

音

乐

技

能

训

练

丛

书



蔡妮 编著

钢琴课

——基本训练与考级指导



 中国人民大学出版社

音 乐 技 能 训 练 丛 书

蔡妮 编著

钢琴课

—— 基本训练与考级指导

 中国人民大学出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

钢琴课：基本训练与考级指导/蔡妮编著.

北京：中国人民大学出版社，2001

(音乐技能训练丛书)

ISBN 7-300-03816-6/G·806

I. 钢…

II. 蔡…

III. 钢琴 - 奏法

IV. J624.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2001) 第 033635 号

音乐技能训练丛书

钢琴课

——基本训练与考级指导

蔡妮 编著

出版发行：中国人民大学出版社

(北京中关村大街 31 号 邮编 100080)

邮购部：62515351 门市部：62514148

总编室：62511242 出版部：62511239

E-mail: rendafx@public3.bta.net.cn

经 销：新华书店

印 刷：三河市实验小学印刷厂

开本：787×1092 毫米 1/16 印张：11.5 插页 1

2001 年 10 月第 1 版 2001 年 10 月第 1 次印刷

字数：249 000

定价：19.00 元

(图书出现印装问题，本社负责调换)



丛书絮语

音乐艺术以人声和乐器的乐音为主要物质媒介，音乐美的创造更要依靠表演者对作品的二度创作完成，这就使音乐的表现具有较其他艺术更强的技巧性。掌握良好的音乐技能是从事音乐艺术的基本条件。因此，音乐技能训练是全面提高音乐的素质、培养想像力、创造力和意志品质的过程。

美籍匈牙利钢琴家乔治·桑多尔曾指出：

钢琴家击键的方式，小提琴家使用手臂和手指的方式，歌唱家、木管乐器演奏家控制呼吸的方法决定他们发音的音质。他们的音乐是他们动作的结果。

良好的音乐表现与完美技巧的一致性，不但有赖于音乐技能训练的系统性和科学性，也对其相关因素提出了要求，如扎实的理论基础、名师的指导、有针对性的训练方法和切实有效的教材体系等。

中国人民大学出版社推出的“音乐技能训练丛书”正是面对广大音乐学习者的实际要求，向他们提供音乐技能训练方面的指导。这套丛书包括音乐理论（基本乐理、视唱练耳、应用和声、作曲法、配器法等），器乐演奏，声乐，音乐欣赏方法等方面的内容，并将分册陆续出版。丛书的作者均为国内富于实际教学经验的专家。丛书的体例按照教材的写法，在讲解音乐技能的概念、要领、原则和方法的基础上，重视实用练习的设计，以使理论知识转化为技能，以加强丛书的实用性。

音乐技能训练是实践性很强的学习过程。音乐学习者尤其应当发挥主观能动性和创造精神，不但要注意掌握丛书介绍的基本原则和训练方法，更要注意总结规律，找到最适合自己的有效途径，这样才能获得事半功倍的良好效果。科学的训练、循序渐进的长期磨炼、艺术修养和文化素质的全面提高，是练就良好音乐技能的保证。

编辑出版本丛书的全体工作人员希望这套丛书的出版能对普及音乐艺术教育，提高全民族的审美水平及文化素质作出积极的贡献。

编 者

2001年8月



前言

随着经济的发展，人们对文化和自身素质的要求、对下一代的企盼和培养日益重视。持续了十几年的钢琴热至今还在蓬勃兴旺，全国十几万琴童在学琴的道路上，或兴奋或艰辛地努力着。身为教师，看到不少学生和家长在这条道路上的困惑、犹豫、艰难、疲惫，萌发了编写本书的念头。我想以自己多年来学习、演奏、教学的经验，告诉大家一些学琴的心得，建立一些原则，澄清方法上的是非，并使学生对音乐产生深刻和美好的认识，盼望能使大家学琴更有目的性、更有兴趣，使学习变得更顺利、更轻松、更自觉。

一、注重过程

像我们这一代人，看到自己已成年的孩子，心中总是感叹时间过得太快了，孩子瞬间就长大了；后悔在他们小时候，总是站在家长的角度上，批评指责孩子，没有足够的忍耐，没有与他们共享学琴过程中的欢乐与痛苦。现在，我站在过来人和老师的角度，真正认识到父母与孩子一起共享成功的喜悦和失败的沮丧，与其说是必要的，不如说是幸福的、奢侈的。孩子在成长过程中，需要你帮助陪伴的就那么几年，其中的欢笑、眼泪，在你和孩子的一生中，却是最最珍贵、最最值得怀念的，那中间蕴含着极其重要的人生经验。

