



Learn to Play the Cajon Drum

学打卡宏箱鼓教程

Cajon

最适合新手入门与提高的教程

本教程包括图书一本以及DVD光盘一张

认准
正版

本教程配有唯一正版序列号
(见本书首页)

使用正版序列号注册成为RockV会员
获更多本教程学习资料以及教程更新

从最基础学起 快速入门

近300组节奏训练

配有演奏示范与讲解的高清视频

音乐风格全接触

完全适合自学以及培训班使用

RockV制作完美配套音乐

提供多音轨音乐

数十首歌曲编配

网站提供视频以及曲目更新



Cajon Drum Basic Level Lessons

中国出版集团
现代出版社

Alipa
Percussion
Cajon

Learn to Play the Japan Way

学打长龙牌教程

Colan

Author: Colan

Copyright © 2000 by Colan

Copyright © 2000 by Colan

Copyright © 2000 by Colan

Copyright © 2000 by Colan

Copyright © 2000 by Colan

Learn to Play the Cajon Drum

学打卡宏箱鼓教程

RockV
打击乐课程
ROCKV.NET

刮开图层获得本教程正版序列号



使用序列号在 www.RockV.net 网站注册成为会员
获得本教程的更新教学视频以及曲谱等资料



 中国出版集团
 现代出版社

图书在版编目 (C I P) 数据

学打卡宏箱鼓教程 / 汤克夫等编著. -- 北京: 现代出版社, 2015.4
ISBN 978-7-5143-3251-3

I. ①学… II. ①汤… III. ①打击乐器 - 奏法 - 教材 IV. ①J625

中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第078680号

本书作品著作权使用费由中国音乐著作权协会代理
邮编 100005 北京市东单三条33号 京纺大厦5层 电话 010-65232656-532

责任编辑: 张红红
出版发行: 现代出版社
地 址: 北京市安定门外安华里504号
邮 编: 100011
电 话: 010-64267325 64245264 (传真)
琴行及培训团购电话: 18910597078
网 址: www.1980xd.com
电子邮箱: xiandai@cnpitc.com.cn
印 刷: 北京画中画印刷有限公司
开 本: 889×1194mm 1/16
印 张: 9
版 次: 2015年5月第1版 2015年5月第1次印刷
书 号: ISBN 978-7-5143-3251-3
定 价: 38.00元

版权所有, 翻印必究; 未经许可, 不得转载

目录



课程开篇

- 5.....认识 Cajon (卡宏箱鼓)
- 5.....卡宏箱鼓的历史
- 5.....卡宏箱鼓的结构
- 6.....卡宏箱鼓的尺寸
- 7.....如何使用 RockV 的教程自学箱鼓
- 7.....参加培训班

第一章 入门基础

- 8.....第一课 学习基础动作
- 8.....身体坐姿
- 9.....手的基础动作
- 10.....第二课 学打三个基本音
- 10.....认识箱鼓的三个基本音
- 12.....学习看鼓谱
- 13.....学习唱鼓谱
- 14.....三个基本音的基础动作练习
- 14.....Bass 的基础动作练习
- 14.....Slap 的基础动作练习
- 15.....Bass 与 Slap 的混合练习
- 16.....High Slap 的基础动作练习
- 16.....High Slap 与 Bass、Slap 的混合练习
- 18.....Bass、Slap、High Slap 的混合练习

第二章 学打基础节奏

- 19.....第三课 学习 2/4、4/4 拍基础节奏
- 19.....第一组节奏练习
- 21.....第二组节奏练习
- 23.....第三组节奏练习
- 28.....第四组节奏练习
- 29.....第五组节奏练习
- 30.....第四课 4/4 拍基础节奏综合练习
- 34.....练习曲 童年
- 36.....练习曲 张三的歌

- 38..... 第五课 学习 3/4 拍基础节奏
41..... 练习曲 生日快乐歌
42..... 练习曲 We wish you a Merry Christmas

