



【第2版】

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

从零起步[®] 学小提琴 轻松入门

李本华 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 XIAO TI QIN

学小提琴

轻松入门

李本华 编著



上海音乐学院出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

从零起步学小提琴 / 李本华编著. — 2 版. — 上海:
上海音乐学院出版社, 2015. 1

ISBN 978-7-5566-0022-9

I. ①从… II. ①李… III. ①小提琴—奏法
IV. ①J622. 16

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 289291 号

书 名: 从零起步学小提琴
作 者: 李本华
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: 12.25
字 数: 谱文 186 面
版 次: 2015 年 1 月第 2 版 2015 年 1 月第 1 次印刷
书 号: ISBN 978-7-5566-0022-9/J. 985
定 价: 42.00 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:



bjrdgwh.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>

前言

小提琴是一种在构造上与声音上十分完美的弦乐器。它音色优美、音域宽广，富有很强的表现力。它既可以独奏、又可以重奏、伴奏，是管弦乐队中的基础乐器。它轻巧便于携带，儿童小提琴价格也较便宜，所以受到越来越多的孩子和家长的喜爱。通过学习小提琴，孩子们受到音乐美的熏陶与教育，丰富他们的情感、激发他们对美好事物、对人生与社会的热爱。经过双手、大脑乃至全身的协调训练，使他们的理解力、记忆力、反应能力以及学习注意力都会比其他同龄儿童优秀很多。这对他们将来不论是专门从事小提琴演奏，还是从事其他职业都是非常有好处的。可谓“童年学琴，终生受益”。

我有幸曾于1992年—1995年在日本随世界著名小提琴教育家铃木镇一博士学习，对他所倡导创立的“铃木教育法”有了较为全面的了解。铃木先生的“不以培养小提琴家为目的”“任何人都可以学习小提琴”的教育思想及教学方式，打破了多年来留在人们头脑中“小提琴很难学”一般人不敢涉及的神话。在铃木先生教育理念的推动下，全世界不知增加了多少学习小提琴的孩子们。当然，这些众多的孩子们中，将来从事职业演奏的不过百分之几，他们中的绝大部分只是业余拉琴。对于这样的孩子如何教学？能否编写一本适合他们在较短的时间内既可以学到全面、系统、正规的演奏知识，又能让他们不感到枯燥，在轻松愉快的练习过程中体会到音乐美的愉悦与熏陶，这是我近来一直思考的问题，也是我编写此教材的初衷。

这是一本主要为小提琴爱好者编写的教程。是在我原已出版的《小提琴入门》一书的基础上，经过自己几年的使用并吸收了一些同行的意见后，对原书进行充实修改后编写而成。在编写过程中遵循了这样一些原则：一是基础性。从“零”开始，循序渐进。入门采用左手2、3指为半音音程的调性，手形较为自然，容易掌握。二是可听性。大量采用好听、熟悉的乐曲做为教材。所选全部曲目中，练习曲只占1/3，乐曲则占2/3。三是实用性，除了乐谱外还简单讲解了乐理知识，并有针对性地介绍了一些学习过程中需要了解的相关知识。为了克服小提琴学习过程中音准这一难题，让学生在较长的时间内保持左手相对不变的手指排列关系是非常必要的。为此，我在曲目编排上把相同调性的乐曲编在一起。实践证明，这是一种很好的学习方法。本教程可以单独使用，通过练习基本可以达到考级所要求的四、五级的程度。它又可以配合其他教材使用，特别是针对目前很多教师和学生用考级教程当做练习教材，曲目过于复杂、技术水平跳动大的问题，如把本教材与考级教材结合使用，会收到很好的效果。为了更好地辅导学生学琴，本教程还录制了教学DVD一张，我重点地介绍了本书各单元的要领和相关的学琴知识，希望能对使用者有所帮助。对于本教程中的不足之处，还望各位同行及使用本教程的学生和家长不吝赐教，以便将来能够加以修正。

