

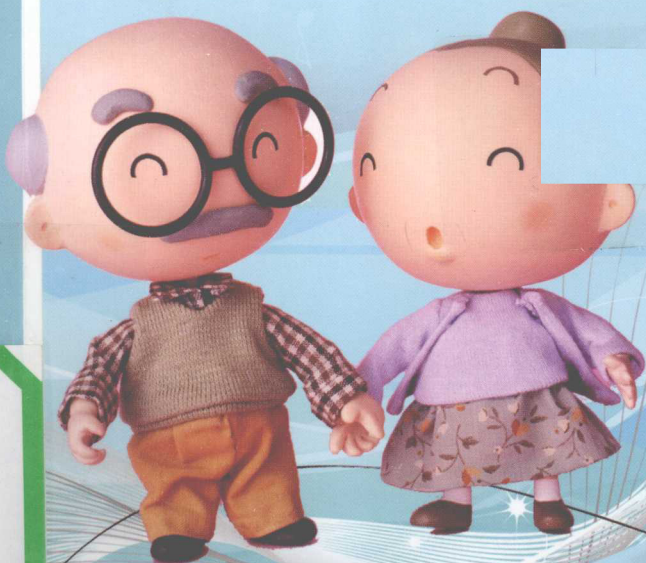
老年大学系列教材

马肇统◎编著

Zhong Lao Nian
Xue
Gangqin



中老年 学钢琴 (上)