43..... 第六课 学习 6/8 拍基础节奏

44..... 第七课 学习双击

第三章 学打复合节奏

- 46..... 基础练习
47..... 第八课 复合节奏训练 -1
50..... 第九课 复合节奏训练 -2
52..... 第十课 复合节奏训练 -3
54..... 第十一课 复合节奏训练 -4
57..... 第十二课 复合节奏训练 -5
60..... 第十三课 复合节奏训练 -6
64..... 练习曲 新不了情

第四章 学打快速密集的节奏

- 66..... 第十四课 十六分音符密集节奏训练 -1
71..... 第十五课 十六分音符密集节奏训练 -2
74..... 练习曲 甩葱歌
76..... 练习曲 找自己

第五章 学打多种音乐风格的节奏

- 78..... 第十六课 波萨诺娃 Bossanova 风格的节奏
80..... 练习曲 张三的歌 - 波萨版
82..... 第十七课 爵士 Jazz 风格的节奏
84..... 第十八课 放克 Funk 风格的节奏
86..... 第十九课 嘻哈 Hip-Hop/Trip-Hop 风格的节奏
88..... 第二十课 伦巴 Rumba 风格的节奏

第六章 练习曲集

- 90..... 嘀嗒
- 92..... 花房姑娘
- 94..... 老男孩
- 96..... 旅行的意义
- 98..... 朋友
- 100..... 认错
- 102..... 时光
- 104..... 童话
- 106..... 为爱痴狂
- 108..... 因为爱情
- 110..... 有没有人告诉你
- 112..... 再见
- 114..... 怒放的生命
- 116..... 爸爸去哪儿
- 118..... 传奇
- 120..... 大手拉小手
- 122..... 恋爱 ING
- 124..... 伤心的人别听慢歌
- 126..... 会呼吸的痛
- 128..... 张三的歌
- 130..... 光阴的故事
- 132..... 春天里
- 134..... 没那么简单
- 136..... Baby
- 138..... Come together
- 140..... 想你想得我想睡觉 I'm Yours 中文填词版
- 142..... 加州旅馆 Hotel California

143..... 附 节拍视唱练习



Learn to Play the Cajon Drum

学打卡宏箱鼓教程

RockV
打击乐课程
ROCKV.NET

刮开图层获得本教程正版序列号



使用序列号在 www.RockV.net 网站注册成为会员
获得本教程的更新教学视频以及曲谱等资料



 中国出版集团
 现代出版社

目 录



课程开篇

- 5.....认识 Cajon (卡宏箱鼓)
- 5.....卡宏箱鼓的历史
- 5.....卡宏箱鼓的结构
- 6.....卡宏箱鼓的尺寸
- 7.....如何使用 RockV 的教程自学箱鼓
- 7.....参加培训班

第一章 入门基础

- 8.....第一课 学习基础动作
- 8.....身体坐姿
- 9.....手的基础动作
- 10.....第二课 学打三个基本音
- 10.....认识箱鼓的三个基本音
- 12.....学习看鼓谱
- 13.....学习唱鼓谱
- 14.....三个基本音的基础动作练习
- 14.....Bass 的基础动作练习
- 14.....Slap 的基础动作练习
- 15.....Bass 与 Slap 的混合练习
- 16.....High Slap 的基础动作练习
- 16.....High Slap 与 Bass、Slap 的混合练习
- 18.....Bass、Slap、High Slap 的混合练习

第二章 学打基础节奏

- 19.....第三课 学习 2/4、4/4 拍基础节奏
- 19.....第一组节奏练习
- 21.....第二组节奏练习
- 23.....第三组节奏练习
- 28.....第四组节奏练习
- 29.....第五组节奏练习
- 30.....第四课 4/4 拍基础节奏综合练习
- 34.....练习曲 童年
- 36.....练习曲 张三的歌

- 38..... 第五课 学习 3/4 拍基础节奏
- 41..... 练习曲 生日快乐歌
- 42..... 练习曲 We wish you a Merry Christmas

