



配DVD1张

【第2版】

从零起步学音乐入门丛书
CONG LING QI BU XUE YIN YUE RU MEN CONG SHU

从零起步[®]

学

二胡

轻松入门

孟宪德 编著



上海音乐学院出版社



从零学音乐入门丛书
CONG LING XUE YIN YUE RU MEN CONG SHU

【第2版】

从零起步[®]

CONG LING QI BU
XUE ER HU

学二胡

轻松入门

孟宪德 编著



图书在版编目 (CIP) 数据

从零起步学二胡 / 孟宪德编著. -- 2版. -- 上海 :
上海音乐学院出版社, 2015.1
ISBN 978-7-80692-999-5

I. ①从… II. ①孟… III. ①二胡—奏法
IV. ①J632.21

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 285910 号

书 名: 从零起步学二胡
作 者: 孟宪德
责任编辑: 陈 欣
封面设计: 王月裕
出版发行: 上海音乐学院出版社
地 址: 上海市汾阳路 20 号
印 刷: 北京柯蓝博泰印务有限公司
开 本: 850×1168 1/16
印 张: 7.5
字 数: 谱文 110 面
版 次: 2015 年 1 月第 2 版 2015 年 1 月第 1 次印刷
书 号: ISBN 978-7-80692-999-5/J. 975
定 价: 36.00 元 (含 DVD)

更多关于音乐图书、教材、乐谱、视频等相关信息请登陆以下官网:



bjrdgjh.1688.com



ruidongts.tmall.com



ruidong.jd.com

购买本社图书请登陆: 中国音乐学网站 <http://www.musicology.cn>



作者简介



孟宪德：中国音乐家协会会员、中国民族管弦乐学会会员、中华全国总工会文工团民乐首席。他曾代表中国文化部艺术团、中国文联艺术团、中国民族之光艺术团、全总艺术团等出访欧亚非及港澳台许多国家和地区，并多次应邀为国外音乐制作公司录制中国民乐唱片中的独奏。其中包括：《吹箫引凤》（法国）、《中国风情》（意大利）、《梦·峡谷》（香港）等。北京音像公司及中国唱片深圳公司分别制作发行了他的三张个人独奏专辑《中国胡琴》、《平川怀》和《传统与现代》。

他不但善长演奏二胡、板胡、高胡、京胡等多种胡琴，还具有丰富的教学经验、为民族音乐的普及做了大量工作。曾出版《二胡演奏入门与提高》、《二胡基础教程》、《经典二胡名曲200首》、《二胡独奏名曲精选》等多部民族弓弦乐教程及DVD教学片。他所教授的学生曾在全国各类比赛中获得一等奖，他也因此多次获得优秀园丁奖和最佳老师奖。

前 言

近年来,随着人民生活水平和文化素质的普遍提高,全国各地掀起了学习民族器乐的热潮;为此,我先后创作出版了几部关于二胡及民族弓弦乐方面的教程,收到了很好的社会效益,读者普遍反映良好,提出了很多建设性的意见,在此我表示衷心的感谢。

我一直有一个心愿,就是想为学习二胡的爱好者们做些事情,经与编辑协商,我编写了这本适合青少年使用的二胡教程,希望能为学习二胡的朋友们提供一些帮助。

这本教程本着循序渐进、由浅入深的原则,在编写过程中力求通俗易懂。练习曲目的安排也尽量多使用了较为熟悉的旋律和大家曾在校园中学习过的歌曲作为配合,我想这会增加同学和朋友们的学习兴趣。

本教程分为四篇:

第一篇文字概述:通过文字及图表向朋友们介绍二胡以及相关的知识。

第二篇基础训练:包括各常用调第一把位及单项技巧练习,还包括初级的换把位练习。

第三篇深入提高:对于一些掌握了基本知识和演奏技法的朋友们来说,要想提高演奏水平,就必须适当增加一些训练难度。因此,这一篇的练习曲目,在技术和要求上都有所加强。

第四篇乐曲应用:为了使朋友和同学们在演奏中能够理解音乐作品的内涵,提高二胡演奏的整体水平,我选择了一些初、中级的二胡考级曲目,对作品进行了简明扼要的分析,包括演奏难点的处理等,以帮助他们在二胡考级中取得优异的成绩。

