

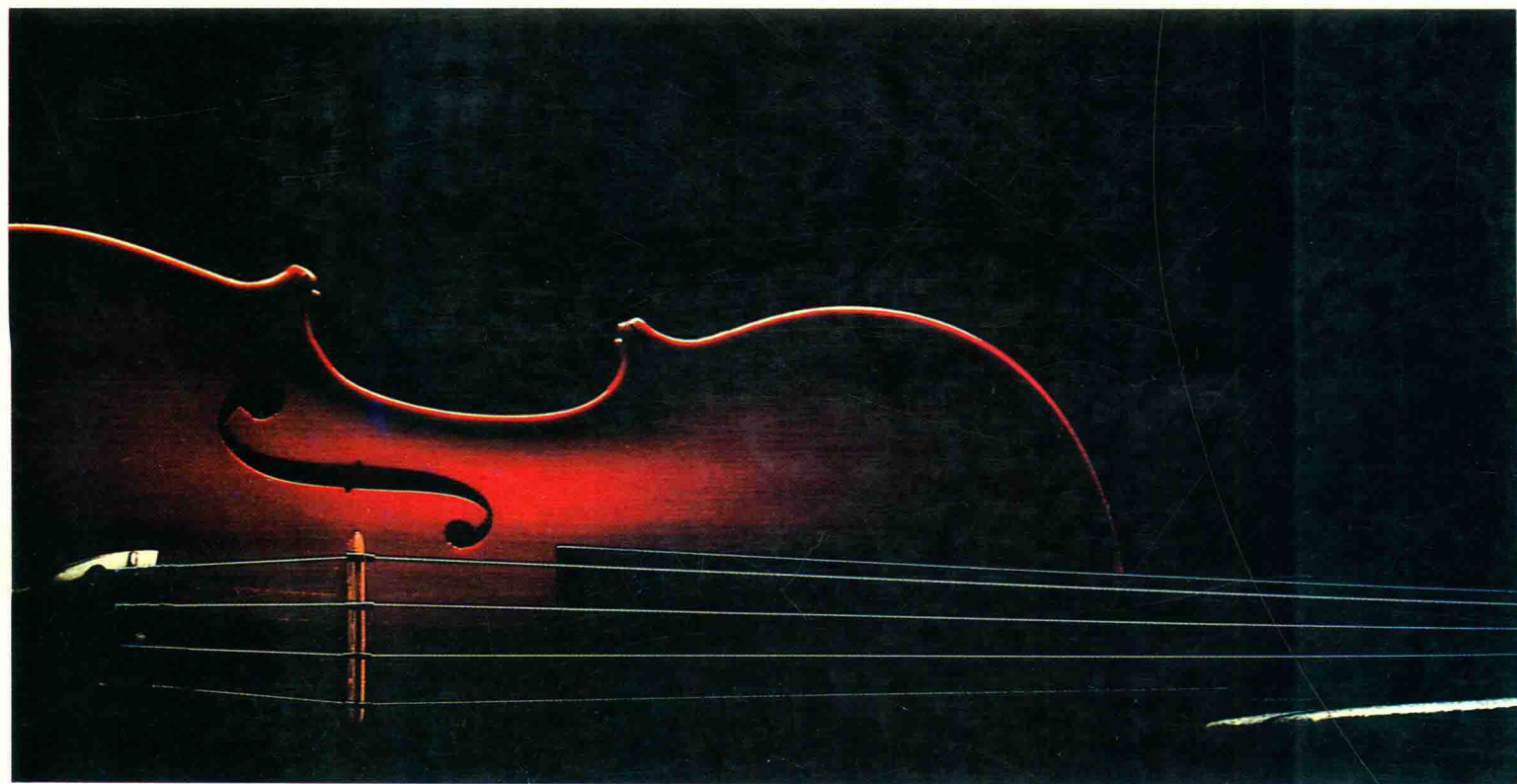
琴教材精选系列

初学小提琴

100天

Violin Instruction Series

Compiled by Zhang Shi—Xiang



张世祥编著
上海音乐出版社

**THE
BEGINNERS'
100 DAYS**

初学小提琴 100 天

(小提琴教材精选系列之一)

张世祥编著

上海音乐出版社

(沪)新登字105号

责任编辑：萧 黄
封面设计：于文盛

初学小提琴 100 天

上海音乐学院张世祥编著

上海音乐出版社出版、发行

(上海绍兴路74号)