需要说明的是，因为本教程是选自多本教材的精华编写而成，所以首先要感谢那些原作者们。其中有的乐曲因原教材中没有署名，故在选用时也无法署名。此外的大部分曲目我根据自己的理解和习惯重新编订了弓指法。

最后，我要感谢我的启蒙老师——我的父亲，他是一位热心的小提琴爱好者。虽然他今年已80岁高龄，但仍经常拉琴和参加演出。我还要感谢在我学习的各个阶段给予我指导的王永和、冀瑞铨、严泰公、王鹏、涂振南诸位老师。我特别要感谢已故的铃木镇一先生。他作为我在日本学习的担保人，不光教我拉琴，在各方面给予了我特殊的关照，他的恩情我永世不忘。

李本华

2009年3月于唐山

作者简介



李本华，男，1954年出生。唐山市歌舞剧团副团长、国家一级小提琴演奏员。6岁从父学习小提琴，15岁入唐山市歌舞剧团至今。先后任演奏员、独奏演员、乐队首席。1973—1974年在中央广播乐团进修。1986—1988年在天津音乐学院管弦系学习。1992—1995年赴日本，在世界著名小提琴教育家铃木镇一博士的小提琴研究生班学习，毕业获铃木先生签发的“小提琴指导者认定”证书。

1985年创办唐山市第一所课余小提琴学校，介绍其教学情况的电视专题片《琴弦上的梦》在中央电视台播放。撰写的十余篇论文及研究报告，在国家和省级刊物上发表。

编著出版《小提琴入门基本教程》、《小提琴中外名曲168首》、《从零起步学小提琴轻松入门》三本教材。录制了《小提琴演奏入门》、《小提琴考级辅导》两套DVD教学光盘在全国发行。

现为：国际铃木协会会员；

中国音乐家协会会员；

中国音协小提琴学会理事；

全国少儿小提琴教育学会理事；

河北省音乐家协会常务理事；

河北省小提琴艺术委员会副主任；

唐山市音乐家协会副主席；

唐山市小提琴艺术委员会主任。



(铃木先生在给作者授课)



(作者和铃木先生合影)

目 录

前 言

第一单元 小提琴的起源与构造.....	1
第二单元 简要乐理知识.....	2
第三单元 演奏姿势.....	6
第四单元 怎样运弓及空弦练习.....	8
第五单元 怎样运指及按弦练习.....	10
第六单元 关于节奏及训练方法.....	11
第七单元 三个升号的音阶、琶音、练习曲、乐曲	
1. 按弦练习.....	12
2. A 大调音阶、琶音.....	12
3. 闪烁的小星星.....	13
4. 轻舟荡漾.....	13
5. 风之歌.....	13
6. 集体舞.....	14
7. 两只老虎.....	14
8. 鄂伦春小唱.....	14
9. 上学歌.....	14
10. 一分钱.....	15
11. 告诉罗娣阿姨.....	15
12. 很久很久以前.....	15
13. 快 板.....	16
14. 白玫瑰飘香的黄昏.....	16
15. 我和你.....	16
16. 无穷动.....	17
17. 小蜜蜂.....	17
18. 凤阳花鼓.....	18
19. 玛依拉.....	18
20. 连弓练习.....	19
第八单元 两个升号的音阶、琶音、练习曲、乐曲	
1. D 大调音阶、琶音（一个八度）.....	20

2. 练习曲.....	20
3. 练习曲.....	21
4. 祝你生日快乐.....	21
5. 小司机.....	22
6. 迎接明媚的春光.....	22
7. 小行板.....	23
8. 念故乡.....	23
9. 雪绒花.....	24
10. 森吉德玛.....	24
11. 两个八度的 D 大调音阶、琶音.....	25
12. 练习曲.....	26
13. 练习曲.....	27
14. 让我们荡起双桨.....	27
15. 小白船.....	28
16. 春天年年到人间.....	29
17. 练习曲.....	30
18. 练习曲.....	31
第九单元 一个升号的音阶、琶音、练习曲、乐曲	
1. G 大调音阶、琶音.....	32
2. 练习曲.....	33
3. 练习曲.....	34
4. 练习曲.....	34
5. 练习曲.....	35
6. 练习曲.....	35
7. 练习曲.....	36
8. 歌唱二小放牛郎.....	37
9. 风铃草.....	37
10. 铃儿响叮当.....	37
11. 摇篮曲.....	38
12. 快乐的农夫.....	38
13. 猎人合唱.....	39