其实大部分孩子并不能成为钢琴家，但如此刻苦、投入地学习，不仅能使孩子领略到音乐圣殿之华美，也锻炼了他们严格、细致、忍耐、踏实的学风，而且还给了他们一颗追求美善、温柔、谦虚的心，其丰盛的果实足够他们享用一生的。

没有功名心的学习将是一个愉快的旅程，能使孩子们充分体验、并注重过程中的每一次点滴进步和教训。一个技术上的突破和一处音乐上的领悟，都能在他们心中漾起一圈圈欢愉的涟漪，并成为鼓励他们继续努力的动力和勇气。不必与别人攀比。父母的虚荣心也不要成为孩子的重担。道路是一步步走过来的，明日会有什么，不用挂虑，今日尽今日之责，你的道路就会顺利、通达。

二、注重心灵

两千年前，以色列最有智慧的所罗门王就语重心长地告诉我们：“你要保守你心，胜过保守一切，因为一生的果效，是由心发出”。

心之重要，不言而喻。学校的教育不仅要使你获得知识，更主要的是让你学会明辨是非，建立一颗追求真善美的心。音乐，她本身的美善就已和邪恶势不两立。很难想像一个内心虚伪丑陋的人会弹出优美动人的音乐来。我们要通过严格的训练，把所付出的艰苦、努力和忍耐化为自己的人格。要通过体验音乐的广阔，把美善和智慧融入心中。让千百年来人类文化意蕴的精华在心中扎根、开花，你将会是一个推动社会前进、对历史有贡献的人。

也许你并不以音乐为职业，但音乐的美丽和魅力会深入你心并溢于言表，你在伙伴中将会是一个美丽、诚实、努力而浪漫的人。音乐启迪美好的人生，她将伴着你我走向未来。

蔡 妮

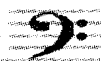
2000年11月

目 录

第 1 篇 钢琴基本练习技术重点	1
一、手形与触键	2
二、断奏	7
三、连奏	11
四、小连音	16
五、关于大拇指	18
六、音阶练习	24
七、练习曲	29
八、巴赫复调音乐的练习方法	32
九、奏鸣曲练习方法	35
十、如何背谱	37
十一、教师的教学语言	40
十二、钢琴课笔记	41
第 2 篇 钢琴水平考试分级指导	43
一、中央音乐学院考级曲目	44
△四级音阶	44
△四级部分曲目	45
△四级选曲	53
△五级音阶	55
△五级部分曲目	56
△五级选曲	63
△六级音阶	64
△六级部分曲目	65
△六级选曲	73
△七级音阶	74
△七级部分曲目	75
△七级选曲	82
△八级音阶	83



△八级部分曲目	84
△八级选曲	91
△九级音阶	93
△九级部分曲目	94
△九级选曲	99
二、音协考级曲目	102
△四级（第三套）	102
△四级（第四套）	104
△五级（第三套）	106
△五级（第四套）	109
△六级（第三套）	110
△六级（第四套）	114
△七级（第三套）	115
△七级（第四套）	118
△八级（第三套）	120
△八级（第四套）	123
△九级（第三套）	125
△九级（第四套）	127
△十级音阶	129
△十级（第三套）	129
△十级（第四套）	133
第3篇 练琴常见问题综合分析	135
一、琴凳的高度及其他	136
二、肩、上臂、肘、下臂、腕、大关节及指尖弯度之间的关系	139
三、对调号的辨识与反应	140
四、手指在黑键或白键上的落键点	141
五、手指弯度与落键点、手指弯度与手腕的关系	143
六、指法的规律	144
七、正确分辨并弹奏断音与连音	148
八、需要手腕下落弹奏的各种情况	149
九、乐句的辨别	150
十、数拍子及处理复合节奏的方法	152
十一、手小够不到八度怎么办	154
十二、检查错误的方法	155
十三、旧功课与新功课的关系	156
十四、怎样安排练琴时间	157



十五、踩踏瓣的一般规律	158
十六、几种装饰音的弹奏方法	160
十七、双音音阶指法	161
十八、古典奏鸣曲中常见的伴奏音型	162
十九、需要强调的单音	163
二十、处理好乐曲中的呼吸	164
二十一、使用节拍机	165
二十二、录音机的作用	166
第 4 篇 学生、家长与教师	167
致学生	168
致家长	171