本书曾在过去几年的销售中得到了广大音乐老师及读者的认同。此次重新整理、修订后,并在上海音乐学院出版社再次出版。

音乐教学,是一门综合性的学科,它既需要严谨,又要符合人们的心理特性。由于本人水平之限,书中的不足之外,希望读者提出宝贵意见。

孟宪德

2009年3月

目 录

第一篇 文字概述

第一章 基本常识.....	1
一、二胡的构造.....	1
二、少儿学二胡要具备哪些条件.....	2
三、如何为少儿选择二胡.....	3
四、演奏姿势及持琴持弓.....	3
五、定 弦.....	6
六、音符时值对照表.....	6
七、常用符号说明.....	7
八、二胡的使用及保养.....	9
附：乐器知识小常识（一）.....	9

第二章 弓法与指法..... 10

一、弓法技术.....	10
1. 运弓方法.....	10
2. 长 弓.....	10
3. 连 弓.....	11
4. 分 弓.....	11
5. 快 弓.....	11
6. 顿 弓.....	11
7. 颤 弓.....	11
8. 抖 弓.....	11
9. 抛 弓.....	12
10. 跳 弓.....	12
11. 换 弦.....	12
12. 弓位画分.....	12
二、指法技术.....	13
1. 按 弦.....	13
2. 颤 音.....	13
3. 揉 弦.....	13
4. 保留指.....	13
5. 滑 音.....	14
6. 换 把.....	14

7. 把位划分.....	15
8. 泛音.....	16
附：乐器知识小常识（二）.....	16

第二篇 基础训练

第一章 常用调原把位练习.....	17
一、D调（1 5弦）.....	17
1. 空弦练习.....	17
2. 空弦换弦练习.....	17
3. 一指按弦练习.....	18
4. 二指按弦练习.....	19
5. 三指按弦练习.....	20
6. 四指按弦练习.....	21
7. 音阶练习.....	22
8. 歌曲演奏练习.....	23
二、G调（5 2弦）.....	25
1. 音阶练习.....	26
2. 连弓练习.....	27
3. 连弓与分弓综合练习.....	27
4. 换弦交替指法练习.....	28
5. 歌曲演奏练习.....	28
三、F调（6 3弦）.....	30
1. 音阶练习.....	31
2. 附点音符练习.....	32
3. 休止符练习.....	32
4. 歌曲演奏练习.....	32
四、C调（2 6弦）.....	34
1. 音阶练习.....	35
2. 切分音练习.....	35
3. 歌曲演奏练习.....	36
五、 \flat B调（3 7弦）.....	38
1. 音阶练习.....	38
2. 歌曲演奏练习.....	39
附：乐器知识小常识（三）.....	41
第二章 基本技巧练习.....	42
一、右手技巧.....	42

1. 快弓练习.....	42
2. 顿弓练习.....	43
3. 颤弓练习.....	44
二、左手技巧.....	44
1. 揉弦练习.....	44
2. 滑音练习.....	46
3. 颤音练习.....	47
附：乐器知识小常识（四）.....	48
第三章 常用调换把位练习	49
一、D调.....	49
1. 音阶练习.....	49
2. 歌曲演奏练习.....	49
二、G调.....	51
1. 音阶练习.....	51
2. 歌曲演奏练习.....	52
三、F调.....	54
1. 音阶练习.....	54
2. 歌曲演奏练习.....	54
四、C调.....	56
1. 音阶练习.....	56
2. 歌曲演奏练习.....	57
五、 \flat B调.....	59
1. 音阶练习.....	59
2. 歌曲演奏练习.....	60
附：乐器知识小常识（五）.....	62