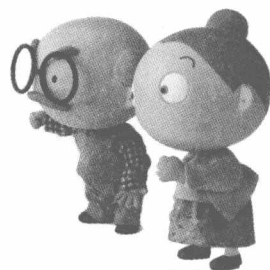
时代出版传媒股份有限公司
安徽文艺出版社

老年大学系列教材

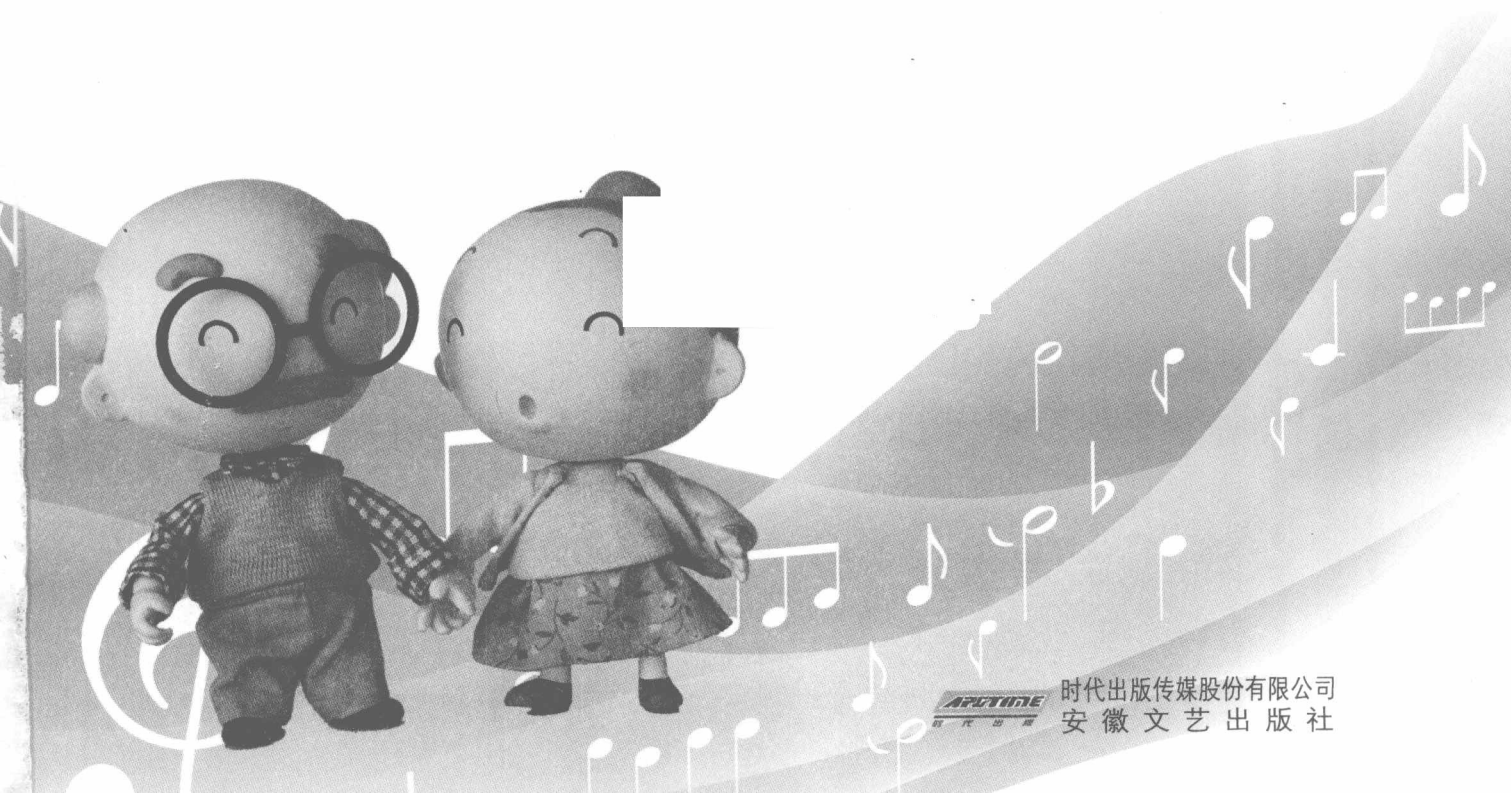
中老年

Zhong Lao Nian
Xue
Gangqin

学钢琴



马肇统◎编著



时代出版传媒股份有限公司
安徽文艺出版社

图书在版编目(C I P)数据

中老年学钢琴 / 马肇统编著. — 合肥: 安徽文艺出版社, 2010.7
ISBN 978-7-5396-3367-1

I.中… II.马… III.钢琴-奏法-教材 IV.J624.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2010)第 043900 号

出版人: 唐伽

责任编辑: 陶彦希

封面设计: 宋文岚

出版发行: 时代出版传媒股份有限公司 www.press-mart.com

安徽文艺出版社 www.awpub.com

地址: 合肥市翡翠路 1118 号 邮政编码: 230071

营销部: (0551)3533889

印制: 合肥华星印务有限责任公司 (0551)5714687

开本: 880×1230 1/16 印张: 19.75 字数: 320 千字

版次: 2010 年 7 月第 1 版 2010 年 7 月第 1 次印刷

定价: 39.00 元(上下)

(如发现印装质量问题, 影响阅读, 请与印刷厂商联系调换)

版权所有, 侵权必究

编者的话

当今，我们伟大祖国的各项事业，在党的领导下，科学发展、社会安定、市场繁荣、家庭和睦。在这大好形势下，群众文化的普及也是适逢其时，蓬勃兴旺，各阶层、不同年龄段的人们都得以大圆其梦，大展其才。

首先看老年群体，他们在年轻时，由于工作艰辛、生活颠簸、家务繁重和经济困难诸多原因，弹琴是想都不敢想的。可今日，大好形势给广大离退休老同志带来了幸福的晚年，不少人憧憬着年轻时的梦想，要圆弹钢琴的梦。

但是花甲之年的老同志能否如愿学会弹琴呢？上了岁数，又不识谱，手脑欠灵，困难颇多，的确会反复思考这些问题。我通过十多年老年学琴的教学实践，作出了肯定的回答：老年学员学习态度端正，刻苦认真，时间充分，勤奋好学。各地又为满足老年人的愿望，开设了各种类型的钢琴课。在老师们正确的施教下，充分了解钢琴艺术的特点及其魅力，就能不断提高学习兴趣，增强信心，比较系统地掌握键盘乐器基础知识及基本技能技巧。从零开始，循序渐进，逐步提高演奏能力，就一定能达到愉悦身心、丰富生活、陶冶情操、增进健康的美满境地。

再说成人群体，从二三十岁到四五十岁，是一个人一生中的黄金时段，他们有较强的学历，理解力强，精力旺盛，感情丰富，更能发挥成年人勤奋、自觉、好学的优势，定能掌握钢琴这优雅丰富的音色，奏出悦耳动听的中外乐曲。

本教程是面对老（中）年学者群体的生理特点和程度差异而分项编写，即按乐理知识、基本功训练、练习曲、乐曲以及其它有关学习内容，从零开始，边学边练，循序渐进，逐步提高。

本教程根据循序渐进的原理，共分为三部分。第一部分为初级教程。重点强化训练五线谱的固定唱名法，通过与基本乐理并进，熟悉在高音谱表、低音谱表和大谱表上各音的音名、唱名位置，逐步掌握C大调及其关系小调的音阶、琶音、练习曲和乐曲的弹奏，并进行基本的五音位置的手型训练，练好基本功，为以后学好升降系统的各调打好基础。

第二部分为中级教程。开始逐步学习一升、一降，二升、二降及三升、三降各大调及其关系小调的音阶、琶音、练习曲、乐曲及有关乐理，重点训练某些应用技巧，更好地理解弦与分解和弦的奏法。

第三部分为提高教程。在掌握一、二部分的基础上，更上一层楼，自学《车尔尼》作品599、849、821、299等练习曲中的技巧乐段，并选择《莱蒙》、《布格缪勒》、《小奏鸣曲》、贝多芬《卡农》和一些中外名曲中的经典作品，以扩充演技范围，培养丰富音乐的表现能力。