43..... 第六课 学习 6/8 拍基础节奏

44..... 第七课 学习双击

第三章 学打复合节奏

46..... 基础练习

47..... 第八课 复合节奏训练 -1

50..... 第九课 复合节奏训练 -2

52..... 第十课 复合节奏训练 -3

54..... 第十一课 复合节奏训练 -4

57..... 第十二课 复合节奏训练 -5

60..... 第十三课 复合节奏训练 -6

64..... 练习曲 新不了情

第四章 学打快速密集的节奏

66..... 第十四课 十六分音符密集节奏训练 -1

71..... 第十五课 十六分音符密集节奏训练 -2

74..... 练习曲 甩葱歌

76..... 练习曲 找自己

第五章 学打多种音乐风格的节奏

78..... 第十六课 波萨诺娃 Bossanova 风格的节奏

80..... 练习曲 张三的歌 - 波萨版

82..... 第十七课 爵士 Jazz 风格的节奏

84..... 第十八课 放克 Funk 风格的节奏

86..... 第十九课 嘻哈 Hip-Hop/Trip-Hop 风格的节奏

88..... 第二十课 伦巴 Rumba 风格的节奏

第六章 练习曲集

- 90..... 嘀嗒
- 92..... 花房姑娘
- 94..... 老男孩
- 96..... 旅行的意义
- 98..... 朋友
- 100..... 认错
- 102..... 时光
- 104..... 童话
- 106..... 为爱痴狂
- 108..... 因为爱情
- 110..... 有没有人告诉你
- 112..... 再见
- 114..... 怒放的生命
- 116..... 爸爸去哪儿
- 118..... 传奇
- 120..... 大手拉小手
- 122..... 恋爱 ING
- 124..... 伤心的人别听慢歌
- 126..... 会呼吸的痛
- 128..... 张三的歌
- 130..... 光阴的故事
- 132..... 春天里
- 134..... 没那么简单
- 136..... Baby
- 138..... Come together
- 140..... 想你想得我想睡觉 I'm Yours 中文填词版
- 142..... 加州旅馆 Hotel California

143..... 附 节拍视唱练习



课程开篇



认识 Cajon（卡宏箱鼓）

“Cajon”是箱鼓（或称木箱鼓）的英文。Cajon 音译为“卡宏”或“噶宏”，本教程以“卡宏箱鼓”的翻译来表示“Cajon”。

卡宏箱鼓是一个非常简单但是又非常有趣的打击乐器，是一种像木箱形状的打击乐器。演奏者坐在上面，用手敲击前面板，面板不同的位置有不同的音色，组合后可以打击出类似架子鼓的效果，现在用在很多音乐风格中。

卡宏箱鼓的西班牙语为：cajón，西班牙语的本意是木箱或抽屉，它早先流行于古巴、秘鲁等地。起初箱鼓在弗拉明戈和伦巴等拉丁系音乐中经常被使用。经过历史的发展，卡宏箱鼓也进行了一些改良，逐渐发展到现在我们经常看见的这种款式和结构。

现在在一些民谣音乐以及流行乐中也会经常选择用箱鼓来伴奏。由于它的音色接近爵士鼓，而又区别于爵士鼓；其演奏方式自由，简单易学，携带方便，所以越来越被各界热爱音乐的朋友和音乐家所青睐，被运用到了越来越多的音乐风格当中。

近几年来，国内也开始有越来越多的年轻人打卡宏箱鼓，它成为了比较流行的乐器。

卡宏箱鼓的历史

箱鼓的发源一直有争议，但目前普遍的说法是源于古代非洲，后来随着新大陆的发现，部分非洲人被贩卖至南美洲当作奴隶，他们让这种鼓一同流传到秘鲁、古巴等国家，并在南美洲一带逐渐流行起来，再经过改良成为了今日的模样。