第三篇 深入提高

第一章 音阶综合练习	63
一、各调五声音阶练习.....	63
二、各调七声音阶练习.....	64
三、音型模进练习.....	64
四、半音音阶练习.....	66
附：乐器知识小常识（六）.....	67
第二章 配合歌曲的弓指法综合训练	68
一、长弓练习.....	68
配曲：1. 《听妈妈讲那过去的事情》 2. 《祖国像妈妈一样》	

二、快弓练习.....	70
配曲：1. 《小司机》 2. 《彝家娃娃真幸福》	
三、跳弓练习.....	71
配曲：1. 《排排坐》 2. 《浏阳河》	
四、弓段分配练习.....	72
配曲：1. 《小号手之歌》 2. 《赖宁——共和国的小英雄》	
五、快速换弦练习.....	74
配曲：1. 《洋娃娃和小熊跳舞》 2. 《洋娃娃和小熊跳舞》	
六、换把及综合练习.....	75
配曲：1. 《我们要做雷锋式的好少年》 2. 《黑猫警长》	
七、滑音与垫指滑音练习.....	77
配曲：1. 《花蛤蟆》 2. 《拔根芦柴花》	
八、泛音练习.....	78
配曲：1. 《拣贝壳》 2. 《小河边》	
九、休止符与顿音练习.....	80
配曲：1. 《白杨和小河》 2. 《我爱沙滩，我爱大海》	
十、 $\frac{6}{8}$ 拍节奏练习.....	82
配曲：1. 《土拨鼠》 2. 《欢乐的歌儿永不落》	
附：乐器知识小常识（七）.....	83

第四篇 乐曲应用

1. 《紫竹调》.....	84
2. 《田园春色》.....	84
3. 《我爱北京天安门》.....	85
4. 《绣金匾》.....	86
5. 《送别》.....	88
6. 《小曲好唱口难开》.....	88
7. 《小花鼓》.....	89
8. 《喜洋洋》.....	91
9. 《北京有个金太阳》.....	92
10. 《良宵》.....	95
11. 《光明行》.....	96
12. 《拉骆驼》.....	100
13. 《赛马》.....	102
14. 《喜唱丰收》.....	104
15. 《金珠玛米赞》.....	107





第一篇 文字概述

第一章 基本常识

首先,我们简单的向小朋友们介绍一下二胡的历史。二胡最早出现于唐代,当时叫做“奚琴”,后来又称之为“嵇琴”。其制做工艺非常简单粗糙,是用竹片夹在两根弦中拉动磨擦发音的。经过历代不断的演变和发展,如今,二胡的结构已基本定型,演奏技巧更趋完善,曲目也更为广泛,它既可以独奏,又适于合奏及伴奏,是我国民族弓弦乐器中最为主要的成员之一。

一、二胡的构造

要学习二胡,小朋友们必须首先要了解二胡的基本构造,知道它的发声原理及各部位的作用,这样就能提高鉴别胡琴好坏的能力。二胡的构造是由琴头、琴杆、琴轴、琴筒、琴皮、琴托等主体部件及琴弓、琴弦、琴码、千斤等配套装置构成的。(见图1)

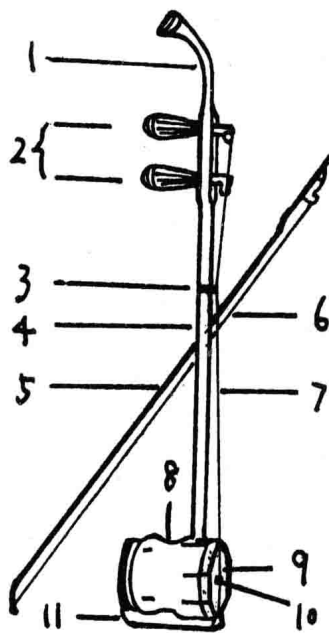


图1: 二胡构造示意图

1. 琴头 2. 琴轴 3. 千斤 4. 琴杆 5. 弓杆 6. 弓毛
7. 琴弦 8. 琴筒 9. 琴皮 10. 琴码 11. 琴托





【琴头】 作为二胡的装饰性部件，目前采用两种形式：一是如图所示的弯角形，顶端多用塑料或牛骨制成，高档的二胡也有象牙制成的。另一种是将琴头雕刻成龙头形状，使之更具有民族特色。