新华书店经销 上海市印刷七厂印刷

开本 640×935 1/8·印张13.5 曲谱104面

1992年6月第1版 1992年6月第1次印刷

印数 1—9,000册

书号 ISBN 7-80553-399-7/J·343 定价7.65元

獻給未來的小提琴家們：



張世祥

目 录

前言：对教师和家长讲几句话·····	张世祥(1)
第一部分：右手的准备练习·····	(5)
第二部分：左手的准备练习·····	(14)
第三部分：八十八首简易练习曲·····	(18)
连弓的基本练习·····	(21)
音程的练习·····	(24)
不同弓速的练习·····	(25)
学习一拍拉两个音符·····	(27)
学习顿弓·····	(30)
学习一拍半加半拍的节奏·····	(31)
在空弦上用中弓练习这些节奏·····	(31)
学习一拍四个音·····	(32)
用弓在空弦上练习三连音的节奏音型·····	(34)
长音符和短音符的结合·····	(36)
在两根相邻的琴弦上连续换弦·····	(37)
在空弦上的换弦练习·····	(46)
颤音的准备练习·····	(50)
第四部分：双音的基本练习·····	(52)
第五部分：左手的手指练习·····	(54)
手指在指板上前后滑动的练习·····	(56)
手指在不同琴弦之间的横向移动·····	(57)
第六部分：音阶和琶音练习·····	(59)
第七部分：五十五首简易乐曲·····	(64)
第八部分：两首简易协奏曲·····	(97)
1. 小协奏曲(作品 11 号)·····	费迪南·库席勒(97)
2. 小协奏曲(作品 35 号)·····	扬什诺夫(101)

前言：对教师和家长讲几句话

在我国，儿童学习小提琴的人数越来越多起来了，因此，编著一本适合儿童学习小提琴的教材是很有必要的。这样的教材，在我看来至少需要具备下面几个特点：

1. 教材的内容应当力求旋律化，以引起孩子们的学习兴趣。

2. 内容安排要科学、合理，并力求全面，这样才能为孩子今后的发展打下坚实的基础。

3. 孩子们学习的耐力有限，因此每条教材的任务应当很简单，使他们很快就能学会。

4. 孩子们的注意力不可能持久，因此教材的长度不能过长。

根据多年的教学经验，以及上述的这些原则，我编著了这本教材，它共分为下面八个部分：

- | | |
|---------------|--------------|
| 1. 右手的准备练习。 | 5. 左手的手指练习。 |
| 2. 左手的准备练习。 | 6. 音阶和琶音练习。 |
| 3. 八十八首简易练习曲。 | 7. 五十五首简易乐曲。 |
| 4. 双音的基本练习。 | 8. 两首简易协奏曲。 |

虽然我将这本教材定名为《初学小提琴 100 天》，但这决不意味着我们应当在一百天内把它学完。所谓初学一百天，就是告诉我们在初学小提琴阶段，所需要做到的一些最基本的要求，而这些要求是今后整个学习的基础，因此它的重要性是无论怎样强调也不会过分的。要知道，多花一点时间，把初学阶段的这些最基本的内容牢牢地掌握好，将为今后的学习带来巨大的好处。

孩子们是不会自己练琴的，因此需要有人辅导他们的日常练习。但不是所有的家长都能够找到一位合适的辅导员，或自己能够担当这一任务。根据我的实践经验，对绝大多数的孩子们来说，如果给他们一个录音带，让他们跟着录音带学习的话，就可以避免在学习过程中所出现的许多错误，并能大大地提高他们的学习进度和兴趣。因此，我为这本教材比较详细地录制了学习录音带。这个录音带不仅有带领儿童练习的小提琴声部，还有乐曲的钢琴伴奏声部，以便使儿童可以跟着录音机中播放的钢琴伴奏，独自演奏这五十首动听的乐曲和两首协奏曲。

考虑到大量初学儿童的实际学习情况，我们把这些练习曲和基本练习用比较慢

的速度进行演奏，以便使儿童能跟着录音带反复进行练习，从而使他们能掌握比较好的音准、节奏和发音的标准。当孩子跟着录音带能把一条练习曲或者一首乐曲演奏好以后，他们也可以试着使用稍微快一点的速度单独进行演奏。

为了让孩子能正确有效地跟着录音带进行练习，我们在录制这本教材时，采取了下面三个措施：

1. 为了能让孩子以正确的音高跟着录音带演奏，每合磁带的开头都录制了标准音及小提琴四根弦的音高。学生每次练习之前，都应跟着录音带所播放的音高，调好自己小提琴的音高。