14. 嘀哩嘀哩.....	39
15. 我的祖国.....	40
16. 中国少年先锋队队歌.....	41
17. 红星歌.....	42
18. 喜洋洋.....	43

第十单元 无升降号的音阶、琶音、练习曲、乐曲

1. 音阶与琶音.....	44
2. 练习曲.....	45
3. 练习曲.....	45
4. 练习曲.....	46
5. 练习曲.....	46
6. 练习曲.....	47
7. 练习曲.....	48
8. 洋娃娃与小熊跳舞.....	49
9. 小夜曲.....	49
10. 行 板.....	50
11. 小河淌水.....	50
12. 采蘑菇的小姑娘.....	51
13. 小 草.....	51
14. 绣金匾.....	52
15. 赛 马.....	53
16. 加沃特舞曲.....	54
17. 瑶族舞曲.....	56

第十一单元 一个降号的音阶、琶音、练习曲、乐曲

1. 音阶与琶音.....	57
2. 练习曲.....	58
3. 练习曲.....	58
4. 练习曲.....	60
5. 莫斯科郊外的晚上.....	61
6. 四季歌.....	61
7. 土耳其进行曲.....	61
8. 小小少年.....	62
9. 波尔卡舞曲.....	62
10. 平安夜.....	63
11. 两个掷弹兵.....	64

12. 娘子军连歌.....	65
----------------	----

第十二单元 两个降号的音阶、琶音、练习曲、乐曲

1. 音阶与琶音.....	66
2. 练习曲.....	67
3. 练习曲.....	68
4. 快 板.....	68
5. 布列舞曲（节选）.....	69
6. 军民团结一家亲.....	70
7. 行 板.....	70
8. 抒情曲.....	72
9. 热烈的急板.....	73
10. 火车向着韶山跑.....	74
11. 在希望的田野上.....	76
12. g 小调加沃特舞曲.....	77
13. 婚礼进行曲.....	78

第十三单元 训练左手指灵活的练习

1. 手指练习.....	79
2. 颤音准备练习.....	82
3. 练习曲.....	83

第十四单元 几种弓法的练习

1. 跳 弓.....	84
2. 顿 弓.....	85
3. 连顿弓.....	86
4. 换 弦.....	88
5. 连弓与分弓.....	89
6. 连弓与分弓.....	90
7. 连 弓.....	92

第十五单元 乐曲 10 首（一把位）

1. 秧歌舞.....	94
2. 八月桂花遍地开.....	96
3. 优美的变奏曲.....	98
4. b 小调回旋曲.....	99
5. 小奏鸣曲.....	101
6. 小协奏曲.....	103
7. b 小调协奏曲（第一乐章）.....	105

8. b 小调协奏曲（第三乐章）	107
9. 第五协奏曲（第一乐章）	110
10. 第二协奏曲（第一乐章）	113

第十六单元 三把位的音阶、琶音、练习曲、乐曲

1. 三把位的音阶、琶音	116
2. 练习曲（固定把位）	117
3. 樱 花	118
4. 欢乐颂	118
5. 泛音练习曲	119
6. 练习曲（固定把位）	119
7. 练习曲（固定把位）	120
8. 练习曲（利用空弦换把）	121
9. 练习曲（利用空弦换把）	121
10. 练习曲（同指换把）	123
11. 练习曲（不同指换把）	123
12. 练习曲（综合换把）	124
13. 都达尔和玛利亚	125
14. 茉莉花	125
15. 铃鼓舞	126
16. 洪湖水浪打浪	127
17. 牧羊姑娘	128

