



晨语古筝 | Chenyu Guzheng
引领少儿艺术启蒙教育

亲子学音乐

晨语古筝趣味启蒙教程

CHENYU GUZHENG FUN
ENLIGHTENMENT TUTORIAL

李君 / 编著

提弹手指 组合

Chenyu Guzheng

第三册



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

晨语古筝趣味启蒙教程

提弹手指组合

第三册

李君 编著

人民音乐出版社·北京

Chenyu Guzheng Quwei Qimeng Jiaocheng Disance

图书在版编目 (CIP) 数据

晨语古筝趣味启蒙教程. 第三册, 提弹手指组合 / 李
君编著. -- 北京: 人民音乐出版社, 2015.5
ISBN 978-7-103-04915-0

I. ①晨… II. ①李… III. ①筝-奏法-教材 IV.
① J632.32

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 072729 号

责任编辑: 刘沐粟
责任校对: 张顺军

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
北京金吉士印刷有限责任公司印刷

880 × 1230 毫米 16 开 4 印张

2015 年 5 月北京第 1 版 2015 年 5 月北京第 1 次印刷

印数: 1—8,000 册 定价: 36.00 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) 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

序 言

儿童是一个国家、一个民族的未来。一个人在儿时所接受的教育会影响他的一生。音乐是开启人类智慧宝库的一把钥匙。因此，对于一个国家、一个民族来说，音乐启蒙教育尤为重要。

《晨语古筝趣味启蒙教程》是一部针对儿童学习古筝的启蒙教材，它以图文并茂、寓教于乐的形式，强调“趣味性”来调动儿童学习的积极性，以生动形象的教学方法启发学习者的想象力和创造力。该教材借鉴了“中华筝五线谱教学体系”中的“五色筝弦”，为方便初学者的识音认弦，采用C调五音正声入门，并采用了先唱再奏，多听、多唱、多模仿等多种学习方式，使学生在循序渐进中掌握正确的弹奏方法，让学生从一开始学琴就能养成良好的习惯。

在李君编著的这套教程中，我们看到了她对儿童古筝教学的那分执著和热爱，每一个章节都凝聚了她的智慧与辛劳。这套教程具有一定的创新性，为儿童古筝基础教学提供了新的思路。相信这套教程将成为儿童古筝基础教学领域的新起点，为古筝艺术在新时期的发展起到积极地推动作用。

周 望

2015年4月

编者简介

李 君



- 秦皇岛职业技术学院艺术系古筝教师。
- “晨语古筝”趣味启蒙教学法创始人。
- 自幼习筝，先后师从尹群、孙卓、周望等筝家。2010年始，研究并创立“晨语古筝”趣味启蒙教学法。
- 任中国音乐家协会古筝学会会员，中国民族管弦乐学会古筝专业委员会会员，中国民族器乐学会理事，河北省青年联合会委员，河北省音乐家协会会员，河北省音乐家协会古筝艺术委员会常务理事、副秘书长、考级考官等。

感谢恩师

本教程“五彩弦”使用了“展望”五色弦专利。感谢中央音乐学院著名古筝演奏家、教育家周望女士对教程提供的指导，感谢中国广播民族乐团古筝演奏家周展先生对我的帮助，感谢首都师范大学王君妹老师对教程提出的建设性意见以及对我的帮助。

编者的话

晨 —— 清早太阳出来的时候，象征无限希望。

语 —— 表达展开音乐的翅膀，弹奏动人的音符。

晨语 —— 让祖国未来的花朵们，热爱、传承、弘扬中华筝历史的声音。

《晨语古筝趣味启蒙教程》是一套专为少儿编写的古筝启蒙基础教程。孩子眼中的世界丰富多彩，内心的想法天马行空，而音乐正是开启孩子天赋和创造性的钥匙。教程编写的初衷，是激发他们内心对于音乐的需求与渴望，快乐地进行音乐学习。

如何吸引孩子去主动学习集知识性、趣味性、活动性于一体的课堂，使孩子们在知识和情感方面达到双重升华，真正体验学习音乐的乐趣，是教师们永恒的话题。为此，我们做了如下些许探索和尝试：

采用五色筝弦，极大地提升了孩子对古筝琴弦的辨识和铭记速度。

引入角色扮演，以五种颜色设计来代表“宫”、“商”、“角”、“徵”、“羽”的乐音战士，赋予孩子们神圣的使命，激励孩子们为完成一个个“任务”而付出努力，引导学生相互交流、大胆创作。

