吧！



## 还是打不出重金属（Heavy）的感觉

虽然很想说“就以这种感觉不断打下去吧！”但是通过活用镲等，能使乐句的魄力倍增，把那些速成的秘技偷偷传给你吧！

- P.68 用落地鼓打出双底鼓的风味
- P.102 用Tom咚阔咚阔，用China镲！

去吧！



## 希望自己在敲击复杂乐句时旁边人会佩服地叫出“哇！”

有这样的想法是非常重要的。本书中有许多的技巧性乐句，从你喜欢的东西开始挑战吧！尤其推荐下面两个哦！

- P.70 连击！三连踩！魔鬼底鼓
- P.118 底鼓全开！GO的必杀技特别篇！

去吧！



## 一打激烈的鼓点就觉得喘不过气来（哭）

这是在讲打鼓练习之前的问题了。先要强化基础体力，并重复练习基本功，训练自己的持久力。

- P.10 强化力度和速度吧！

去吧！



## 想记住很多 Fill-in的变奏！

本书中也介绍了许多乐句，那里面有许多令人印象深刻的Fill-in，喜欢哪个就去练习吧！

来看看所有的练习吧！



## ~前言~

首先，非常感谢各位购买本书。

笔者在撰写原稿的时候一直在想，“如果是年轻时的自己，会想买什么样的教材呢？”

本书的内容重点是摇滚爵士鼓的演奏，从某些角度来看，这种内容的选择也许是非常的极端吧。所以说，我不太清楚本教材是不是适合所有的鼓手。不过，笔者很有自信地说，对于那些“以成为摇滚鼓手为目标”的人来说，本教材是非常适合的，因为你必学的练习及其解说都收录在本书里。

本书中有许多好用的乐句是笔者习鼓十余年来在现场演奏中自己领悟到的。这些乐句，与其说是鼓手专用，不如说是乐队的所有成员或者音乐家的必须了解并练习的。希望大家以较轻松地打鼓的角度来阅读本书，让人觉得“如果能打出这样的鼓点和变奏真是太棒了”其中的意思就是说这本书是十分有益的，不仅是针对那些想要强化演奏技巧、变奏技巧的鼓手以及乐队演奏的人们，还有那些经验丰富的鼓手。笔者自身也想要全力以赴地投身于乐队演奏中，成为更加优秀的鼓手。然后，要努力成为世界级重金属摇滚界的超强鼓手之一。当然，希望各位读者也能立志成为世界顶尖的鼓手哦！

那么，请你坐到鼓前，地狱般的训练要开始了！



Chapter 1

# HELL'S WARM-UP EXERCISES

地狱热身操

正在阅读本书的你  
想拥有更快速、更激烈的鼓技吧  
但是，不可能马上就上手的！  
首先，请充分练习本章基础部分  
为您准备的训练内容有：  
从鼓手基础体力的肌肉训练法开始  
到基础的槌法与Beat练习  
最后是本书的中心训练——双踩底鼓的强化  
全力以赴练习吧！



# 强化力度和速度吧！

## 击鼓强化训练

作为Loud系的击鼓，如何让鼓技“更快、更强”是永远的课题。在此介绍一些强化训练吧！

首先是手臂的击鼓强化训练。击鼓是靠手指、手腕、手肘、和肩四个部分的动作配合完成的。只要了解每个部位的动作，并针对其进行强化的话，便会产生更强的击鼓力度，打点的力度和速度也会有所提升。同时，无论是哪一种练习，都要抱着“鼓槌的槌头会瞬间击中头部”的意识来努力练习。

### ○手指的强化（图①）

手腕、手肘和肩部保持不动，在只使用手指的情况下落槌，通过手指紧握重复练习，像抬起鼓槌一样的动作。以固定的速度重复练习30秒到1分钟，然后再改变节奏，慢慢地将速度提升继续练习。要持续练习左右手轮流模式和两手同时敲击的两种方法。将鼓槌反过来槌头朝向胳膊敲击的练习也是十分有效的。（图②）

### ○手腕的强化（图③）

手指、手肘和肩部保持不动，通过手腕的动作来击鼓。注意握牢鼓槌，不要使用手指的力量。以固定的速度重复练习30秒到1分钟，然后再改变节奏，慢慢地将速度提升继续练习。这里也是要持续练习左右手轮流模式和两手同时敲击的两种方法。

### ○手肘的强化（图④）

手指、手腕和肩部保持不动，通过手肘的动作来击鼓。一定要紧握鼓槌，手腕像是被石膏固定住的感觉那样来练习。以固定的速度重复练习30秒到1分钟，然后再改变节奏，慢慢地将速度提升继续练习。也是要持续练习左右手轮流模式和两手同时敲击的两种方法。鼓槌的握法有三种：能看到自己手背的德式握法和能看到自己拇指的法式握法以及介于这两种之间的美式握法。由于这些握法使用的肌肉部位是不一样的，建议自己先确认平时是哪种握法再进行训练。