第十七单元 二把位的音阶、琶音、练习曲、乐曲

1. 二把位的音阶、琶音	129
2. 练习曲（固定把位）	129
3. 练习曲（固定把位）	130
4. 练习曲（固定把位）	130
5. 粉刷匠	131
6. 采茶扑蝶	131
7. 练习曲（固定把位）	132
8. 练习曲（同指换把）	133
9. 横纵向一、二、三把位音阶练习	134
10. 四季调	135

第十八单元 双音练习曲 12 首

双音的准备练习和简易的双音练习曲	137
------------------------	-----

第十九单元 揉弦练习

1. 友谊地久天长	142
2. 梦幻曲	143
3. 红楼梦	144
4. 牧 歌	146
5. 圣母颂	148

第二十单元 乐曲 10 首

1. 北风吹	149
2. 欢 乐	150
3. 良 宵	152
4. 四小天鹅舞	153
5. 保卫黄河	154
6. 翻身的牧童	156
7. 梁山伯与祝英台（节选）	158
8. 新春乐	160
9. 第三号奏鸣曲（第二乐章）	163
10. 快 板	165

第二十一单元 重奏曲 8 首

1. 小鸭子	168
2. 苏武牧羊	171
3. 三十里铺	172
4. 伏尔加船夫曲	174
5. 故乡的亲人（第一声部）	176
故乡的亲人（第二声部）	176
6. G 大调小步舞曲（第一声部）	177
G 大调小步舞曲（第二声部）	178
7. 小步舞曲（第一声部）	179
小步舞曲（第二声部）	179
8. 布列舞曲（第一声部）	180
布列舞曲（第二声部）	181

第二十二单元 有关知识解答

1. 写给孩子家长的话	182
2. 怎样选购儿童小提琴	184
3. 怎样练琴及每日练习的时间安排	185
4. 小提琴的维护与保养	186



第一单元 小提琴的起源与构造

一、小提琴的起源

小提琴的历史悠久。传说在距今两千年前的埃及，有一位名叫莫可里的人。一天，他在尼罗河边散步，偶然中踢到一个乌龟壳，他捡起来一敲，发出好听的声音。于是他依照乌龟壳的形状做了一把小提琴。