为适应广大学者对本教程学习和使用时方便，特分上、下两册装订，上册为初级部分、中级部分，下册为提高部分。

结合教程内容，书中穿插了一些音乐家的生平简介和有关音乐格言，在一些练习曲和乐曲下方加写了“练习提示”，以利学者艺术素质的提高。

本教材在编写过程中得到了中国音乐家协会会员、江苏省教育科学研究院艺术教育研究所所长、江苏教育学院音乐系主任马晓歌副教授的大力帮助，同时也得到金陵老年大学各级领导和文体系钢琴教研室各位老师的热情支持，在此谨向他们表示衷心地感谢。

本教程在编写过程中，不足之处在所难免，敬请有关专家及广大读者给予指正。

目 录

上

初级部分

一、练琴方法	(1)
二、乐理知识	(4)
1. 五线谱	(4)
2. 谱号、谱表	(4)
3. 键盘、音名、音组与唱名	(5)
4. 音 符 (单纯音符与附点音符)	(7)
5. 休止符	(8)
6. 节拍、拍号	(8)
7. 临时变音记号	(9)
8. 半音与全音	(10)
9. 大调式音阶	(10)
10. 小调式音阶	(10)
11. 常用记号	(10)
12. 识谱歌	(14)
13. C 大调、a 小调音阶与琶音基本练习	(15)
三、识谱视奏练习	(16)
1. 高音谱表 (右手按标明指法触键弹奏)	(16)
2. 低音谱表 (左手按标明指法触键弹奏)	(19)
3. 大谱表 (立体看谱, 双手弹奏)	(22)
四、乐曲与练习曲	(27)
1. 黄河船夫曲 (片断)	冼星海 (27)
2. 音乐台阶	汤普森 (27)
3. 希望之星	德国民歌 (28)
4. 奔流的河	汤普森 (29)
5. 湖上天鹅	汤普森 (30)
6. 一个欢乐的圆舞曲	MATHEWS (31)

7. 五月里	贝 尔 (32)
8. 小 曲	车尔尼 (33)
9. 钟 声	汤普森 (34)
10. 当雨停了的时候	施密特 (35)
11. 雪花飘飘 (作品第 58 首)	拜 厄 (36)
12. 蜂 箱	克瓦塔尔 (37)
13. 在泉水旁	厄斯滕 (38)
14. 春天来了	德国儿歌 田 梅伴奏 (39)
15. 微风送花香 (作品第 55 首)	拜 厄 (40)
16. 飘落的枫叶 (作品第 52 首)	拜 厄 (41)
17. 平安夜	弗朗兹·格鲁伯 (42)
18. 送 别	[美] J.P.奥德威曲、李叔同填词 (43)
19. 阿拉伯风格曲 (作品 100—2)	布格缪勒 (44)
20. 小燕子	王京其 (46)
21. 小杜鹃	谷 诃曲 田 梅伴奏 (47)
22. 哈 农 (钢琴指法练习曲之 1)	哈 农 (48)
23. 哈 农 (钢琴指法练习曲之 11)	哈 农 (50)
24. 练习曲 (车尔尼作品 599—11)	车尔尼 (52)
25. 练习曲 (车尔尼作品 599—14)	车尔尼 (53)
26. 练习曲 (车尔尼作品 599—15)	车尔尼 (54)
27. 练习曲 (车尔尼作品 599—17)	车尔尼 (55)
28. 音阶练习	选自北师院文艺系教材 (56)
29. 音阶综合练习	选自幼师进修教材 (56)
30. 音阶练习	选自拜厄钢琴基本教程附录 (58)
31. 练习曲 (车尔尼作品 599—19)	车尔尼 (59)
32. 练习曲 (《钢琴基本教程》之 91)	拜 厄 (60)
五、音乐家简介	(61)
1. 冼星海	(61)
2. 汤普森	(61)
3. 拜 厄	(61)
4. 哈 农	(61)
5. 车尔尼	(61)
6. 李叔同	(62)
7. 布格缪勒	(62)

中级部分

第一部分：一个升、降号调

一、乐理知识	(63)
1. G 大调的产生与识别	(63)
2. e 小调的简介	(63)
3. G 大调、e 小调音阶与琶音基本练习	(64)
4. F 大调的产生与识别	(65)
5. d 小调的简介	(66)
6. F 大调、d 小调音阶与琶音基本练习	(66)
7. 完全小节与不完全小节	(67)
8. 切分音	(67)
9. 三连音	(68)
10. 速度术语	(68)
11. 常见的表情术语	(69)
二、乐曲与练习曲	(70)
1. 月亮里的人	汤普森 (70)
2. 摇篮曲	菲里普 (71)
3. 啄木鸟	汤普森 (72)
4. 荷兰舞曲	汤普森 (74)
5. 仙女的竖琴	汤普森 (75)
6. 青蛙合唱	汤普森 (77)
7. 都柏林城	汤普森 (78)
8. 假如所有受人爱慕的少女都相信我	爱尔兰民歌 (80)
9. 绿袖子	英国民歌 (81)
10. 牧 歌 (作品 100—3)	布格缪勒 (82)
11. 摇篮曲	弗利斯 (84)
12. 雪绒花	奥斯卡·哈皮斯坦词 理查德·罗杰斯曲 (86)
13. 我们在一起	英国民歌 (87)
14. 清澈的溪水 (作品 100—7)	布格缪勒 (88)