【琴杆】 是支撑琴弦，并供演奏者按弦操作的支柱。标准的二胡琴杆长度约为 80 公分，形状有圆柱形和椭圆形两种，直径约为 2 公分。

【琴轴】 又叫轸子，是用来调节二胡的定弦音高的。它的外形如同锥子把，上下共两个，上面的为内弦轴，下面的为外弦轴。琴轴分为木轴和机械螺旋轴两种，木轴的制做要求非常精细，与琴杆的轴孔接触面既要严丝合缝，又要转动自如，否则不是容易“跑弦”就是定弦不灵活。机械轴相对于木轴在定弦上要方便的多，只是在更换琴弦时略有不便，目前乐器商店出售的二胡，大多为机械螺旋轴。

【琴筒】 是二胡的共鸣箱，造型目前多种多样，有六方筒、八方筒、椭圆筒、前方后圆筒等。但不管什么筒型，都是一端略大，一端略小，大的一端蒙以琴皮，小的一端镶嵌雕木花窗。

【琴皮】 是二胡的发音源之一。多由蟒皮制作。

【琴托】 位于琴筒的底部。它的作用一是增加重量，稳定琴身，使演奏者在技巧上更加运用自如。二是把身体与琴筒隔开一点距离，使其在发音时得以充分振动。

【琴弓】 由弓杆和弓毛两部分构成。弓根处有一鱼状小钩，并有机械旋转装置，可根据需要调节弓毛的松紧程度。弓杆多采用红竹和湘妃竹(斑竹)制成。弓毛以白色马尾制成的为最好。弓子全长约为 82 公分。儿童初学二胡，如条件允许，可订做一支长度为 70~75 公分左右的弓子。

【琴弦】 是二胡发音的主要振动源。小朋友们应该知道，任何物体的发声，都是由振动而造成的。那么二胡的声音则是由琴弓磨擦琴弦振动，然后通过琴码传导给琴皮琴筒产生共鸣而形成的。琴弦有丝弦和金属弦两种，现在我们使用的大多为金属弦。

【琴码】 安放在琴弦和琴皮之间。别看它很小，却是联结琴皮琴弦并使琴筒发声的枢纽。因此，琴码的造型、材质及在琴皮上的安放位置，会直接影响二胡的音质与音量。琴码有木制、竹制等。形状有空心、实心、圆型、桥型的区别。二胡码最好选用松节和枫木制成的，形状和大小要根据所用二胡的材质、筒型及琴皮的材质，经过试听后来选用。另外，琴马的下方还塞有用海绵或呢子材料制成的控制垫，以防止噪音的出现。

【千斤】 的安放位置应在距琴筒 35 公分左右处的琴杆上。千斤分为丝弦(或线绳)捆拴和金属千斤两种。千斤与琴杆之间的宽度一般为 1.5 公分左右，但也要根据演奏者的手型来调整。手指长的人，千斤可相对放宽一些，儿童学习二胡，由于手小，千斤应系紧一些，还应该适当地把千斤向琴筒方向下移。

二、少儿学二胡要具备哪些条件

其实，只要手没有残疾，什么样的小朋友都可以学习二胡。但如果能够具备以下几个条件，





对于学习的提高会更有益处。

首先,学习二胡的小朋友和同学应具备辨别音高变化及节奏变化的听觉条件,比如通过模仿唱歌和用手拍击节奏看其状态和反应,就可以有个基本的了解。另外一个就是手指的条件,一般来讲,手指修长且比例协调、指尖肌肉丰满、小指长度能够在无名指指尖关节线以上者为最好。因为小指过短,在以后遇到指距比较大的快速演奏技术时就会受到影响。最后还有一点就是乐感问题,学习音乐需要具备一定的音乐感觉和表现能力,学习二胡也是如此,当然,音乐感觉是可以后天培养的,但如果先天就具有一定的素质,对以后的全面提高会起到决定性的作用。希望家长在为孩子选择学习的道路上考虑到这一点。