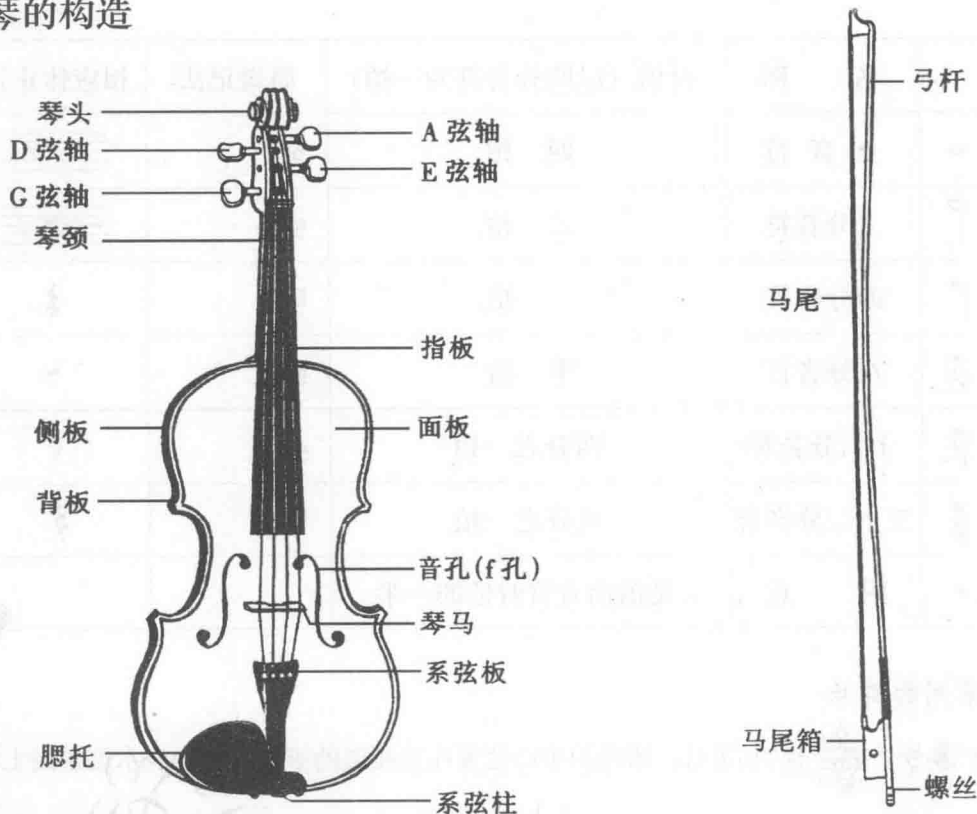
关于小提琴的起源，较为正式的说法有两种。

一种说法是小提琴源自古提琴。古提琴在早期的意大利器乐演奏中占有主要位置，很多协奏曲和奏鸣曲都是专为古提琴而写的。十六世纪的意大利作曲家以及后来的巴赫和亨德尔都曾写过古提琴曲。只是到了海顿时期，小提琴才代替了古提琴。由此，一些学者得出结论：现代小提琴是古提琴发展而来的。意大利文小提琴一词，本来就源于古提琴。

另一种说法认为，小提琴是由斯拉夫民间乐器吉格（Geige）琴发展而来。因为吉格琴也有四根弦，按五度关系定音。吉格琴颈是狭长的。指板没有格子（品），琴马也呈上弧形。这些特征都与小提琴一样。最早的一把琴是由德意志人阿格利科拉（1486—1556）制成。他称这把琴为波兰吉格琴。

意大利是小提琴的故乡。位于意大利的克雷莫纳和布莱斯加是全欧小提琴制作的摇篮。十六世纪这里能工巧匠辈出，著名的三大制琴世家为：阿玛蒂、瓜奈利、斯特拉第瓦利。其中斯特拉第瓦利又最负盛名，他制作的琴价值最高。据说他一生中制作了上千把提琴，其中大部分至今仍被人们珍藏和使用。

二、小提琴的构造





第二单元 简要乐理知识

一、五线谱知识

五线谱是用五条平行的横线来记音符。五条线的“线”上和两线之间的“间”上都用来表示音的高低。



请记住这样两句话：音符的位置表示音的高低；音符的形状表示音的长短。

音符由三个部分组成：符干 ← 符头 → 符尾

两个以上的音符以节拍的单位组织起来时，可以用横杠代替符尾。



表示音的停顿的记号叫休止符。有什么时值的音符就有什么时值的休止符。现将常用音符、休止符与简谱对照列示如下：

	名 称	时值 (以四分音符为一拍)	简谱记法	相应休止符
○	全 音 符	四 拍	5 - - -	
∩	二分音符	二 拍	5 -	
┐	四分音符	一 拍	5	
┌	八分音符	半 拍	5	
└	十六分音符	四分之一拍	5	
┘	三十二分音符	八分之一拍	5	
•	附 点	是前面音符时值的一半		

几种常用的符号

1. 高音谱号： 也叫G谱号，谱号的中心位置在五线谱的第二线上，表示这条线上的音符的音高是g1。



2. 拍号：表示拍子的记号叫做拍号，写在高音谱号的右边。

拍号上边的数字表示一小节内有几拍，下边的数字表示几分音符为一拍。

现将几种常用拍号列示如下：

名称	名称	拍号	意义
二拍子	二二拍子	 或 	以二分音符为一拍 每小节两拍
	四二拍子		以四分音符为一拍 每小节两拍
四拍子	四四拍子	 或 	以四分音符为一拍 每小节四拍
三拍子	四三拍子		以四分音符为一拍 每小节三拍
	八三拍子		以八分音符为一拍 每小节三拍
六拍子	八六拍子		以八分音符为一拍 每小节六拍