### ○肩部强化（图⑤&⑥）

不使用手指、手腕和手肘，整个手腕到手肘的部分像一根棒子一样固定练习击鼓。因为肩的部分在敲击小军鼓、落地鼓以及镲的时候动作是不同的，所以请先确定在打击各种乐器时，肩部是怎样的动作之后再练习。

### ○使用比平时重一些的鼓槌进行练习

试着用相较于平时更重一些的鼓槌来练习本书中各种各样的练习吧！这样等你重新使用原来鼓槌的时候，会惊讶的发现原先使用的鼓槌变得很轻，于是很自然地就可以敲击的更快。还有，使用重的鼓槌的时候，平时没有意识到的部分也会变得有负荷感。让你意识到挥动鼓槌时使用到的肌肉，这一点是非常重要的。

### ●手指的强化



让鼓槌落下，注意在其弹起的瞬间用手指握住。



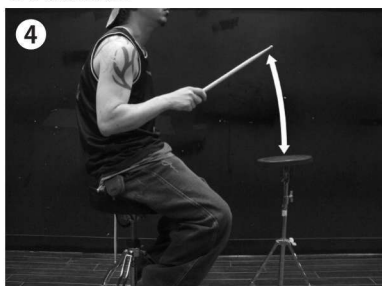
反向持鼓槌，向手臂叩击。

### ●手腕的强



通过使用手腕来重复敲击动作，不要动手指。

### ●手肘的强化



手腕像是被石膏固定住的感觉那样来练习。

### ●肩部强化



整个手腕到手肘的部分像一根棒子一样固定练习，重复敲击。



想象自己是在敲击落地鼓和镲。



## 地狱肌肉训练方法

现在来介绍一下成为Loud系鼓手的肌肉训练方法。通过这个练习可以提升基础体力，提高肌肉长时间演奏的持久力。首先是提高手的握力和臂力，双臂向前平举重复手指“握住→松开→握住（如图⑦&⑧）”的动作。单是认真做这个动作也是很辛苦的。先以十个一次为单位重复做三次吧。注意开合的速度略快一些，把握住和打开的动作做到位。

接下来是脚的训练（如图⑨&⑩）一只脚保持悬空，重复脚尖点地的动作。之后尝试着三连踩，这样有助于节奏感

### ●握力和手臂力量的强化



手臂伸直平行于地面，手指尽力张开。

### ●脚部训练



脚轻轻抬起，脚后跟不要着地。

### ●腹部肌肉



放松腰部，仰卧并且膝盖弯曲。

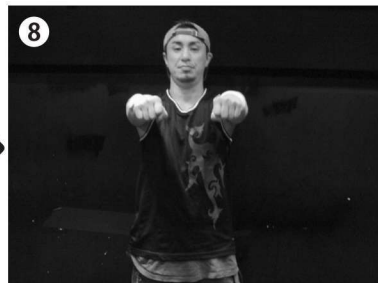
### ●背部肌肉



锻炼了腹肌当然也要锻炼背部肌肉啦。首先趴在地面。

的训练。

最后是腹部肌肉和背部肌肉的练习。在这里介绍一种如何锻炼在踩底鼓时必须要用到的下腹肌肉的训练方法。面朝上仰卧，膝盖弯曲。左手和右脚往身体内侧扭转交叉，然后是右手和左脚（如图⑪~⑬）。像这样来回交替五次，每十次算一轮。如果锻炼了腹部的肌肉，为了让肌肉有一个平衡，也必须要锻炼背部的肌肉。面朝下趴在地上，头、手、脚往上抬（如图⑭&⑮），就像被反过来固定的虾子一样（笑）。这也是每十次



手指握紧。可以慢慢来，但一定要把动作做到位。



用脚尖点地面。



右手和左脚交叉扭转。

算一轮。腹肌和背肌的训练交替进行，从每次三轮开始试着练习吧！

虽然在这里我们介绍了训练肌肉的方法，但是还有一些需要注意的地方。因为打鼓所需要的是非常柔软的肌肉，所以肌肉的训练绝对不可以过度，一定要适度。虽然说持续的练习是很重要的，但是如果训练过度，肌肉过多，反而会增加打起鼓难度。