2. 为了让孩子在演奏之前，先在心中建立起正确的速度和节拍，所以在每条练习曲或者乐曲开始之前，都按所规定的节拍和速度先数一小节空拍，然后才开始演奏。

3. 为了便于寻找演奏的内容，在每条教材前，录音带中报出了乐谱上的页数和编号。

我们衷心地希望这套录音带能起到课后辅导员的作用，用一位家长的话说：“有了这套录音带，好象老师每天都在我的身旁给我的孩子上课一样！”

尽管在编选和录制这套儿童小提琴教材的过程中我尽了最大的努力，但我仍然感到这本教材和它的录音是不能代替有经验教师的亲自指导。因此，尽可能找一位有经验的教师指导你的孩子学习小提琴是绝对有必要的。

在我近四十年的小提琴教学中，我遵守这样一条原则：一切从声音出发，一切为了声音。具体来讲，每当我听到学生拉到弓尖时，如果声音变轻了，我就要研究为什么会变轻，也许是因为他的运弓不直，到弓尖时运弓的方向往里了（也就是靠近演奏者的身体了），于是我就要求他演奏到弓尖时，运弓的方向要向外。这样运弓直了，弓子也就不往指板上滑了，声音也就不变轻了。这就是我所谓的一切从声音出发，一切为了声音的含意。有时有些学生运弓不直，可他的发音点却是稳定的，不滑向指板。对这样的学生，我基本上就不去改动他的运弓方法。有时有些学生你提醒他，他就拉直了，可稍一不注意，他的弓子又往后扯了。这时我就要研究他为什么不能养成正确的习惯：也许是因为他的上臂是屏住的，也就是肩关节没有放松，至于为什么会屏住，可能是右手过分用力压弦，也可能是握弓太紧造成的。于是我告诉学生不要用力压弦，握弓一定要放松，并让学生每天定时定量地坚持练习手肘从肩关节开始的起落动作，使肩部放松。这样学生运弓不直的问题就可以解决了，弓拉直了，弓尖声音发虚的缺点也就纠正过来了。

总之，我喜欢从具体的每位学生演奏出来的不同声音出发，制定教学方案。切忌从自己的演奏习惯出发，让学生按照自己的演奏动作去演奏。记得在我做学生的时候，我曾为此非常苦恼过，因为第一位教师花了一年的时间把我的手臂改高，第二位教师又花了一年的时候把它改低，而第三位教师又要求我改高，我心里想“换一

个教师就要改一次方法，改到哪一天为止！”我现在公开对我的学生讲：“如果我要求你做的事，对你的声音没有改进的话，请你不要去做！”

我们要从小就培养孩子“想清楚了再拉”这样一个非常重要的好习惯。教师和家长能代替孩子做一切，但就是无法代替孩子思考，而思考正是取得进步的关键。孩子的进步不仅取决于练琴时间的长短，更重要的是取决于练琴的质量。漫不经心的练琴，不仅不会带来进步，而且会养成一大堆坏习惯。可见培养孩子专心练琴的习惯是多么的重要，而要做到这一点，比只是使用简单粗暴地打骂孩子的办法要复杂多了！对孩子所取得的微小成绩加以鼓励是非常可取的，这是引导他们前进的好办法。然而以满足孩子的物质要求来刺激孩子练琴，所谓“拉得好有糖吃！”只会引导孩子背离音乐，而更被物质所吸引，其结果是适得其反，此法不可取。因为只有美好的音乐本身是吸引我们刻苦工作的唯一动力！

最后我还要讲几句，在小孩子学琴的过程中，家长们往往会遇到这样的问题“我的孩子要用多大的琴？什么时候可以换大一点的琴？”我们不能根据孩子的年龄来选择琴的大小，因为同样年龄的孩子，他们的身材有很大的差异。解决这个问题的最简单的办法是让孩子把琴靠在他的脖子上，然后把左手伸直，如果琴头落在他的手心中间，这样琴的大小就是合适的。如果琴头落在他的手指上，琴就太大了。相反，如果琴头落在手腕上，就太小了。家长应当根据这样的原则给孩子选择一把合适的琴。教师们也要经常用这个标准检查一下孩子的琴，看看是否孩子已经长高了，应该换大一点的琴了。