3. 变化音记号

♯ 为升号，表示比原来音升高半音。

× 为重升号，表示比原来音升高两个半音，即升高一个全音。

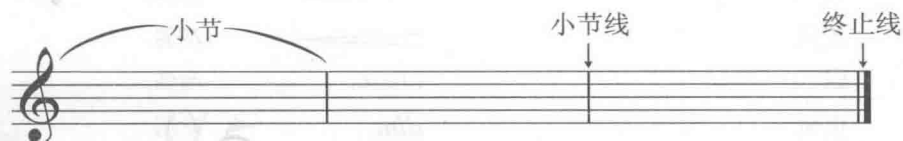
♭ 为降号，表示比原来音降低半音。

♭♭ 为重降号，表示比原来音降低两个半音，即降低一个全音。

♮ 为还原号，表示前面升高或降低的音还原到原来的音。

变化音记号写在音符的左边，为临时变化音记号，仅在此小节起作用，过小节失效。写在谱号右边的变化音记号是调号，它在整首曲谱中起作用。

4. 小节、小节线、终止线





小提琴的四根空弦的音在五线谱上的位置。



小提琴的第一把位上的音符。(不包括升降变化音)



C大调音阶及全音、半音关系, (—弧线为全音, ^角线为半音)



二、常用演奏符号及音乐术语

1. 小提琴的弓指法符号

▮ 下弓, 弓向下走。

∨ 上弓, 弓向上走。

— 连线, 连线内的音符用一弓演奏。

0 空弦, 用空弦演奏。

1 1 指, 按食指演奏。

2 2 指, 按中指演奏。

3 3 指, 按无名指演奏。

4 4 指, 按小指演奏。

1— 保留手指, 这里是保留1指。

2. 常用力度符号

pp

很弱

p

弱

mp

较弱

mf

较强

f

强

ff

很强

>

重音记号

fz 或 *sf*

加强音

—

渐强

—

渐弱

cresc.

渐强

dim.

渐弱



3. 常用演奏符号

	延长记号	G.B.	全弓
◇ 或 ○	泛音记号	O.H.	上半弓
pizz.	拨奏	U.H.	下半弓
arco	用弓拉奏(在拨奏之后)	M.	中弓
solo	独奏	Fr	弓根
tutti	全奏(全乐队)	Sp	弓尖
8va	奏高八度		

4. 常用速度与表情术语

rit	渐慢	dolce	歌唱地
a tempo	回原速	espress	有表情地
presto	急板 急速地	mosso	生动地
Allegro	快板 愉快地	calmato	安静地
Allegretto	小快板 较快板稍慢	poco	少许、一点
Moderato	中板 中速	Più	更
Andante	行板 行走速度	meno	少些
Adagio	慢板 柔板	segue	继续如前
Largo	广板 最缓板		

5. 小提琴常用调性记号

上面的大写字母表示大调，下面的小写字母表示小调。

① 升号调

② 降号调



第三单元 演奏姿式

一、身体姿式

初学者要站着练习为主：身体自然站直，双脚略向两旁分开，约等于肩宽。全身的重量平均放在两脚上，偶尔也可有所偏重。要挺胸、头正，眼睛看着琴头方向，保持自然放松的姿态。疲劳时也可坐在椅子上练习，但不要让后背靠着椅子，只可坐椅子的一半左右，注意不要妨碍右臂运弓。