15. 小狂欢节 (华尔兹)	斯特雷·博格 (90)
16. 星光圆舞曲	布雷德纳 (93)
17. 过去的好时光	苏格兰民歌 (96)
18. 遥远的钟声	斯特雷博格 (97)
19. 和弦游戏	汤普森 (98)
20. 仙 宫	汤普森 (99)
21. 卖报歌	聂耳曲 安娥词 王颖配伴奏 (100)
22. 晚 钟	汤普森 (101)
23. 西班牙的节日	汤普森 (102)
24. 小步舞曲	巴赫 (104)
25. 坦 诉 (作品 100—1)	布格缪勒 (106)
26. 蓝铃花	威廉·小乌特 (108)
27. 鲁宾鸟的歌声	MATHEWS (111)
28. 渴望春天	莫扎特曲 奥弗贝克词 姚锦新译配 (112)
29. 赤诚花 (朝鲜歌剧《卖花姑娘》插曲)	(113)
30. 快乐的农夫	舒曼 (114)
31. 进行曲 (选自歌剧《诺尔玛》)	V. 贝里尼 (115)
32. 波尔卡舞曲	格林卡 (117)
33. 故乡的亲人	福斯特 (118)
34. 可爱的家庭	比晓普曲 沈秉廉填词 (119)
35. 哈 农 (钢琴指法练习曲之 15)	哈 农 (121)
36. 练习曲 (作品 599—45)	车尔尼 (123)
37. 练习曲 (作品 599—40)	车尔尼 (125)
38. 三连音 (《钢琴基本教程》之 74)	拜 厄 (126)
三、音乐家简介	(128)
1. 聂 耳	(128)
2. 巴 赫	(128)
3. 福斯特	(128)
4. 比晓普	(128)
5. 罗杰斯	(129)
6. 格林卡	(129)
7. 莫扎特	(129)
8. 舒 曼	(129)

第二部分：二个升、降号调

一、乐理知识	(130)
1. D大调的产生与识别	(130)
2. b小调的简介	(130)
3. D大调、b小调音阶与琶音基本练习	(130)
4. $\flat B$ 大调的产生与识别	(132)
5. g小调的简介	(132)
6. $\flat B$ 大调、g小调音阶与琶音基本练习	(132)
7. 音程	(134)
8. 音程的性质	(134)
9. 旋律音程和和声音程	(135)
10. 和弦	(135)
11. 三和弦	(135)
12. 三和弦中各音名称	(135)
13. 和弦的名称	(135)
14. 三和弦的转位	(136)
15. 七和弦	(136)
二、乐曲与练习曲	(137)
1. 划船	西班牙民歌 汤普森编曲 (137)
2. 落叶	汤普森 (138)
3. 很久以前	爱尔兰民歌 (139)
4. 洋娃娃和小熊跳舞	波兰歌曲 (140)
5. 水仙花园舞曲	弗朗克林 (141)
6. 致西莉亚	汤普森 (143)
7. 德国民歌	巴赫 (144)
8. 吹吹打打	李重光 (145)
9. 草原之夜(选自影片《绿色的原野》)	张加毅词 田歌曲 马肇统配伴奏 (146)
10. 猫头鹰的问题(夜曲)	汤普森 (149)
11. 劳动最光荣(影片《小猫钓鱼》主题歌)	金近、夏白词 黄准曲 王颖、田梅配伴奏 (150)
12. 玛依拉	哈萨克族民歌 马肇统配伴奏 (151)
13. 采茶	选自幼师教材 田梅配伴奏 (153)
14. 寂寞的流水	汤普森 (154)
15. 路边的玫瑰	菲舍尔 (155)

16. 土耳其进行曲	贝多芬 (159)
17. 哈 农 (钢琴指法练习曲—20)	(161)
18. 练习曲 (作品 599—23)	车尔尼 (163)
19. 练习曲 (作品 599—68)	车尔尼 (164)
20. 练习曲 (作品 599—51)	车尔尼 (166)
21. 练习曲 (作品 599—63)	车尔尼 (168)
22. 练习曲 (作品 599—65)	车尔尼 (170)
23. 练习曲 (作品 599—53)	车尔尼 (171)
24. 练习曲	勒士豪恩 (172)
三、音乐家简介	(174)
1. 黄 淮	(174)
2. 贝多芬	(174)