注重故事启迪，在教授孩子古筝技艺的同时，教程融入了若干有趣的小故事，有效提升了孩子兴趣，拉近了孩子与教师的距离。

教程中选用的乐曲，大多是孩子熟悉的童谣，在每一首乐曲的弹奏前一课，先安排了乐曲的歌唱，让孩子们在歌唱中聆听音乐的旋律，感受乐曲所表达的内涵和情感，引发孩子歌唱的愿望，强化了情感教育。

开展游戏互动，针对孩子活泼好动的天性，设计了若干课堂游戏，调动孩子们的表现欲与探索欲，增强课堂教学的活力。同时，在教学环境方面，我们用色彩与绘图将教室布置得轻松愉快，并利用多媒体课件，为孩子们营造多元化学习氛围。

同时，本教程借鉴了周延甲、周展、周望所创“展望”五色弦C宫调五声正音弹奏的五线谱教学体系，以较易入门的简谱C调为基础调着手编写，融入大量基础乐理知识，为后期实现五线谱、简谱双谱学习能力做了铺垫。

本书是古筝基础教学研究与实践的一次全新尝试，希望可以为我们的老师和学生带来更加形象生动、科学规范的教学与学习方法。



2014年12月

浩瀚的宇宙中，有一个美丽的“乐音星球”，星球上的“五色弦长老”发现，一直幸福和谐的地球，多年来却被“噪音魔王”统治着，工厂轰隆隆的生产，森林刺啦啦的砍伐，汽车滴滴的行驶……使人们感到无比痛苦。

只有利用“仙灵古筝”弹奏出美妙的音乐，才能消灭“噪音魔王”。但是，“仙灵古筝”需要五个人的合作才能释放力量。

“五色弦长老”认真地思索着，最后决定，在“乐音星球”中挑选出五名机智、勇敢的小精灵，把他们培养成为“乐音战士”，合作弹奏“仙灵古筝”打败“噪音魔王”。

“仙灵古筝”释放出的音乐，是宇宙中最美妙的声音。召唤它，需要集齐 40 枚“晨语宝珠”并修炼出 5 名乐音战士。每完成一项“五色弦长老”布置的任务，即可获得一枚“晨语宝珠”。

亲爱的小朋友，很高兴你完成了前两册中的所有任务，出色的你已学会了很多技法，并获得了“礼”、“信”两名乐音战士称号和宝珠。继续与我们一起来弹奏“仙灵古筝”吧。

在第三册中，你将掌握更多“技法”。希望你能再接再厉，圆满完成我的任务！

继续踏上我们的“晨语筝途”……



任务表

任务一	区分“夹弹”与“提弹”，学习技法“勾”…	2
任务二	掌握技法“勾”	7
任务三	掌握技法“打”	11
任务四	技法组合“打勾”	16
任务五	掌握技法“抹”	20
任务六	技法组合“打勾抹”	24
任务七	掌握技法“托”	28
任务八	技法组合“抹托”	32
任务九	合成技法“小撮”	36
任务十	技法组合“勾托”	41
任务十一	合成技法“大撮”	45
任务十二	应用技法修炼乐音战士	50

任务表

任务一	区分“夹弹”与“提弹”，学习技法“勾”…	2
任务二	掌握技法“勾”	7
任务三	掌握技法“打”	11
任务四	技法组合“打勾”	16
任务五	掌握技法“抹”	20
任务六	技法组合“打勾抹”	24
任务七	掌握技法“托”	28
任务八	技法组合“抹托”	32
任务九	合成技法“小撮”	36
任务十	技法组合“勾托”	41
任务十一	合成技法“大撮”	45
任务十二	应用技法修炼乐音战士	50

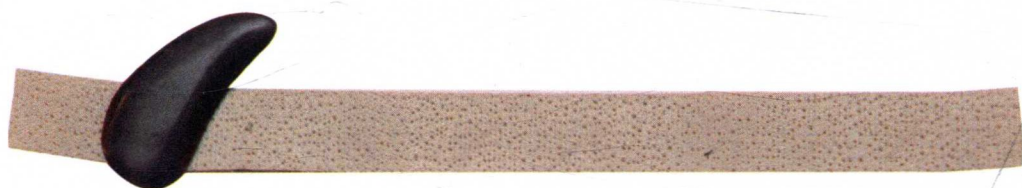
任务一：区分“夹弹”与“提弹”，学习技法“勾”