这次换成左手和右脚。



头、手、脚向上抬起来。





## 变奏 (Change-up) 练习

变奏练习可以说是鼓槌演奏的基础练习。笔者所言的Change-up是指在同样的速度中,增加或减少敲击的音符(严格说来,是指增加了音符的数量。譬如说将所有的八分音符换成十六分音符等。相反,音符所占位置比例变大就叫做Change-down,只是一般的情况下统称Change-up)。实际上速度是没有变的,而听众会感觉速度在加快或减慢。在这里介绍一下GO流的特别乐句。“八分音符单击→八分音符双击→十六分音符单击→三连音”各两小节,共计8个小节(图3 Ex-1)。这个乐句第一轮左

右交替敲击(Full Stroke),第二轮轻击(Tap Stroke),第三轮的时候换左手开始敲击(Full Stroke),第四轮的时候则是左手开始轻击(Tap Stroke),这样就算完成了一个回合的练习。首先从♩=120的速度练习,每次速度增加为15,以♩=240为目标。每一次的节奏练习,都进行3~5回合,然后再逐渐加快速度。如果是高级技巧,用交替重复(Paradiddle)和双音交替重复(Double Paradiddle)打三连音也是很有效果的。

Ex-2是“八分音符→六连音→十六分音符→三连音”的节奏变化,是非常

实用而且很有趣的练习。笔者将这个练习熟记于心,也曾在实际的演奏中使用过。试着使用Full Stroke、轻击(Tap Stroke)、左起和变奏练习。BMP(Beats Per Minute,即速度)也是从♩=120开始练习,以♩=240为最终目标。

图3 变奏 (Change-up) 练习

Ex-1 GO流的特别乐句

第一轮: Full stroke→第二轮: 轻击 (Tap Stroke)  
第三轮: 左手起→第四轮: 左手起, 单击

※三连音用Paradiddle (RLRRLRL), 或者Double Paradiddle (RLRLRLRLRL) 的演奏方法会很有效果。

Ex-2 实用的Change-up练习

# 练习基本的Beat吧!

## 为了实战的预演练习

试着练一下这里各种各样的节奏吧!虽然都是很基本的鼓点,但为了第二章开始出现的各种超绝的乐句,要先做好准备,加固基础,希望你好好练习此处的乐句。

想要敲击摇滚节奏的话,就绝对不能轻视8Beat。以图四的Ex-1为基础首先练习8Beat的变奏吧!Ex-2是经常使用的模式。Ex-3是强起(1、3为重音拍),Ex-4是弱起(2、4为重音拍)。重音不局限于8Beat,这是十分重要的表现方法。一定要突出表现其强弱。

16Beat是通过十六分音符节奏表现出来的乐句总称。因此,抓拍子的方法视对象不同会稍有差异。本书为方便起见,将有着十六分音符感觉的基本上都用16Beat来解释。Ex-5是在Hi-hat用双手交替打出十六分音符的同时,小军鼓在2和4拍开头加入的模式。以此为基础衍生出Ex-6~Ex-8的变奏型。Ex-8中注意Hi-hat用右手单击。左右交替分句以后的16Beat会有一些差别。

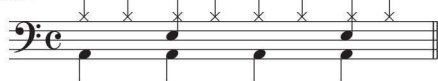
Ex-9这就是所谓的Shuffle了。由于

三连音的中间(第二个音)被去掉,音与音之间的间隔难以把握,很难打准。试试带着一种跳跃式的感觉去练习一下吧!

Ex-10是摇滚必备Double Time的8Beat(因为底鼓是用十六分音符的节奏表现的,所以也被视为16Beat)。由于八分音符节奏后半拍处加入小军鼓,所以被称为Double Time。敲击的时候注意速度。

图1 节拍练习

Ex-1  
8Beat 1

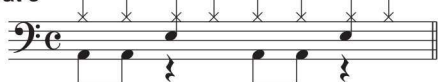


8Beat是基本节奏。  
BD是四分音符,注意HH(Hi-hat)用同等音量敲。

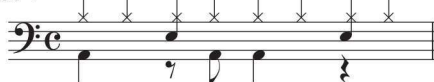
Ex-2  
8Beat 2



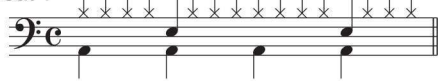
Ex-3  
8Beat 3



Ex-4  
8Beat 4

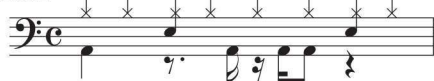


Ex-5  
16Beat 1



16Beat的标准模式。  
HH均为双手左右交替敲击。

Ex-6  
16Beat 2



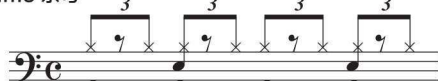
Ex-7  
16Beat 3



Ex-8  
16Beat 4



Ex-9  
Shuffle 乐句



Ex-10  
Double Time的  
8Beat





