

ERSHUYI SHIJI GAODENG YUANXIAO WUDAO JIAOCHENG



21世纪高等院校舞蹈教程

高等院校舞蹈 乐理与视唱练耳教程

GAODENG YUANXIAO WUDAO
YUELI YU SHICHANG LIANER JIAOCHENG

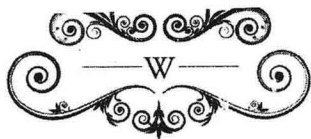
© 尹正文 / 主编



NORTHEAST NORMAL UNIVERSITY PRESS

东北师范大学出版社

WWW.NENUP.COM



21世纪高等院校舞蹈教程

ERSHIYI SHIJI GAODENG YUANXIAO WUDAO JIAOCHENG

高等院校舞蹈 乐理与视唱练耳教程

GAODENG YUANXIAO WUDAO

YUELI YU SHICHANG LIANER JIAOCHENG

◎ 尹正文 / 主编

东北师范大学出版社

长 春

《高等院校舞蹈教育系列丛书》的作者大多为多年从事舞蹈高等教育教学工作的
一线教师,由国内舞界各领域的专家担任艺术顾问和指导。教程从实际课堂教学出
发,立足于教学本身,理论联系实际,体系统一,条理清晰,步骤分明,是实施性
较强的首部高师舞蹈教育教程。

此丛书适用于全国高等舞蹈教育院校舞蹈专业或相关学科的课堂教学,以及专
业、业余团体的训练。为给教师在教学及训练中提供方便,教材在撰写上采取以舞
蹈高等教育专业所设课程为蓝本,以上课的形式按学年及学期教学任务和内容循序
渐进,由简到繁,由易到难。

图书在版编目(CIP)数据

高等院校舞蹈乐理与视唱练耳教程/尹正文主编. —长
春:东北师范大学出版社,2010.3
ISBN 978 - 7 - 5602 - 6000 - 6

I. ①高… II. ①尹… III. ①基本乐理—高等学
校—教材 ②视唱练耳—高等学校—教材 IV. ①J613
中国版本图书馆 CIP 数据核字(2010)第 037050 号

☐责任编辑:梅亦霖 ☐封面设计:张 然
☐责任校对:曲 颖 ☐责任印制:张允豪

东北师范大学出版社出版发行
长春净月经济开发区金宝街 118 号(邮政编码:130117)

电话:0431—85687213

传真:0431—85691969

网址: <http://www.nenup.com>

电子函件: sdcbbs@mail.jl.cn

东北师范大学出版社激光照排中心制版

吉林省委党校印刷厂印装

长春市前进大街 1299 号(130012)