第三部分：三个升、降号调

一、乐理知识	(175)
1. A 大调的产生与识别	(175)
2. $\sharp f$ 小调的简介	(175)
3. A 大调、 $\sharp f$ 小调音阶与琶音基本练习	(176)
4. $\flat E$ 大调的产生与识别	(177)
5. c 小调的简介	(178)
6. $\flat E$ 大调、c 小调音阶与琶音基本练习	(178)
7. 五声调式	(179)
二、乐曲与练习曲	(181)
1. 春之歌	汤普森 (181)
2. 骑士和女士	汤普森 (183)
3. 小溪之歌	汤普森 (184)
4. 大红枣儿甜又香 (选自歌剧《白毛女》)	集体作词 王 颖、田 梅编曲 (185)
5. 八月桂花遍地开	选自中师教材 (186)
6. 小白船	〔韩〕尹克荣词曲 李正浩配伴奏 (187)
7. 瑶族舞曲	王颖编曲 (189)
8. 花 鼓	四川民歌 黎英海曲 (192)
9. 练习曲	选自拜厄钢琴基本教程 81 (194)
10. 练习曲 (作品 599—30)	车尔尼 (196)

目 录

下

提高部分

一、乐曲与练习曲	(199)
1. 中华人民共和国国歌	聂耳曲 王颖伴奏 (199)
2. 运动员进行曲	吴光锐、贾双、李明秀曲 (201)
3. 练习曲(作品849-6)	车尔尼 (203)
4. 练习曲(作品849-1)	车尔尼 (206)
5. 练习曲(作品821-1)	车尔尼 (209)
6. 练习曲(作品821-3)	车尔尼 (210)
7. 练习曲(作品821-4)	车尔尼 (211)
8. 练习曲(作品Op. 37 No. 22)	莱蒙 (212)
9. 练习曲(作品Op. 37 No. 26)	莱蒙 (214)
10. 练习曲(作品599-94)	车尔尼 (216)
11. 农民舞曲	汤普森 (217)
12. 新疆舞曲	新疆民歌 王颖、田梅编曲 (218)
13. 练习曲(作品599-93)	车尔尼 (220)
14. 摩天大厦	汤普森 (221)
15. 摇篮曲	舒伯特 (223)
16. 练习曲(作品599-99)	车尔尼 (224)
17. 边疆的泉水清又纯(故事影片《黑三角》插曲)	凯传词 王酩曲 (225)
18. 黑键练习曲	[俄]戈利坚别尔格 (227)
19. 匈牙利舞曲	勃拉姆斯 (228)
20. 风笛舞曲	莫扎特 (230)
21. 啊!多么晴朗(选自歌剧《玛尔塔》)	弗洛托 (232)
22. 公爵的歌(选自歌剧《弄臣》)	威尔第 (234)
23. 猎人们的合唱	韦伯 (236)
24. 八音盒(片段)	波尔迪尼 (238)
25. 箫	汉族民歌 刘远理改编 (239)

26. 卡 农	贝多芬 (240)
27. 哈巴涅拉 (选自歌剧《卡门》)	比 才 (242)
28. 斗牛士之歌 (选自歌剧《卡门》)	比 才 (244)
29. 夏日最后的玫瑰	Fr.弗洛托 (246)
30. 四小天鹅舞 (选自芭蕾舞剧《天鹅湖》)	柴可夫斯基 (248)
31. 晨祷者	L.斯特雷·博格 (250)
32. 小奏鸣曲 (Op. 36—1 第一乐章)	M.克莱门蒂 (254)
(Op. 36—1 第二乐章)	(256)
(Op. 36—1 第三乐章)	(258)
33. 小奏鸣曲 (Op. 55—1 第一乐章)	库 劳 (260)
34. 杂色玫瑰	G.C.朗 格 (268)
35. 致爱丽丝	贝多芬 (274)
36. 那不勒斯歌曲	柴可夫斯基 (279)
37. 练习曲 (作品 299—12)	车尔尼 (282)
38. 小 曲 (Op. 33—1)	贝多芬 (285)
39. 天使的歌声 (Op. 100—21)	布格缪勒 (291)
40. 怀 旧	张正祥词 马肇统曲 (293)
二、音乐家简介	(294)
1. 舒伯特	(294)
2. 勃拉姆斯	(294)
3. 威尔第	(294)
4. 韦 伯	(294)
5. 波尔迪尼	(294)
6. 柴可夫斯基	(295)
7. 克莱门蒂	(295)
8. 库 劳	(295)
9. 莱 蒙	(295)

初级部分

一、练琴方法

你听过这样一首儿歌吗？它这样唱着：“我有两只手，左手和右手，每只手都有五个手指头，一二三四五，五四三二一，我用手指弹钢琴，真呀真高兴。”可见，钢琴这一拥有 88 键的大型键盘乐器，需要我们用双手来弹奏，十个手指头都要“上阵”，不可缺一。（请看图示 1）