三、如何为少儿选择二胡

目前乐器商店中销售的二胡,基本上都是成人用的二胡,对于上小学的同学来说,虽然大了一些,但还可以使用。指导老师应当在为学生调试琴时,按照学生的左手比例来调整千斤的位置,千斤的宽度也应同时做调整。对于年龄过小(如五、六岁)的小朋友来说,如想学习二胡,可以到商店中买一把京二胡来代替,先练习一些基本功,待年龄大一些在使用正规的二胡。另外,现在也有一些个人和厂家正在开发制做适合少儿使用的不同型制的二胡,以适应不同年龄段小朋友的需要,希望不久能够面市来填补这一空白。

在挑选二胡时,应注意几个方面:(一)二胡以红木、乌木、紫檀等木质坚实细密的材料为好,在选择时应注意木质的纹理均匀,无疤痕、无裂缝、色泽光亮并有一定的重量。(二)蟒皮要厚度均匀,纹路排列规则,富有韧性,鳞化方正整齐,颜色黑黄分明且光泽油润。另外,琴皮的松紧要适中,蒙皮过紧,发音干瘪沙哑,蒙皮过松则发音松散、迟钝。(三)琴弓的选择要注意弓杆粗细均匀,弹性适中,长度符合标准。弓毛排列整齐,无断头、无缠绞,均匀平展。机械旋钮调节自如,弓毛结扎牢固。(四)试听声音时,应注意低音区域要圆润饱满,高音区要清晰明亮。各把位间音量均衡,音色统一。

我认为在为初学二胡的小朋友选择乐器时,不必过于高档,在便宜的价位中精心挑选一下即可。

在这里还有一个不容忽视的就是松香。松香的作用是加大弓毛对琴弦的摩擦力度。好的松香应是经过提炼的,其色泽清亮透明,无杂质。使用时直接在弓毛上反复擦拭。

四、演奏姿势及持琴持弓

二胡的演奏姿势分为两种:(一)平腿式(见图2)。平腿式即坐稳后,两腿平放,两脚一前一后(左前右后),两脚尖成倒八字形稍向外倾斜。由于这种姿势两脚与臀部形成三个支点,因此身体稳定性好,有利于演奏技能的充分发挥,而从视觉上看也落落大方。目前在合奏、独奏、齐奏及伴奏等场合大多采用这种姿势。(二)架腿式(见图3)。架腿式即把左腿架在右腿上。这种



姿式能使琴身更加稳定,但不易做较大的动作,一般只在戏曲的伴奏中使用。我建议小朋友们在学习时采用第一种方法。指导教师还应注意经常提醒学生的坐姿:即身体自然端正,两眼平视,如需要看谱,谱架应略低于视平线。小朋友们在练琴时也要时刻注意,不要扭曲身体、驼背、拱肩、歪脖等,这些都是不良的坏毛病。

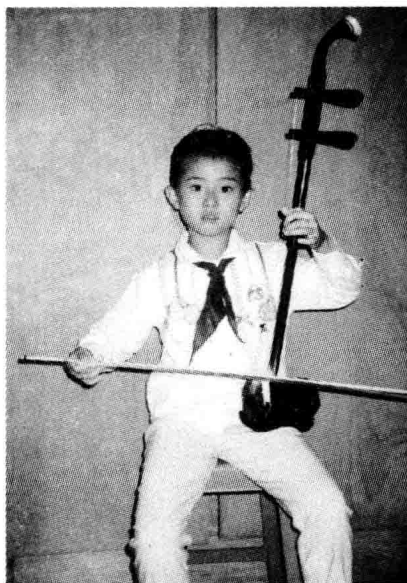


图 2: 平腿式



图 3: 架腿式

持琴时将琴筒放在左腿根靠近腹部处,琴筒蒙皮一面稍向右前方偏斜。左手握住琴杆,虎口放在千斤下面约一公分处,虎口此时要自然放松,拇指自然平伸,其余四指呈斜弧型向下,用指尖触弦,手腕微屈,掌心成悬空状。小臂自然下垂,在第一把位时,与琴杆大约成 45 度左右的角度,把位下移时,角度相应缩小。持琴的正确姿势见(图 4、图 5)