卡宏箱鼓的结构

箱鼓外形是一个长方体形状の木箱，一共有 6 个面，箱面配以不同厚度的胶合板所拼砌而成。

前面板是我们用来击打节奏的主要部位，我们也可以称之为鼓面。最重要的一点就是在前面板内侧（箱体内）加设响弦，通过我们的手来击打鼓面（面板）与之产生共振发出声音，制造出类似军鼓般的声响。

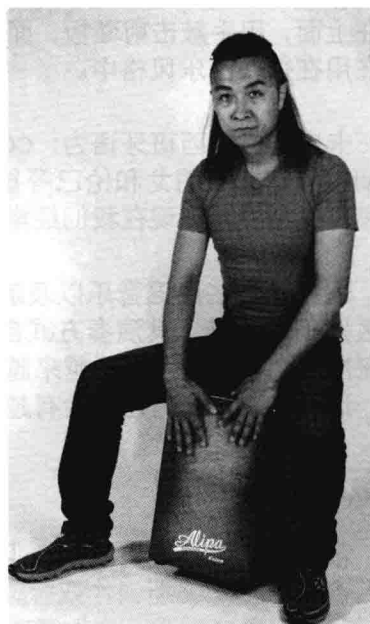
响弦有固定式的和可调节式的。固定式的响弦是不可以调节的。可调节式是在箱鼓的底座有一个六角形的螺帽（不同厂商也许位置会不同），是用来调节鼓弦的松紧的。在买箱鼓时会送有一个六角形的扳手，将扳手插入螺帽中向正时针方向拧是紧鼓弦，向逆时针方向拧是松鼓弦。在这里我们建议不要为了追求箱鼓的音色而把弦上得太紧。弦太紧反而失去了箱鼓特有的音色，并不是弦上得越紧越好；而且由于天气变化的影响，很可能会把鼓弦绷断。

左右两侧的侧板，偶尔会有击打，初学者很少会去打左右两侧的侧板。大部分击打节奏都在面板上。

背板上有一个洞，这个洞是用来发声的音孔。其中背面设有一个圆孔作为共鸣孔（有些箱鼓的设计师把共鸣口放在了侧面上），让声音可以透过这个圆孔扩大及传出。

箱鼓的底部有四个大小均匀的垫子，有的箱鼓故意将面板下面两个垫子做得高些，背板下面两个垫子做得低些，是为了便于音色更好地发出。如果箱鼓下面是平的，为了改善音色，演奏者可以将身体往后坐，让鼓的前面翘起来，这样能使声音更饱满。

我们会坐在箱鼓的顶部，有些鼓还给顶部配置防滑垫，更方便演奏者坐在上面。



卡宏箱鼓的尺寸

卡宏箱鼓的尺寸没有特定标准，通常箱鼓的高度为 18 吋或 20 吋，阔度则为 12 吋或 13 吋，因为这个高度可以让一般的成年人坐在乐器上双脚可以贴地，另外亦有较细的型号，如 13 吋、14 吋或 15 吋的高度亦有，视不同演奏者的需要。

我们可以参考一下某卡宏箱鼓品牌的产品尺寸数据：

高 x 宽 x 厚
44x29x29cm
36x26x29cm
48x29x29cm

我们在选择尺寸的时候，一定要考虑适合自己的身材，过大、过小都会使你在打鼓的时候感觉不舒服。

如何使用 RockV 的教程自学箱鼓

本教程是针对零基础的箱鼓学员进行编写的，从最基础的坐姿、击鼓动作开始学起，然后是节奏训练以及曲目综合练习。在教程的最后部分，我们还安排一系列各种风格的音乐节奏训练。

课程的编写是完全按照学习进度编写进行的，也就是说学员可以完全按照教程的顺序进行自学。教程中的训练谱例也是由易到难。部分章节中条例设计得比较多，目的就是强化训练，通过这种大量的训练，我们不仅能掌握技巧，对节奏律动的感觉和理解也会有明显的效果。