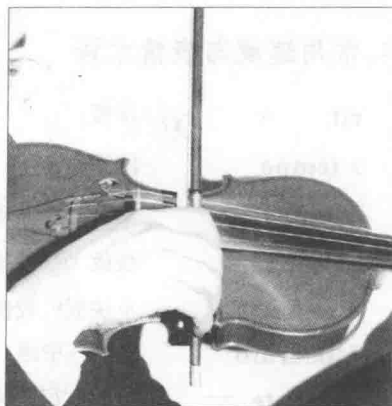
二、持琴姿式

把琴放在左面锁骨上，用左下颌贴住腮托，将琴夹住，这是琴的主要支持点。注意不要让头歪向左侧，也不要耸肩。琴头向左偏转约45度角，琴头要平，琴面向右侧稍倾斜。

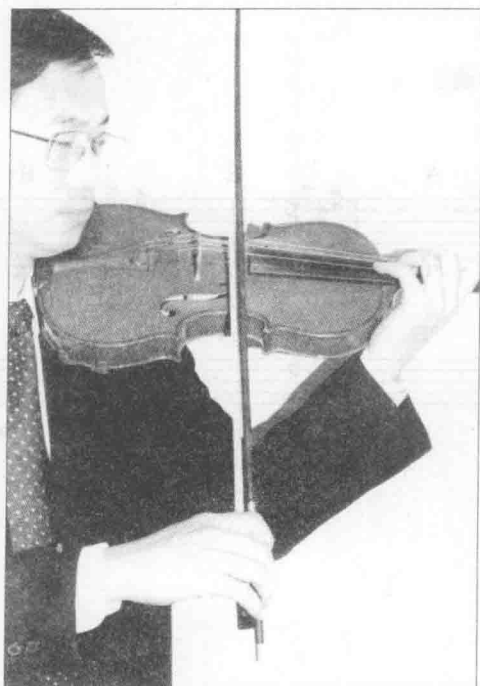
持琴的另一个支持点是左手的大拇指与食指根。初学拉空弦时，用左手掌托住琴身即可。

持琴要做到四个“不”：不要太高，不要太低，不要太侧（往左），不要太正（面对身体）。

使用肩垫对夹琴的牢固是有作用的，但肩垫的薄厚要因人的脖子长短而定。



图一：演奏弓根时的姿式



图二：演奏中弓时的姿式



图三：演奏弓尖时的姿式



三、持弓姿势

持弓的姿势实际上与右手臂自然下垂时手的状态是基本相似的。五个手指的具体要求如下：

1. 大拇指自然弯曲，指尖顶在弓杆的八个平面的左下方的平面上。

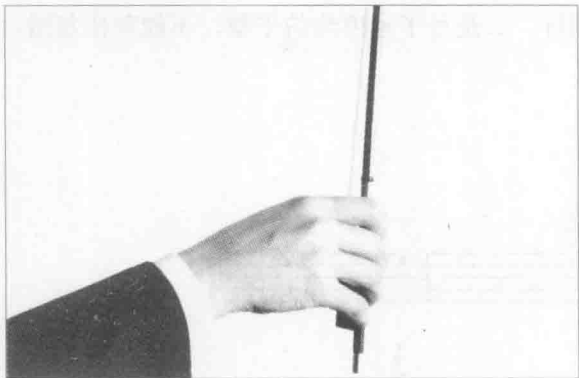
2. 中指的指尖关节（第一关节）和中间关节（第二关节）的弯曲处与拇指尖相对，放在弓杆上，它与弯曲的拇指形成一个环状。