练琴需要有科学的练琴方法，掌握了科学的练琴方法，就可提高练琴成效，因此练琴时应做到以下几点：

1. 认真识谱

在学习弹奏技能的同时，要十分注意重视识谱和乐理知识的学习，只有不断提高识谱能力，养成看谱弹奏的习惯，才能更好地理解，遇到难点时能主动探讨解决，进步也就快些。

2. 细心看谱

首先要看清这首乐曲的主题，是要表现什么样的音乐形象，然后看清谱中各种标记，包括谱号、调号、拍号、指法、表情与速度记号等，做到音高准、节奏准，一个音都不要错。

3. 基本功训练

声乐学习者在每练唱一首歌之前，都需要先认真练声，因为通过练声活动，才能把理论变为实际，把概念变为行动，培养正确的发声方法，纠正错误的不良习惯。所以先解决“如何唱”比“唱什么”重要。我们弹琴也是如此，不能一打开琴就弹乐曲，而应重视基本功的训练：

首先要练习正确的手型。手呈半圆型，如握球状，指关节、掌关节要自然拱起，手腕平放，略低于掌关节，手指自然弯曲，用指端肌肉触键（大拇指用指端外侧肌肉触键）双手的无名指和小指都要站好。请看图示（2—10）：

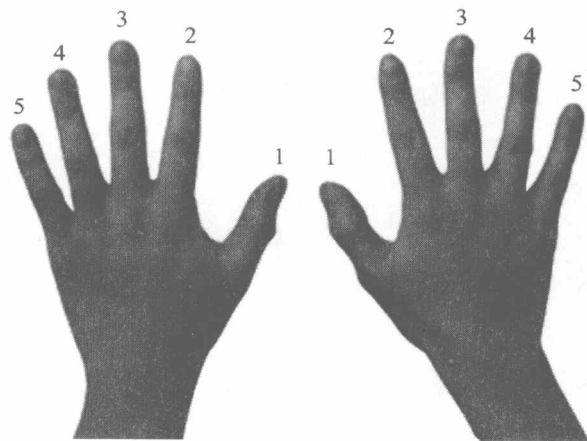


图 1



图 2（正确）

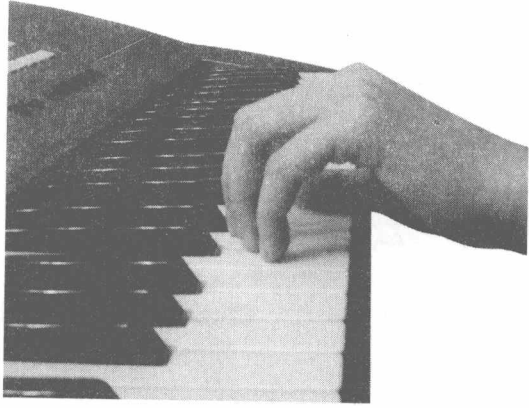


图3 (穿指)

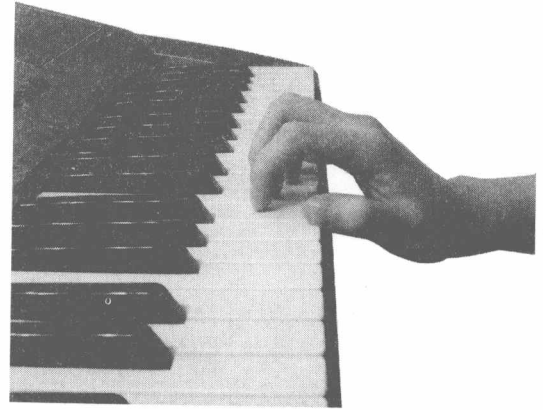


图4 (手腕太低)

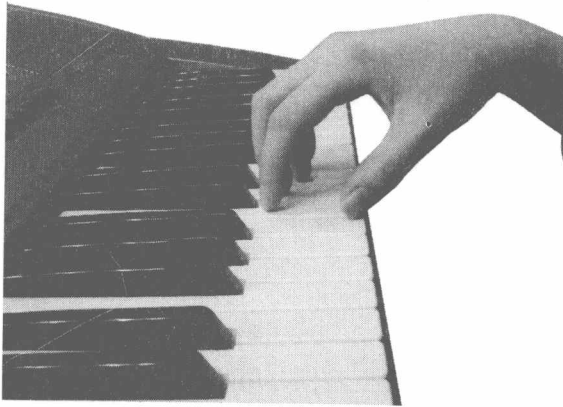


图5 (手腕太高)