我们学打宏箱鼓教程的学习目标是能够成为小编制乐队的鼓手，可以打主流风格的音乐和歌曲。因此，在学习过程中，我们学习的节奏条例，始终会用于给歌曲伴奏，进行练习。

我们专为教程制作了给箱鼓使用的音乐。不仅提供了完整的曲目示范，还有没有鼓音轨的音乐，我们可以跟着音乐去打鼓，就像是在和乐队排练一样；另外还提供了没有唱的音频文件，我们可以一边打鼓一边唱，使用这些音乐，你完全可以登台演出了。

本教程分为教程和练习曲集两个部分。教程部分以节奏训练为主；曲集部分我们编配了一些流行歌曲。曲集里的歌曲曲谱有编配鼓谱，考虑到我们的学员以初级入门为主，所以大部分鼓谱的编配以简单编配为主，适合初学。

曲集里的歌曲都配有和弦，方便我们组建小乐队的时候读谱。如果有弹吉他、尤克里里的朋友，两三个人就可以组建一个很完美的小乐队。

我们会陆续制作一些曲集里的歌曲示范视频和伴奏音频，发布在 RockV.net 网站上，本教程会员（使用正版序列号注册即可）可以方便地在线观看或下载观看。

本教程的曲谱排版采用的超大字符，在打鼓的时候，曲谱可以放在距离合适的谱台上，轻松自如地看清曲谱，非常方便。

本教程附带有视频光盘，光盘内有 H.264 编码的高清视频 Mp4 文件。**在您打开光盘后，建议您首先将光盘内的所有内容复制到您的电脑硬盘上，尽量不要直接使用光盘播放视频。**如果您使用电脑（PC&Mac），直接打开播放课程视频 .html 网页文件即可；如果使用电视机（具有播放高清视频文件功能的电视机）播放，将视频文件复制到 U 盘上，将 U 盘插入电视机的 USB 接口播放即可；如果使用智能手机或平板电脑，也可以把视频文件复制到手机或平板电脑中进行播放，也可以登录 RockV 网站，进入本教程的课程服务专区，下载手机客户端或适合手机播放的网址。

学习过程中，观看视频是非常重要的，通过观看示范进行学习。

参加培训班

RockV 以及 RockV 合作琴行、培训机构会组织一些免费的课程以及沙龙活动，也会开始一些培训班。详细信息关注 www.RockV.net 网站上的信息发布。

有条件的朋友一定要参见培训班的学习，你学到的一定会更多。更为重要的是，在培训班里我们不仅有训练课，还有排练课。排练课对一个鼓手来说是非常重要而且有趣味的。你会在排练课上更好地学习音乐，演奏音乐。当然，你也一定会交上志趣相投的好朋友。