3. 无名指自然放在弓杆上，基本同中指并列。

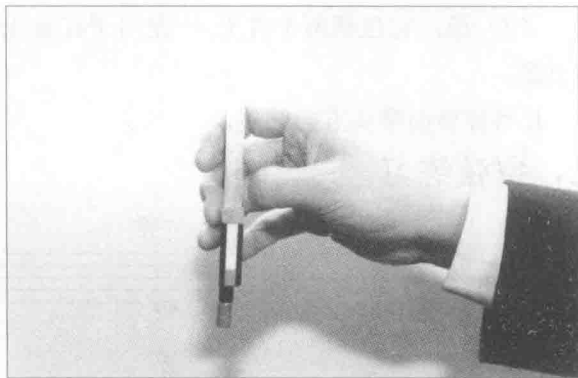
4. 小指也要自然弯曲，指尖站立在弓杆上面。

5. 食指的第二关节的靠近指根关节（第三关节）的位置放在弓杆上。

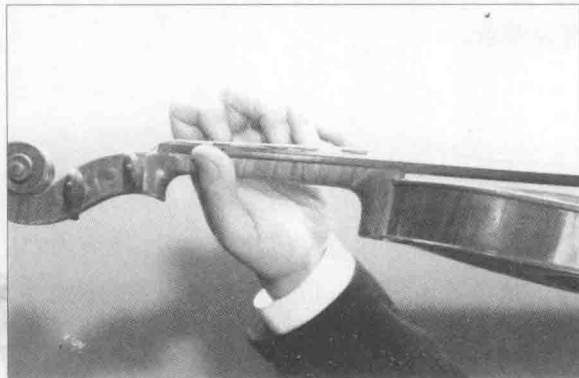
除拇指外的四个手指不要并在一起，要互相略有分开，中指与无名指可略近些，其他手指可稍远些。正确的持弓应当自然放松，各手指的关节在运弓时要有伸缩变化，靠近弓根要弯曲些，靠近弓尖要伸长些。常见问题一是拇指关节僵直，指关节从弓子中间钻出，二是其他手指的指根关节鼓起，像山峰一样，其他关节僵直，像鸡爪一样。这些错误在初学时一定要引起重视，认真改正。



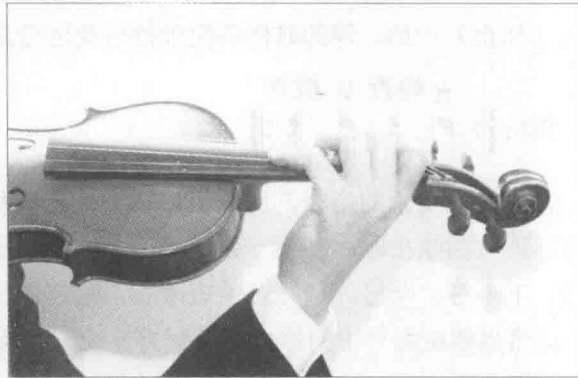
图四：持弓右侧手形



图五：持弓左侧手形



图六：持琴左侧手形



图七：持琴右侧手形



第四单元 怎样运弓及空弦练习

一、怎样运弓

弓子拉琴弦的动作叫运弓。运弓要注意以下几个要点：

1. 找好弓子与弦的接触点。弓子过分靠近指板拉出的声音暗淡、虚弱；弓子过分靠近琴马拉出的声音嘈杂、刺耳。当弓子拉在指板边缘与琴马中间时，发音才最为好听。（当然，这是指初学的一般发音，等以后学习高难度乐曲时，将要根据需要来调整接触点，这要另当别论了）。

2. 不要碰其他琴弦。这是儿童初学琴时较为难办的课题。要先从中弓开始练习，弓子拉的短一些，以后再逐渐拉长。可以先练习一弦，这样相对容易些。

3. 运弓的三字诀“直、平、稳”。

（1）直：就是弓子与弦成直角，与马子平行，常见问题是弓根时弓子往前斜，弓尖时弓子往后扯。这需要整个右臂的各个关节协调解决。

（2）平：右臂（大臂、肘、小臂、手腕、手）要与弦的高度保持一致，不要过高或过低。

（3）稳：它包括两个含义，一是弓子在弦上不颤抖，二是弓子速度均匀平稳，不能忽快忽慢，忽强忽弱。

4. 弓杆要向琴头方向倾斜。

二、空弦练习



初学时必须先练习空弦，这主要是先学习右手持弓和运弓的基本方法，避免左右手同时学习出现顾此失彼的现象。练习空弦时，左手可以轻轻扶在琴身上。为使儿童注意力集中在运弓上，请先不必让孩子看谱练习。

先从中弓开始练习，弓子拉的短些，要数着拍子练习，开始可以每小节四拍，从下弓开始，拉一拍停（休止）一拍。停的时候要检查持弓及运弓是否符合要求。



儿童习惯明确的指令，所以可以这样规定：从一弦开始，每弦拉八弓，然后按顺序练习二、三、四弦。再从四弦按顺序回到一弦，这做为了一小组练习，练完后可稍加休息。练好中弓后，还要练习上半弓、下半弓、全弓。音符可由短渐长，弓速由快渐慢，拍子可由每弓一拍，逐渐增至每弓两拍、四拍，运弓也要由每弓中间停顿一下变为连续不断地演奏。