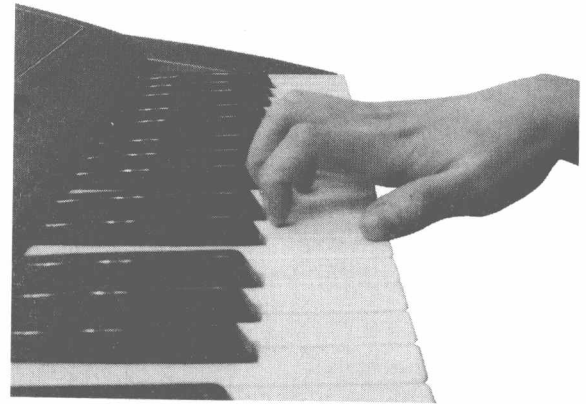


图6 (掌关节塌陷)

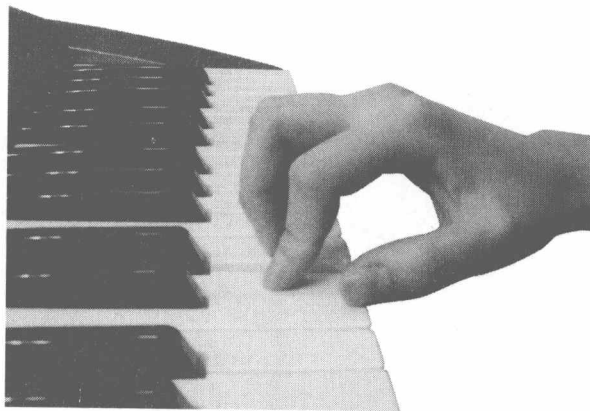


图7 (第一指关节凹陷)

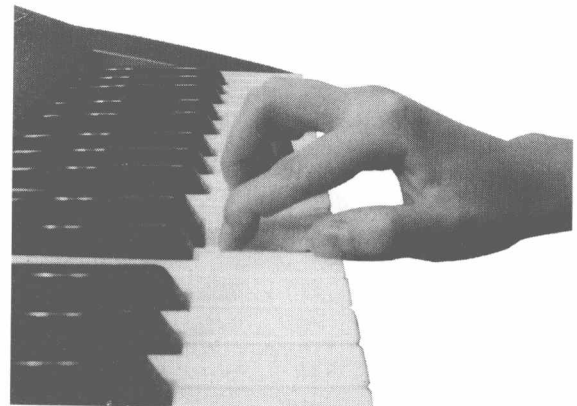


图8 (第二指关节凹陷)

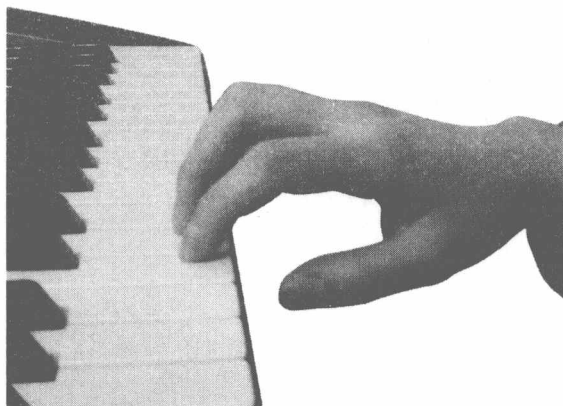


图9 (大拇指悬在键外)

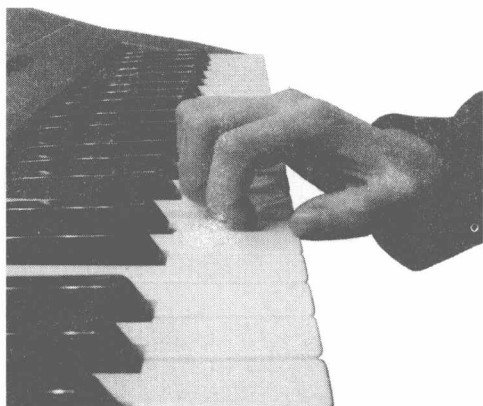


图10 (手指内勾)

第二要练指法。在学琴过程中，严格按照乐谱所标定的指法进行弹奏是很重要的，要循序渐进、由浅入深、耐心持久地练，为以后需要时，自己能科学合理地选择指法弹琴打下良好的基础。

第三要练常规的音阶、琶音及和弦。乐曲都由音阶和琶音的音型或片断构成，它们是音乐建筑中优美而有趣的一部分。日常重视音阶和琶音的练习，有助于演奏和整个音乐修养的提高，弹琴效果就会大不相同。

第四要练各种技术性的练习曲。例如有的是练手指灵活的，有的是练手腕断奏能力的，有的是练三连音的，有的是练颤音的等等。练习曲具有十分有效的技术训练手段，所以世界各国的钢琴学生，几乎没有不认真刻苦弹奏练习曲的。

4. 练琴步骤

科学合理地安排练琴步骤，可以事半功倍，搞高练习效果：

(1) 先分后合。每练一新曲时，应先分手练习，这样可集中精力在一只手上弹准、弹熟乐谱，然后再双手合练。合练时，应学会在大谱表上立体看谱，上下对准节奏，尽可能使双手配合协调，初练者尤其要多关注左手。