一、想一想

1. 请跟随节拍器弹奏第二册《夹弹大撮练习一》。
2. 请跟随节拍器弹奏第二册《托劈组合练习》。
3. 请跟随节拍器弹奏第二册《按音练习》。

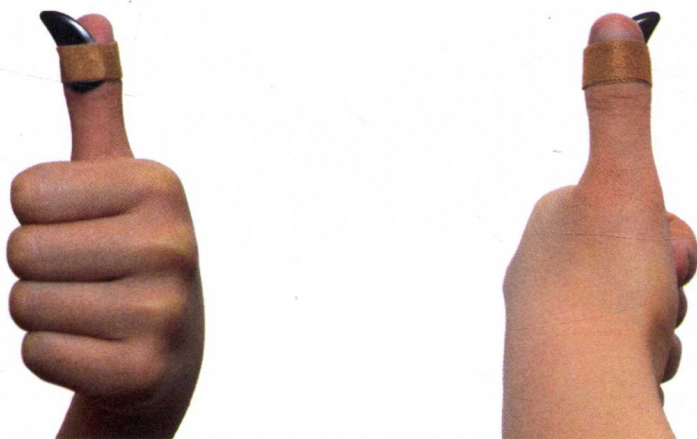
二、动手

1. 左、右手所有指甲的佩戴。

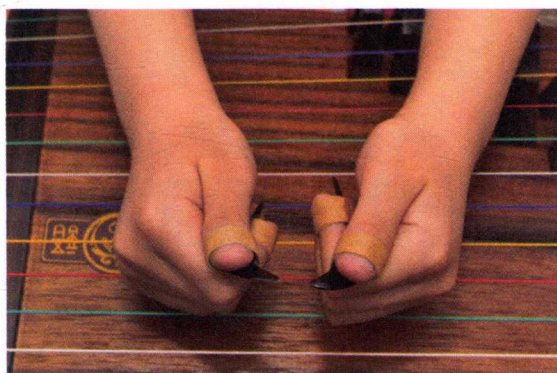


（左手大指指甲粘贴示意图）

2. 左手大指指甲粘贴。

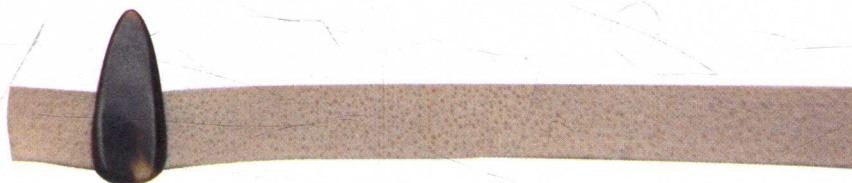


（左手大指指甲佩戴示意图）



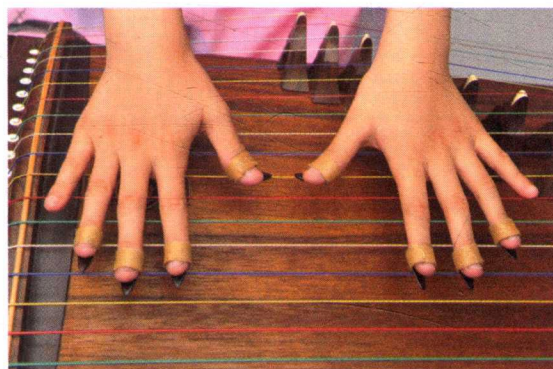
(左、右手大指指甲佩戴示意图)

3. 其余手指指甲粘贴。



(左右手食指、中指、无名指指甲粘贴示意图)

4. 左手、右手所有指甲佩戴完成。



(左、右手指甲佩戴示意图)

三、学一学

什么是提弹法？

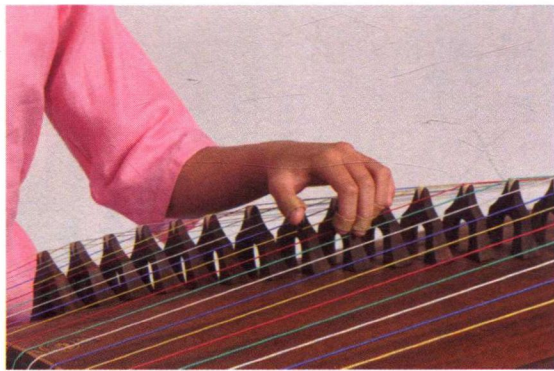
前两册我们系统学习了古筝的“夹弹法”，从这节课起，我们开始学习一种全新的弹奏方法“提弹法”。“夹弹法”通常以小指、无名指扎桩支撑，大指运用掌关节向面板方向用力弹奏。“提弹法”是悬着手弹奏的方法。弹奏时要求指、掌、腕、臂密切配合，手指向手心方向运动弹奏。“夹弹法”、“提弹法”是两种不同的触弦方式，在音色效果、运指习惯、风格特点等方面都有所差异，从而形成了我们古筝丰富多样的音色和技巧表现。小朋友们，要养成正确、科学的弹奏习惯，以便在日后的筝曲学习中灵活运用。