2011 年 7 月第 1 版 2011 年 7 月第 1 次印刷

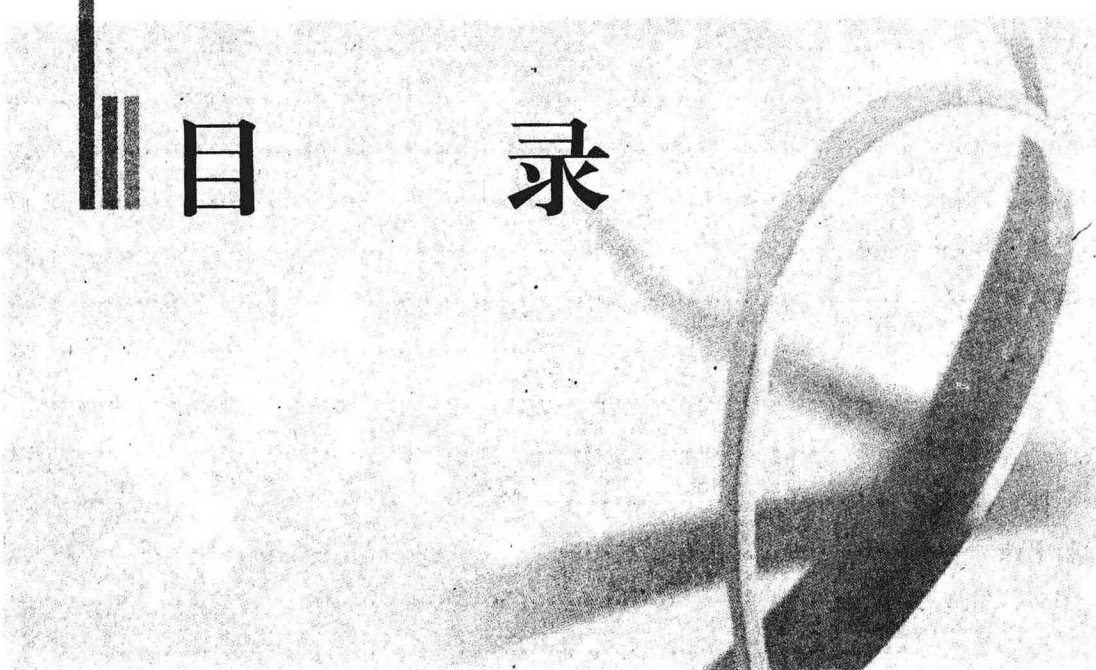
幅面尺寸:185 mm×260 mm 印张:9.75 字数:219 千

定价:24.00 元

前 言

本书为舞蹈学院学生使用的视唱与基本乐理教材。它较为系统的介绍了与舞蹈专业相关的基本乐理知识和由浅入深的节奏训练，融合了中外舞蹈音乐及舞蹈相关的器乐片段和民歌作为主要视唱内容，其目的在于使学生掌握音乐基础理论知识，提高视唱能力，并逐步积累舞蹈音乐的语汇，熟悉舞蹈音乐的节奏。

教材中难免出现缺点或错误，敬请广大读者批评及提出宝贵意见。



目 录

第一单元	1
第一课	1
一、乐理	1
二、节奏	2
三、听辨训练	2
第二课	4
一、乐理	4
二、节奏	5
三、听辨训练	5
第三课	7
一、乐理	7
二、节奏	9
三、听辨训练	9
四、视唱	11
第四课	12
一、乐理	12
二、节奏	13

三、听辨训练	13
四、视唱	14
第五课	16
一、乐理	16
二、节奏	17
三、听辨训练	17
四、视唱	18
第六课	19
一、乐理	19
二、节奏	20
三、听辨训练	21
四、视唱	23
第七课	24
一、乐理	24
二、节奏	25
三、听辨训练	25
四、视唱	27
第八课	28
一、乐理	28
二、节奏	29
三、听辨训练	30
四、视唱	31
第九课	32
一、乐理	32
二、节奏	33
三、听辨训练	34
四、视唱	35
第十课	36
一、乐理	36
二、节奏	37
三、听辨训练	38
四、视唱	39
第十一课	40

一、乐理	40
二、节奏	41
三、听辨训练	42
四、视唱	42
第十二课	43
一、乐理	43
二、节奏	45
三、听辨训练	47
四、视唱	47
第十三课	49
一、乐理	49
二、节奏	49
三、听辨训练	50
四、视唱	51
第十四课	52
一、乐理	52
二、节奏	52
三、听辨训练	53
四、视唱	54
第十五课	55
一、乐理	55
二、节奏	55
三、听辨训练	56
四、视唱	57
第十六课	58
一、乐理	58
二、节奏	58
三、听辨训练	58
四、视唱	58
第二单元	61
第十七课	61
一、乐理	61
二、节奏	62

三、听辨训练	63
四、视唱	64
第十八课	66
一、乐理	66
二、节奏	66
三、听辨训练	67
四、视唱	68
第十九课	70
一、乐理	70
二、节奏	71
三、听辨训练	71
四、视唱	72
第二十课	75
一、乐理	75
二、节奏	77
三、听辨训练	77
四、视唱	78
第二十一课	81
一、乐理	81
二、节奏	81
三、听辨训练	82
四、视唱	83
第二十二课	86
一、乐理	86
二、节奏	88
三、听辨训练	88
四、视唱	89
第二十三课	91
一、乐理	91
二、节奏	92
二、听辨训练	92
三、视唱	93
第二十四课	96

一、乐理	96
二、节奏	97
三、听辨训练	97
四、视唱	98
第二十五课	100
一、乐理	100
二、节奏	101
三、听辨训练	101
四、视唱	102
第二十六课	105
一、乐理	105
二、节奏	106
三、听辨训练	107
四、视唱	107
第二十七课	110
一、乐理	110
二、节奏	111
三、听辨训练	111
四、视唱	112
第二十八课	116
一、乐理	116
二、节奏	117
三、听辨训练	117
四、视唱	119
第二十九课	122
一、乐理	122
二、节奏	122
三、听辨训练	123
四、视唱	124
第三十课	127
一、乐理	127
二、节奏	127
三、听辨训练	128