第一章 入门基础



自学导读：

本章包括两部分的内容：基础坐姿和动作；认识箱鼓的基本音。

第一课 学习基础动作

身体坐姿

我们是坐在箱鼓上进行演奏的，所以学打箱鼓的第一步一定要学会如何坐在箱鼓上，初学者养成好的习惯对以后的演奏能力提升是很重要的。下面我们就来讲一下身体坐姿。

首先身体完全放松，两腿自然分开，膝盖打开也可以，稍向后弯曲也可以。

肩膀也要非常放松，双手自然下垂，双手会很自然地搭在鼓面上。

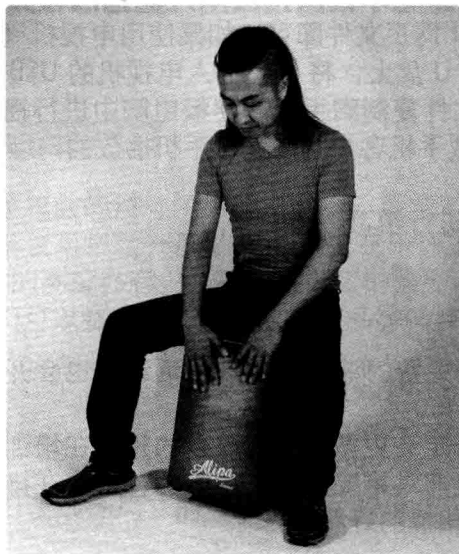
背部（脊椎）要挺直。脊椎要用力往前顶，感觉有一个力在后面支撑着。

初学者很容易出现驼背的状况，身体脊柱是弯曲的，这样非常不好，注意避免这种姿态。

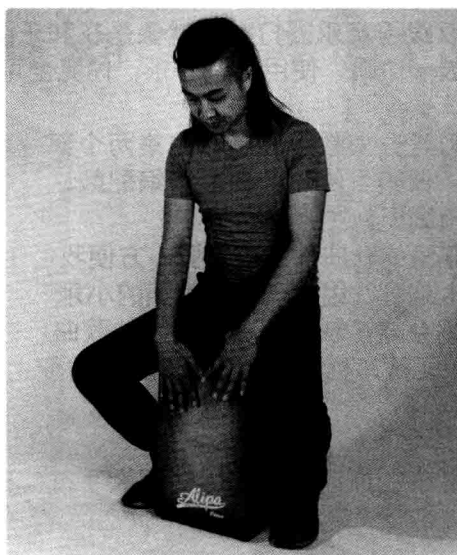
重心也要稍往前一点，身体不要太往后仰，否则你的手是触不到鼓面的。

我们可以直接坐鼓上，也可以让鼓的两个前脚跷起。

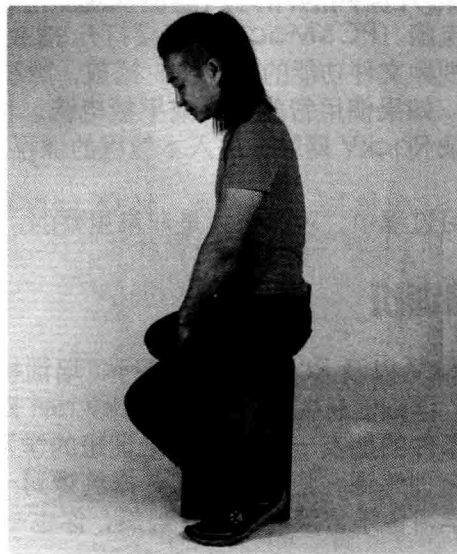
将箱鼓的两个前脚跷起



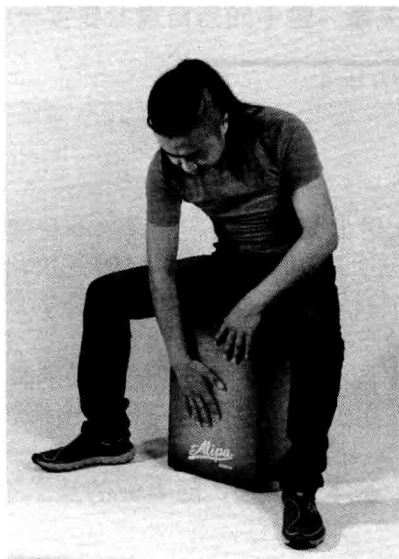
坐姿 正视图



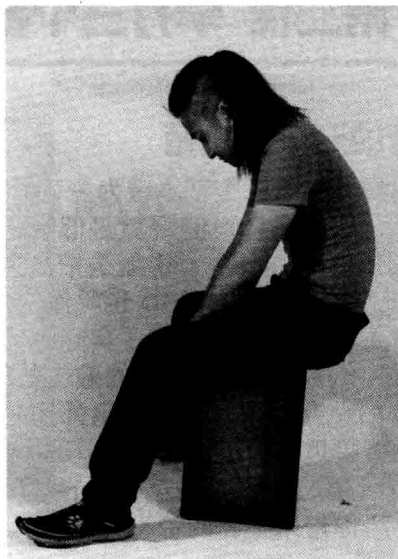
坐姿 侧视图



不良的坐姿



不良的坐姿 侧视图



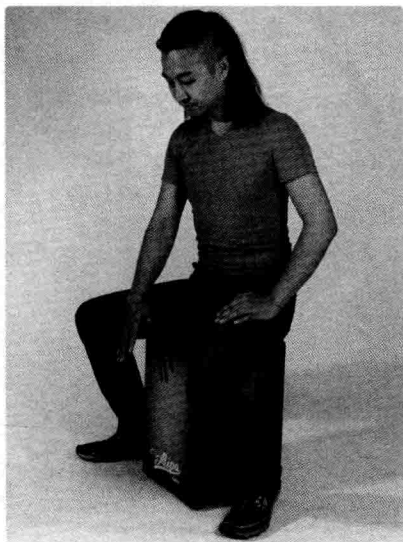
初学者在练习时要注意坐姿，否则会感觉到背部酸疼。正确的姿势也有助于保证力量及敏捷性，使初学者更易于学习。

手的基础动作

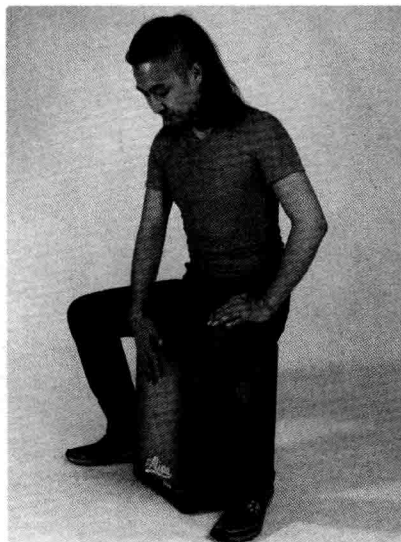
在击打鼓面的过程中，两手及胳膊放松，双手是自然下落的感觉。所谓自然下落的感觉就是在我们的手不用力时，也会有地球引力把你的手往下吸。例如：我们将左手放松完全不用力，右手把左手拿起来，拿到一定的高度，然后右手松开左手自然落下；反之右手也是一样的。初学者可以多试几次这样的方法来找双手下落的感觉。