我的这些想法是否正确，希望能通过你们的实践得到证实。

谢谢您的支持！

上海音乐学院 张世祥

1991年5月。

目 录

前言：对教师和家长讲几句话·····	张世祥(1)
第一部分：右手的准备练习·····	(5)
第二部分：左手的准备练习·····	(14)
第三部分：八十八首简易练习曲·····	(18)
连弓的基本练习·····	(21)
音程的练习·····	(24)
不同弓速的练习·····	(25)
学习一拍拉两个音符·····	(27)
学习顿弓·····	(30)
学习一拍半加半拍的节奏·····	(31)
在空弦上用中弓练习这些节奏·····	(31)
学习一拍四个音·····	(32)
用弓在空弦上练习三连音的节奏音型·····	(34)
长音符和短音符的结合·····	(36)
在两根相邻的琴弦上连续换弦·····	(37)
在空弦上的换弦练习·····	(46)
颤音的准备练习·····	(50)
第四部分：双音的基本练习·····	(52)
第五部分：左手的手指练习·····	(54)
手指在指板上前后滑动的练习·····	(56)
手指在不同琴弦之间的横向移动·····	(57)
第六部分：音阶和琶音练习·····	(59)
第七部分：五十五首简易乐曲·····	(64)
第八部分：两首简易协奏曲·····	(97)
1. 小协奏曲(作品 11 号)·····	费迪南·库席勒(97)
2. 小协奏曲(作品 35 号)·····	扬什诺夫(101)

第一部分：右手的准备练习

学生可以同时开始练习第一和第二部分，也就是同时分别单独地练习左右手，而不是先学习好第一部分，再学习第二部分。至于何时开始其它部分的学习，我们在这本书的适当地方都有提示。

第一部分主要的任务是训练均匀的运弓速度。要求演奏时始终保持弓与琴马平行，并能用全弓拉出丰满的声音。

中弓，也就是弓子的中段，是最容易演奏的部位，故应先从这个部位开始练习，然后逐渐扩展到全弓。一开始就让孩子拉全弓往往不太容易取得好的效果。

有的学生往往持琴过低，琴头过分偏左，运弓至弓尖时弓子与琴马不平行，这些都是初学者所应避免的缺点。

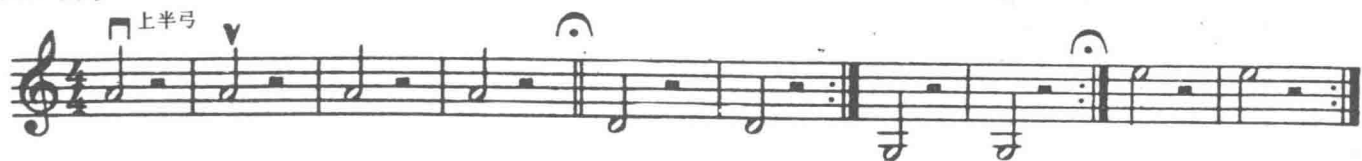
注意演奏四根不同的琴弦时，右手臂的高度是不一样的。在演奏A弦和D弦时，右手臂的高度较适中，故应从这两根弦开始学习。

在运弓中，手背、手腕和前臂应当成为一条直线。但有的学生在演奏弓根时，手腕过分向上拱起，这也是常见的缺点。

1. 先把弓的中部放在弦上，然后再开始拉。最好先以大约每分钟等于80拍的速度，数四拍后再开始拉，也就是先在心里建立起节拍后，然后再拉，这是个必要的好习惯。



2. 学习拉两拍停两拍，这时也要加长运弓的长度。要注意弓子始终要和琴马平行运行。



3. 四根弦上的全弓练习。要始终记住：演奏不同的琴弦右手臂要有不同的高度；在中弓时手背、手腕和手臂成一条直线；弓子始终要与琴马平行运行。



4. 在弓中，弓尖和弓根处分别练习运弓。



5. 在中弓处演奏。换弓是连续的，但要松弛。有的学生往往在换弓前加快了弓速，也就是突然抽动，这是常见的缺点。注意在演奏不同的琴弦时右手臂的不同高度。



6. 上面一行是学生演奏的，下面一行是教师或另一把小提琴演奏的声部。

中弓

7. 学习一弓拉两拍，用全弓演奏除了要注意我们在第3课中所提的三项要求外，还要注意换弓不要抽动。



8. 一首小的两重奏。



9. 在四根弦上练习全弓，换弓时不停顿，每弓拉四拍。要训练孩子能均匀地数四拍，即每拍的时值一样长。弓速也要均匀，每拍用弓子的四分之一来演奏。有时在弓杆上做个运弓部位的记号，对训练孩子也是个可取的办法。