四、视唱	130
第三十一课	132
一、乐理	132
二、节奏	133
三、听辨训练	133
四、视唱	135
第三十二课	138
一、乐理	138
二、节奏	140
三、听辨训练	141
四、视唱	142

第一单元

第一课

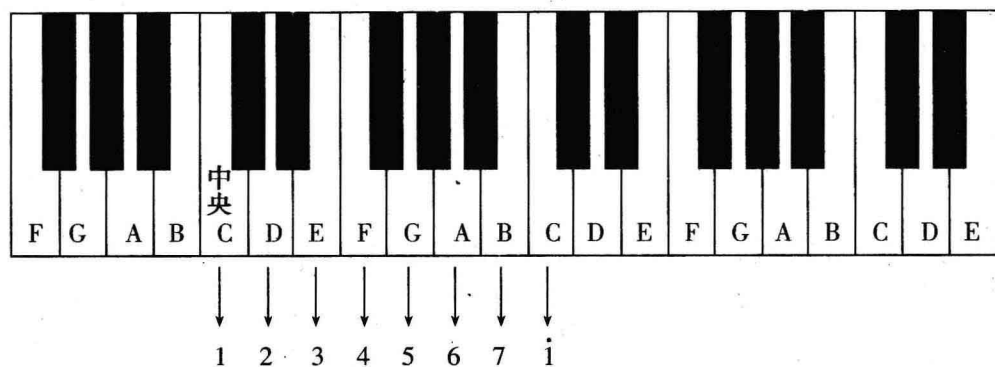
一、乐理

音、音名与唱名

音乐是由音构成的。音是由物体振动而产生的。音的物理属性作用于人耳，我们便听到了音。音有四种性质：高低、长短、强弱和音色。

将有固定音高的乐音，按音的高低顺序排列起来就组成了音列。钢琴键盘就是有 88 个音组成的音列。

在大小调乐制中，以 C、D、E、F、G、A、B 七个字母命名的音，叫基本音级。与这种音名相对应的还有一种唱谱中常用的名称：do、re、mi、fa、sol、la、si，叫唱名。



音名: C	D	E	F	G	A	B	C
唱名: do	re	mi	fa	sol	la	si	do
简谱: 1	2	3	4	5	6	7	i



二、节奏

节奏、节拍概念

音符与休止符在时值上有组织的序列称节奏。在五线谱上，音的长短是用不同时值的音符来体现的，音的时值叫音值。

有重音与无重音同样的时间片段的循环重复，叫做节拍。在音乐中，节拍与节奏总是交织在一起同时存在的。

音高关系不变，节奏与节拍可作无穷尽的变化，音乐形象则随之而有所差异。音高关系的体现离不开节奏，节奏却可以脱开音高关系而单独存在。脱开音高观念的，具有特定表情意义的，某节奏单元的多次重复称节奏型。

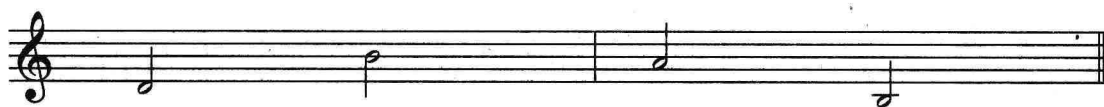
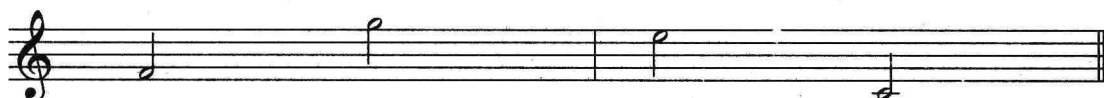
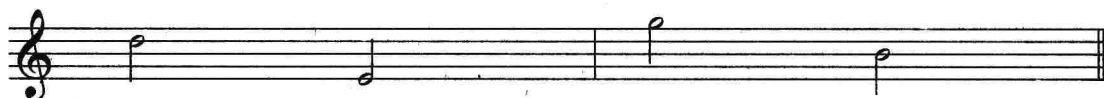
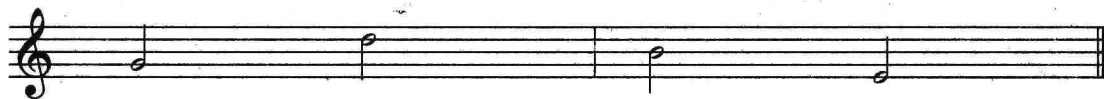
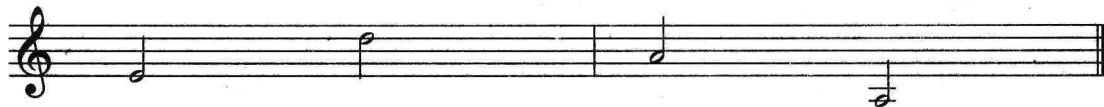
三、听辨训练