我们在击打时，手臂是会往上抬的，我们可以抬得很高，也可以抬得低一些，用抬起手臂的高度来控制音量的大小。而不是双手用力地打击鼓面来控制音量大小。

手抬起



手落下



第二课 学打三个基本音

认识箱鼓的三个基本音

卡宏箱鼓主要以三个基本音为主：

第一个音：Bass 直译就是低音的意思，相当于爵士鼓的底鼓、低音鼓的音效和作用；

第二个音：Slap 直译就是拍击的意思，相当于爵士鼓的小鼓、军鼓的音效和作用；

第三个音：High Slap 也叫作 Ghost Note，相当于爵士鼓的踩镲、踏镲的效果；

这里所说的是三个基本音，实际上卡宏箱鼓的音色有很多变化，仅仅针对这三个基本音，通过不同的手型、不同的力度和不同的敲击位置，都会产生不同的音色。通过打击箱鼓的其他位置如侧板、背板等等，都会有不同的音效。另外还有很多演奏者使用鼓刷以及配合其他打击乐，更能产生丰富的变化以及极具风格特色的音乐。

针对我们新入门学习卡宏箱鼓的学员，先从这三个基本音学起，随着你的技术不断提高，相信卡宏箱鼓会给你带来不断的惊喜。

击打鼓面的不同位置会发出不同的声音，现在我们来学习如何打出这三个基本音。参考下图以及本教程的配套光盘视频。

在鼓面上半面中间部分如图，是 Bass 的声音。

在鼓面大约四分之一的上半面如图，是 Slap 的声音。

在鼓面大约八分之一的上半部分如图，是 High Slap 的声音。

在击打鼓面的不同位置的时候，我们运用到的手的位置也不同，在击打 Bass 音时，我们是用整个手掌来击打的。在击打 Slap 的音时，是用手指根以下的部位击打。在击打 High Slap 音时，是用手指第二个骨节以下的部位击打。

Bass 音

Bass 音的位置 手型 1



Bass 音的位置 手型 2