- 提弹勾的手形摆放
- 不需无名指、小指扎桩。中指自然弯曲，手腕保持平稳，手掌撑住，使手形稳固，大指虎口自然撑开，与中指保持近八度距离。无名指、食指自然放松下垂。



(提弹勾右手弹奏手形示意图)



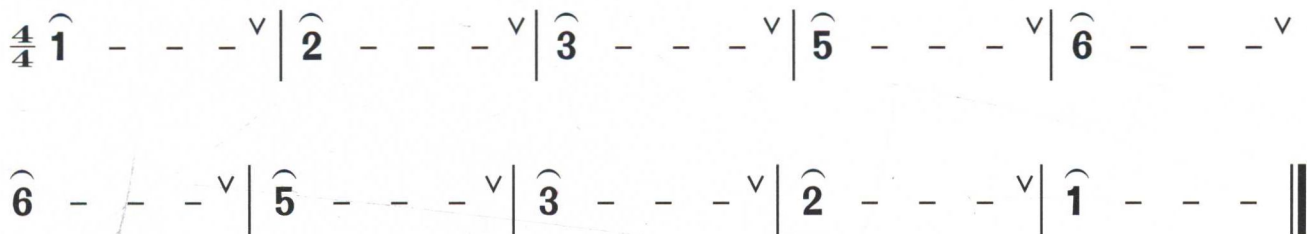
(提弹勾左手弹奏手形示意图)

四、练一练

勾指练习一

1 = C

慢速



请注意：1. 手臂随着呼吸上下运动，吸气提臂，
呼气下沉。2. 此条练习需左、右手同时掌握。

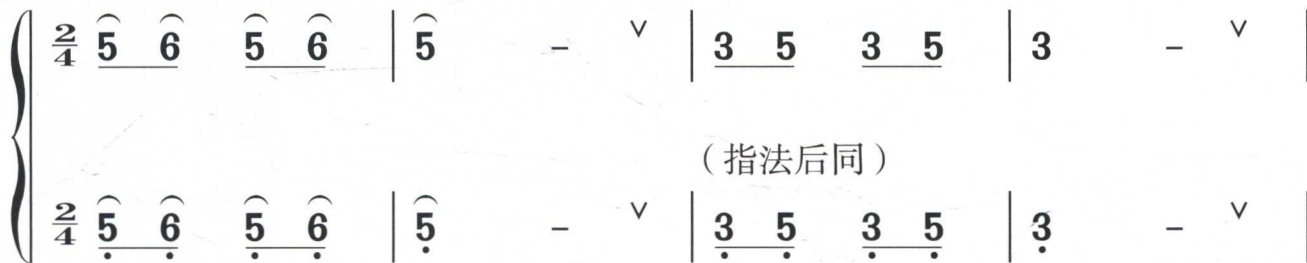


勾指练习二

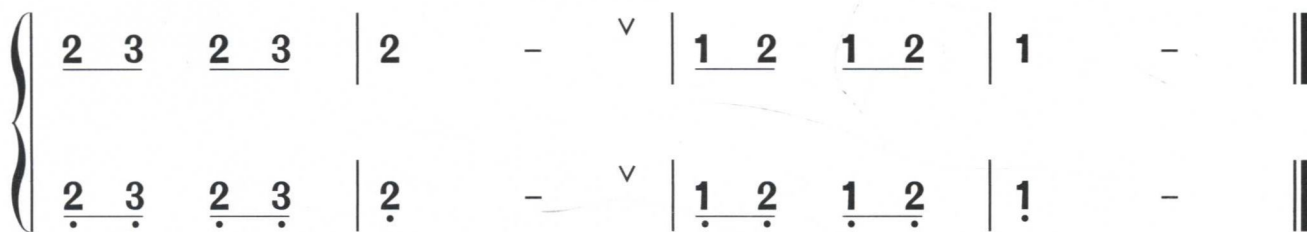
1 = C

慢速

(指法后同)