1. 听音乐击拍

击拍动作是用右手指尖轻击桌面，一下一上为一拍。

跟随钢琴，用中速、慢速、快速三种速度练习击拍和念拍。

2. 弹奏钢琴，分辨音的高低

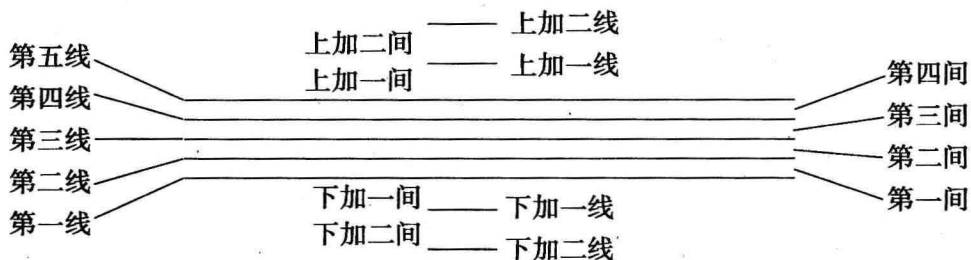


第二课

一、乐理

1. 五线谱、谱号

五线谱是用平行的五条线及其相应的符号来记录音乐的记谱形式，五条线和线之间的四个间都是从下而上依次命名的。为了记录更高或者更低的音高，可在五条线的上方或下方再加短线，称为加线和加间。



2. 小节、小节线、复纵线、终止线

(1) 小节。在谱表中，两条相邻竖线之间的部分称为小节，小节中的第一拍通常是重音。

(2) 小节线。在谱表中，划分小节的竖线叫做小节线。

(3) 复纵线。在乐曲中用以划分段落的、由两条细竖线构成的线叫做复纵线。

(4) 终止线。记在乐曲结束处，表示全曲终止的一细一粗的两条平行竖线叫做终止线。



二、节奏

音符的时值以单位拍来衡量。以固定音值代表节拍单位，称单位拍。将单位拍按照一定的强弱律动规律组织起来，称拍子。带重音的单位拍叫做强拍或次强拍，不带重音的单位拍叫做弱拍。