(2) 先慢后快。每练一首新曲时，开始应慢，慢练可以仔细、认真地看谱，更好地顾及乐谱的方方面面，也便于克服弹奏技巧上的难点。在基本练好的基础上，再逐步加快，以达到乐曲规定的速度。

(3) 先零后整。在练习过程中，对于技术难点或总是容易出错的地方，应先重点反复练习，待难点解决后，再连贯地作整体练习。若不顾轻重易难，一遇问题就从头再来，这样难点得不到应有的练习，就达不到良好的练习效果。

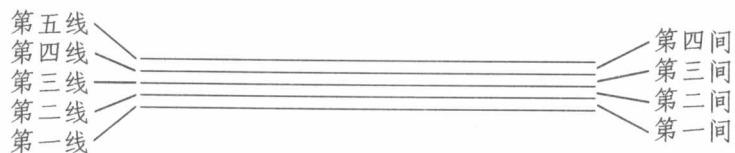
(4) 先粗后细。粗是指先完成乐曲的基本面貌，包括调不错、音不错、指法不错、节拍不错、节奏不错、弹奏方法和句法不错等。细是指对乐曲的加工处理，包括对音色、力度、速度等表情方面的表达以及加练踏板，以起到锦上添花的效果。

以上正确的练琴方法，非朝夕之功所能达到，一定要耐心地坚持练，在练琴过程中，心、眼、脑、手、耳要同时并用，才能保证弹奏的顺利进行。

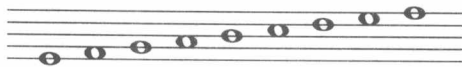
二、乐理知识

1. 五线谱

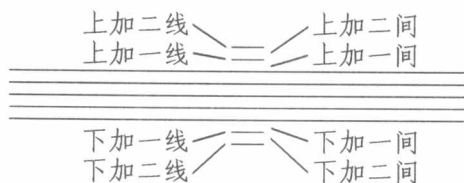
五线谱是世界各国通用的乐谱，它是由五条等长、等距离的平行横线构成。线的名称是自下而上依次称为第一线、第二线……，线与线中间的空白部位称为“间”，“间”的名称也是自下而上依次称为第一间、第二间……。



以上五线四间共有九个位置，分别表示九个不同的音高：



五线四间不够用时，可在五线的上方或下方临时加设短横线，就能记录更高或更低的音。上加线（间）的名称依次往上推算，下加线（间）的名称则依次往下推算。



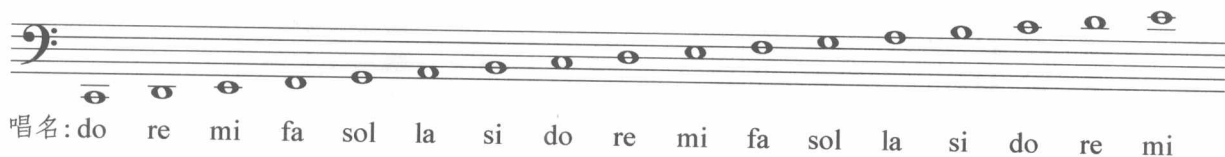
2. 谱号、谱表

仅有五条线还不能确定所记音符的高度，还必须在五条线的左端写上一个记号，才能表示各个音符的实际音高和唱名，这个确定五线谱上音高位置的记号就叫谱号。最常用的谱号有两种：

(1) 高音谱号 (♩): 写上高音谱号的五线谱叫做高音谱表。高音谱表中的各音通常用右手弹奏，其位置如下：



(2) 低音谱号 (♭): 写上低音谱号的五线谱叫做低音谱表。低音谱表中的各音通常用左手弹奏, 其位置如下:



(3) 大谱表: 将高音谱表与低音谱表连结起来, 加上大括号, 叫大谱表。大谱表中常用的各音位置如下:



在大谱表中, 高音谱表中的下加一线与低音谱表中的上加一线是同一个位置。

3. 键盘、音名、音组与唱名

钢琴的键盘由 36 个黑键和 52 个白键组成。黑键都按两个、三个一组相间排列。白键和黑键都有自己固定的音名, 而最基本的音名只有七个, 它们依次是 C、D、E、F、G、A、B (都位于白键上), 被重复地使用着, 为了区分音名相同而音高不同的各音, 我们把它们分为若干音组, 组别用音名的大写或小写来标记:

音 名	A ₂ B ₂	C ₁ ……	C ……	c ……	c ¹ ……	c ² ……	c ³ ……	c ⁴ ……	c ⁵
组 别	大字二组	大字一组	大字组	小字组	小字一组	小字二组	小字三组	小字四组	小字五组

现将大谱表中各音的音名及其在键盘上的位置、组别并附简谱唱名对照图示如下:

【见下页】