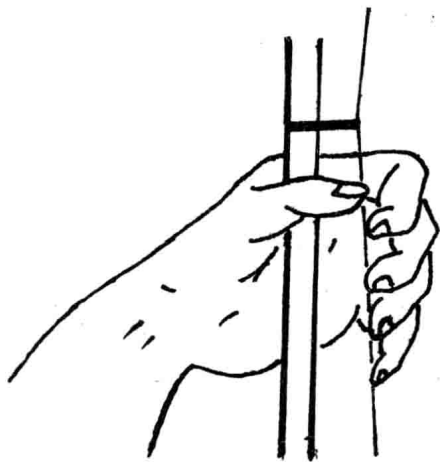
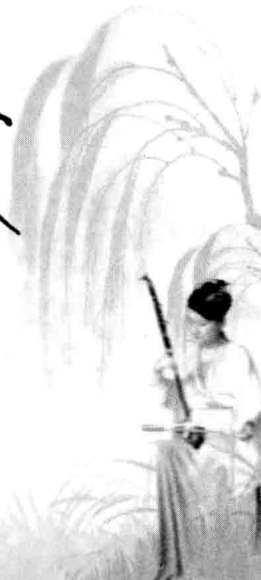


图 4: 正 确



图 5: 正 确





小朋友们在初学二胡时,很容易出现两个毛病:一是手腕过分下压(见图6),二是手腕过分上凸(见图7),这两种不正确的持琴姿势,会使手掌、手指的肌肉出现紧张状态,影响左手技术的发挥,因此,如果出现这两种情况要及时纠正。

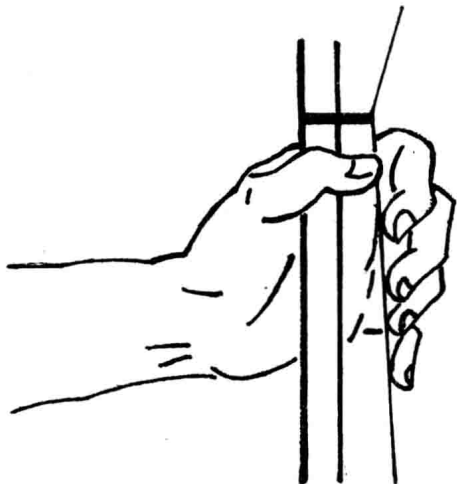


图6: 不正确

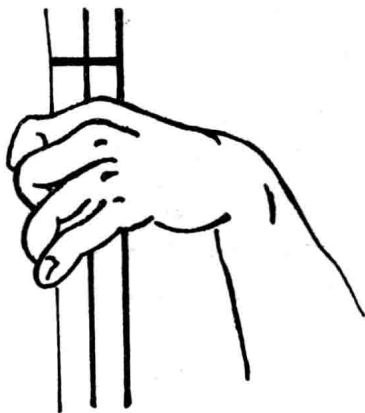


图7: 不正确

教师在指导学生练习时,要注意不要让孩子将琴杆左右偏斜或太向前倾,大臂也不要抬得过高或垂得太低,手指关节也不要出现反弯等毛病。

持弓的正确方法,应是手腕自然端平,掌心向左,拇指与食指在弓根处捏住弓杆,中指和无名指并列插入弓杆与弓毛之间,小指放于弓毛之下(见图8)。拇指与食指牵引弓子做左右运行。拉外弦时,中指的指尖关节右侧与拇指及食指协同控制弓杆。拉内弦时,中指与无名指向里作用,同时食指与拇指的结合点也要扣住弓杆向里辅助用力。小朋友练习时要注意持弓的手指放松自然,不要死死的捏住弓杆,造成发音呆板生硬。