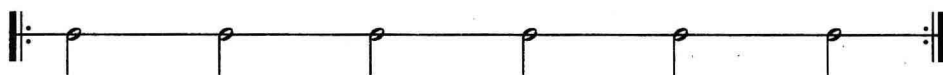
击拍练习：强拍“\ /”用手指平击，弱拍“\ /”用手指尖点击



击拍： V V V V V V V V V V

口读： da da da da da da da da da da

一音二拍练习：



击拍： V V V V V V V V V V V V

口读： da-a da-a da-a da-a da-a da-a

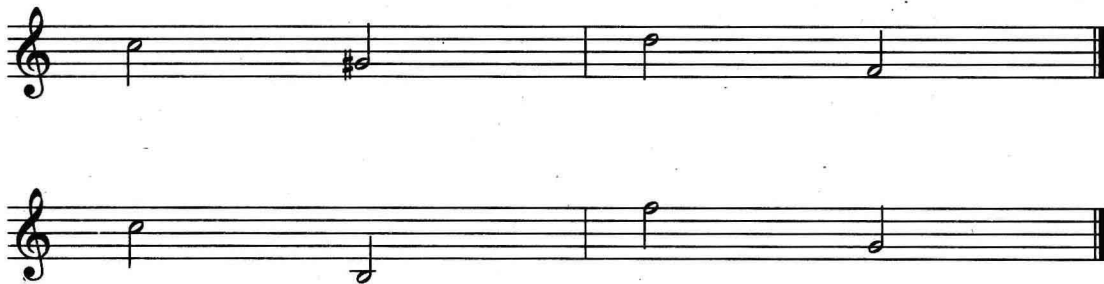
三、听辨训练

1. 听音乐击拍

击拍动作是用右手指尖轻击桌面，一下一上为一拍。

跟随钢琴，用中速、慢速、快速三种速度练习击拍和念拍。

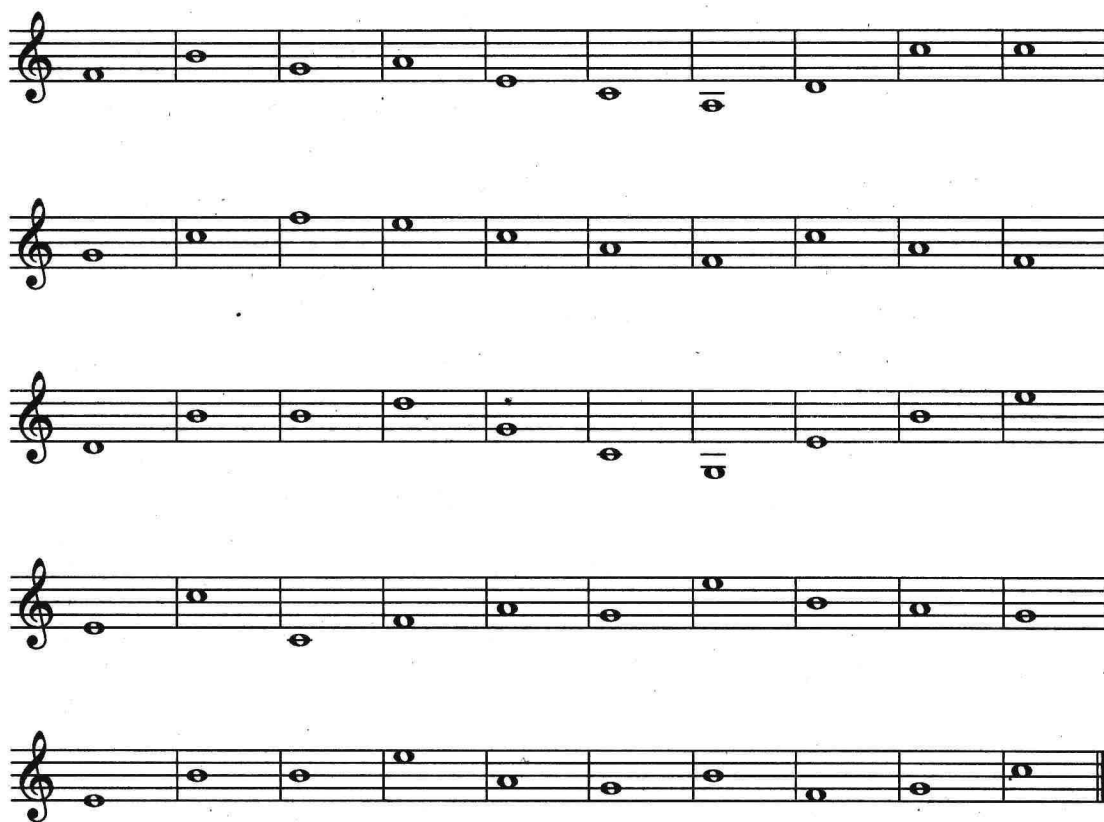
2. 分辨音的高低





3. 弹奏钢琴，模唱单音

教师在钢琴上弹标准音，带领学生练唱，让学生掌握音的绝对音高，学生用“啦”模唱。



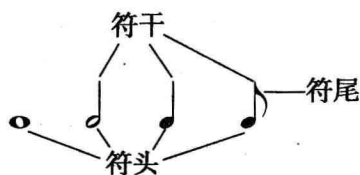
第三课

一、乐理

1. 音符

音的长短是用不同时值的音符来体现的，音的时值叫音值。

音符分为符头、符干和符尾。常用的音符有全音符、二分音符、四分音符、八分音符、十六分音符、三十二分音符等。

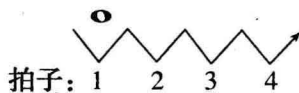


2. 全音符

全音符是由一个空心符头组成。



全音符的时值为四拍，也就是它要连贯地唱奏四拍，抬起右手划四个上下均等的对号“√”。



3. 二分音符

二分音符是由空心符头和符干两部分组成，它比全音符多了一条符干。