(指法后同)



五、故事汇

三顾茅庐

三国前期，刘备敬仰诸葛亮的才干，想请他出山帮助自己统一国家大业。第一次，刘备兄弟三人来到隆中，得知孔明不在失望而归。数月之后，刘备听说诸葛亮回来了，立即叫人备马，到了草屋诸葛亮还是不在，又只好回去。春天来了，刘备打算三访诸葛亮，张飞和关羽都不耐烦了。



当三人第三次来到隆中，而诸葛亮却在睡觉，刘备便耐心等待。终于等到诸葛亮醒啦，两人礼让一番，谈起国家大事。诸葛亮见刘备三顾茅庐，诚心诚意，便答应了与其共创大业。于是便成就了之后的蜀国大业。

此故事告诉小朋友，做事一定要有耐心、恒心和诚心，“天下无难事，只怕有心人”。

六、做一做

1. 请你自己熟练佩戴双手所有指甲。
2. 认真总结“夹弹法”与“提弹法”的不同。
3. 认真完成第二册每日必弹练习曲。
4. 请跟随节拍器配合呼吸弹奏《勾指练习一》，
每天左、右手各弹奏不少于 10 遍。
5. 请跟随节拍器配合呼吸弹奏《勾指练习二》，每天不少于 5 遍。



天下无难事，只怕有心人！

任务二 掌握技法“勾”

一、想一想

1. 请说出“提弹法”和“夹弹法”的区别。
2. 请跟随节拍器配合呼吸弹奏《勾指练习一》。
3. 请跟随节拍器配合呼吸弹奏《勾指练习二》。



恭喜你圆满完成第一

获得“晨语宝珠”一枚！



完成

二、学一学

(一) 我们一起来学习新的音符——附点音符

附点：“.” 位于音符右下角的小圆点，表示延长所跟音符时值的一半。

带附点的音符叫作附点音符，带附点的节奏型叫作附点节奏型。

1. 附点四分音符。

$$X. = X + \underline{X}$$

2. 附点四分音符节奏型（大附点），以四分音符为一拍时，其时值总和为两拍。

$$X. \quad \underline{X}$$



3. 附点八分音符。

$\underline{\underline{X}}. = \underline{\underline{X}} + \underline{\underline{X}}$

4. 附点八分音符节奏型（小附点），以四分音符为一拍时，其时值总和为一拍。

$\underline{\underline{X}}. \underline{\underline{X}}$

（二）拍唱节奏

请小朋友们为下面的谱例画拍，然后跟随节拍器与老师一起拍唱这几条节奏。

$\frac{2}{4}$ X X X | X X X | X. X | X - ||

$\frac{2}{4}$ X X X X X | X X X X X | X. X X X | X - ||

$\frac{2}{4}$ X X X | X. X X | X X X X. X | X - ||

X. X | X X X X X | X X X X. X | X - ||

三、欢乐弹唱

先下面的乐谱中画好拍子，然后跟随节拍器与老师一起大声划拍唱谱。

丢 手 绢

1 = C $\frac{2}{4}$

中速

(指法后同)

关 鹤 岩曲

任文利改编移植

$\overset{\sim}{5}.$ $\overset{\sim}{3}$ | $\overset{\sim}{5}.$ $\overset{\sim}{3}$ | $\overset{\sim}{5}.$ $\overset{\sim}{3}$ $\overset{\sim}{2}$ $\overset{\sim}{3}$ | $\overset{\sim}{5}$ - $\overset{\sim}{\vee}$ |
 丢 啊 丢 啊 丢 手 绢，
 5 5 3 | 6 5 | 3. 5 3 2 | 1. $\overset{\sim}{\vee}$ 2 |
 轻 轻 地 放 在 小 朋 友 的 后 面，
 3 5 | 3. 2 1 2 | 3 - $\overset{\sim}{\vee}$ | 6. 5 6 5 |
 大 家 不 要 告 诉 她， 快 点 快 点
 3 6 5 | 6. 5 6 5 | 2. $\overset{\sim}{\vee}$ 3 | 1 - ||
 抓 住 她， 快 点 快 点 抓 住 她。

你们唱得太好听了！快来动手弹一弹吧！

● 注：这首乐曲需左、右手同时掌握。

左手弹奏时，不需加颤音。