10. 在教师伴奏下演奏的全弓练习。



11. 学习分弓换弦：先用中弓演奏，然后再扩展运弓的长度；换弦动作要求从容，而且是使用肩关节的动作，把整个右手臂从容地移到新的琴弦上去。演奏第1小节第三拍时，整个手臂就要向A弦移动，也就是整个手臂低下来，在演奏第四拍的休止符时，弓毛已停在A弦上做好了准备。这一点非常重要，可以有效地防止换弦的突然动作。



12. 一首小的两重奏。注意一小节三拍时，第一拍稍响一点，运弓的长度也要稍长一点。



13. 练习使用全弓，在D、A二根弦的分弓换弦。记住从第一个音符开始就要想到整个手臂的移动，在演奏完这一弓时，弓毛已停在新弦上，做好演奏A弦的准备了。这样就能防止在演奏这首练习曲的后一半时，由于换弦之前没有休止符，所以极易产生突然的换弦的动作。





19. 训练连弓换弦。我们在分弓换弦练习中所讲的换弦的动作要从容；换弦要使用整个手臂的动作；以及从容的换弦动作是从换弦前面的那个音符上开始的这些原则，也都适此处的连弓换弦的技巧。

第一行给你列出了练习换弦的三个准备练习。

第一个：在一根弦上进行的弓速均匀的练习

第二个：有休止符的换弦动作

第三个：没有休止符的连弓换弦练习

在 19 课正式换弦的练习中，都使用全弓演奏。



20—23：结合不同的节奏练习分弓换弦。



24—27：将三连音的运弓(也就是运弓中的长短短)，结合到换弦中去。

28—31：跳弦的练习。演奏跳弦的原则和我们前面讲的演奏分弓换弦的原则是一样的，只是动作幅度更大。特别要注意跳弦时，右手臂是放松的，否则就容易把间隔的空弦的声音给拉出来了。

第 32 至 35 首练习曲是练习用不同的运弓长度来演奏同样时值的音符，换句话说也就是练习不同的运弓速度。

32. 这首练习曲有两种练习方法:

1. 乐谱上方的演奏方式: 先把弓放在弓尖处, 用上半弓演奏第 1、2 小节, 然后再用全弓演奏第 3、4 小节, 用上半弓演奏第 5、6 小节, 然后用全弓演奏第 7、8 小节。

2. 乐谱下方演奏方式: 先把弓根放在弦上, 以下半弓演奏第 1、2 小节, 再以全弓演奏第 3、4 小节, 以下半弓演奏 5、6 小节, 以全弓演奏 7、8 小节。



33. 前面 4 个小节的四分音符分别用上半弓和下半弓演奏(用上半弓时第一个音符从上弓开始, 用下半弓时第一个音符从下弓开始), 后四个小节的四分音符用全弓演奏。



34. 练习方法同第 33 首练习曲。为了能使半弓和全弓发出来的音量相等, 演奏全弓时弓毛与琴弦的接触点, 即发音点可稍移向指板, 手臂的重量也要适当减轻一点。



35. 前面三个小节是按比例运弓, 也就是长音符运弓要长, 短音符运弓要短。为了不使第 4 小节的发音过于虚弱, 发音点应移向琴马, 用我常说的一句话就是“慢速运弓时, 发音点要靠近琴马!”



36. 一首用空弦伴奏的两重奏。



37. 我喜欢让学生用全弓练习这首练习曲。学生应当准确地知道全弓拉一拍，二拍和三拍时弓子应当走得有多快。特别一定要把长音符的时值拉足。但往往在演奏长音符时，学生的拍子打得快起来了，这是需要克服的缺点。



38. 在演奏双弦时特别要注意运弓的平面。也就是训练右手臂的不同高度。先用中弓演奏第一小节，手背、手腕和前臂是在一个平面上。然后整个手臂从肩关节处稍微抬高一点(注意不是肩关节本身的耸起来)，就可以演奏D弦和A弦这个双音的平面了。上臂保持不动没有跟前臂一起抬起来是最常见的、应当防止的缺点。



39. 先用中弓演奏 39 首练习，然后再按照谱例所列出的三种方式练习，也就是分别用上半弓、下半弓和全弓练习双音运弓平面。



40. 学习 A 弦和 E 弦这个运弓平面，这时整个右手臂要更靠近演奏者的身体，但手背、手腕和前臂仍然应当成为一条直线。也要分别用上半弓、下半弓和全弓练习这首练习曲。