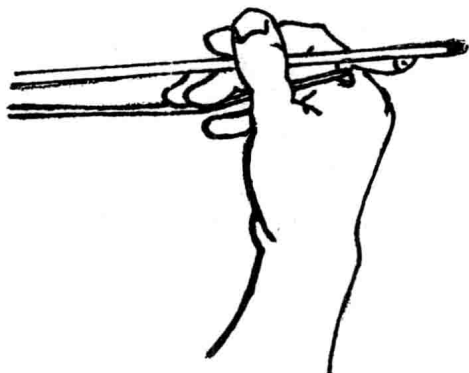


图8: 持弓正确姿势



五、定 弦

二胡的定弦,内外弦关系为纯五度。目前民族乐队中二胡以内弦定 d^1 ,外弦定 a^1 为基本音高。因为这样的音高琴弦张力适度,发音宏亮有力。同时,这种音高定弦更适于演奏民族乐队中的D调、G调、F调等常用调。当然,由于某些乐曲的特殊需要,或由于地方风格的需要,有时也把内、外弦定为四度关系。而有时为了更好地表现乐曲的特有韵味,还需要把两根琴弦同时降低大二度或纯五度等。儿童学习二胡,一般把位比较小,在初学的阶段,指导老师应根据他们的具体情况来考虑定弦的音高,以琴弦的张力适度为好。张力太大琴弦就过硬,演奏起来显得吃力;张力太小琴弦就发软,手又不好控制。另外学生如果在定弦时找不准内外弦音高及音程关系时,可借助音叉、音笛、钢琴、手风琴等乐器或校音器来进行校对。

六、音符时值对照表

音符种类及节拍	简 谱 记 谱 法	与同时值休止符对照
全音符 (4拍)	6 - - -	0 0 0 0
二分音符 (2拍)	6 - 6 -	0 0
四分音符 (1拍)	6 6 6 6	0
八分音符 ($\frac{1}{2}$ 拍)	<u>6 6</u> <u>6 6</u> <u>6 6</u> <u>6 6</u>	<u>0</u>
十六分音符 ($\frac{1}{4}$ 拍)	<u>6 6 6 6</u> <u>6 6 6 6</u> <u>6 6 6 6</u> <u>6 6 6 6</u>	<u>0</u>
三十二分音符 ($\frac{1}{8}$ 拍)	<u>6 6 6 6 6 6</u> <u>6 6 6 6 6 6</u> <u>6 6 6 6 6 6</u> <u>6 6 6 6 6 6</u>	<u>0</u>



七、常用符号说明

1. 弓法符号

- ▣ 或 \rightarrow 拉弓：琴弓自左向右运行。
- ▣ 或 \leftarrow 推弓：琴弓自右向左运行。
- ⌒ 连弓：即连线以内的音符用一弓奏完，音符上方无此符号时用分弓演奏。
- ▼ 或 ▽ 顿弓或跳弓：如 $\overset{\vee}{5} \overset{\vee}{5}$ 应奏成 5050 的时值。
- ⌒ 连顿弓：用一弓奏完连线内的所有顿音，音与音之间需断开。
- 保持弓：遇此符号时运弓饱满有力。
- ⚡ 颤弓：也称抖弓。用弓尖的一小段急速推拉。
- 3 小抖弓：如 $\underline{5. \underline{5}} \underline{5}$ 应奏成 5.. 55 5。
- 九 抛弓：演奏时将弓提起后向下一抛，利用弓子的惯性和弹力，奏出两个或三个短促的跳音。

2. 指法符号

- 一 用食指按音。
- 二 用中指按音。
- 三 用无名指按音。
- 四 用小指按音。
- tr 颤音：通常为大二度，也有标明其它度数的颤音。如 $\overset{b7}{tr}6$ 为小二度， $\overset{7}{tr}5$ 为大三度。
- ~ 上颤音：如 $\overset{\sim}{6}$ 等于 $\overset{67}{tr}6$ 。
- ~ 下颤音：如 $\underset{\sim}{6}$ 等于 $\overset{65}{tr}6$ 。
- / 或 \ 上滑音：由低音滑向高音。
- \ 或 / 下滑音：由高音滑向低音。