第1篇

钢琴基本练习 技术重点



一、手形与触键

我们知道，钢琴是由手指尖敲击琴键发出声音，进而连成旋律形成音乐的。所以指尖是与琴键直接接触的部位，因此，指尖——手指的第一关节（下称“弯度”）的训练，是学习钢琴首要的、长期的任务。

在正式介绍手指练习的方法之前，我们先要把手指在琴键上正确弹奏的部位及姿势加以说明：

（一）各手指的触键点——各手指弹奏琴键的部位

2指、3指和4指（即分别为食指、中指和无名指）要使用指尖，其部位是指在指尖上有一个易于触键的小平面。如果指甲过长，就要尽量剪短。

大指弹奏的要求比较多，也更加重要，而且更需要准确。因为大指在一只手的5个手指中占据着重要的位置，在日后的弹奏中，大指要担当繁重的任务，所以在一开始，大指的训练及其位置的准确，就显得格外重要。

大指的触键点在紧靠指甲外半圆的肉上，如用这个部位触键，大指必须是斜立的，指甲要全部露在外面。注意，大指的第一关节要求是直的，绝对不能像2指、3指、4指那样必须有弯度，因为直立的大指不仅可以增加大指的长度，而且可以有效地保证大指触键点和落键点的准确。若大指的第一关节是弯的，大指的触键点就会移到指甲的侧面，只剩下半个指甲露在外面（如很多钢琴教材指形示范照片那样），这是不对的，而且实际上用指甲（或者一半肉一半指甲）触键是不可能的。琴键是硬的，指甲也是硬的，硬碰硬要滑，而且指甲承受不住敲击就会顺势而下——变为大指第一关节以上的外侧部位躺在键上，触键面积由点扩大为面。如此大面积的触键，大指的笨拙就可想而知了。

正确的大指指形应是指尖向下，而不能向左或向右横着，要与2指形成一个开放而圆的虎口。这样的大指位置才能承受由臂而来的力量，真正与其余4个手指一起，搭配成一个放松而又坚固的手形架子来。

在教学中，也碰到一些学生的大指第二关节撑不住，扁了进去，这样大指似乎缩进去一格，虎口也会变扁。改进的方法是：强调大指的斜立，若强调或放任了大指第一关节的弯度，第二关节就会更严重地往里缩，只要注意让大指保持斜直状，第二关节的韧度和力量就会慢慢键炼出来。

再说小指，小指的弯度与2指、3指、4指一样，必须要求严格。但由于小指有伸张的任务，所以中关节的弯度实际上是不需要的。换句话说，小指只要有牢固的第一关



节和第三关节（即大关节），就足以担任该指的任何工作了。

（二）各指的落键点

以大指在琴键的最下方为准，2指、3指、4指放在白键与黑键的上下相接处，小指则在琴键的中部左右（视各人手指长短可略前略后）。这种落键点的优点是：主要手指——2指、3指、4指靠近黑键，这样弹奏黑键会更方便，距离黑白键也均等，又可成一条平行线，用不着里外上下地挪动手指位置，省时省力，可保证手指的平均和灵活。

大指在弹白键时，其中弹黑键的手指弹在黑键末端。大指在弹黑键时，要以大指在黑键末端的位置为准，其余手指按手形弹（也就是说，黑键中间的白键不能弹在白键的上部，而是弹在黑白键之间的白键里）。注意：弹黑键的手指不宜太靠里，否则，与白键的距离就会太远，所以弹黑键的手指要尽量保持在黑键中线以下为好，这样若要移到白键时也较方便。各指正确的落键点是为了保证日后各手指得以最大程度的发挥。

（三）弯度与大关节

弯度与大关节是手指坚固、灵活、有弹性、有力量的关键所在，因为它们要共同承受从肩、身体而来的重量。训练手指的牢度和力量是学琴的主要并且永久的课题；所谓“童子功”也正是指这两个部位的训练效果。

首先要认识到，手指的第一关节——弯度，其牢固程度是至关重要的。有了坚韧牢固的弯度，才能真正承受力量，只有承受了力量，才能倒空手臂，弹琴才能挥洒自如。

大关节与手指弯度一样，从第一堂课开始，就要不断强调它的重要性。它不仅帮助手指弯度共同承受由臂、肩、身体而来的重量，使手臂真正成为输送重量的通道，而且还担当与手掌的配合，使它加上第一关节的牢固支撑，形成一个放松有力的手的支架，以共同完成钢琴上各种艰深的技术。

（四）手腕的位置

手指和臂由手腕连接，手腕的重要性，在弹奏中也不容忽视。手腕的种种功能，经过正确的学习和训练，才能逐步得到锻炼和发挥。

在初学阶段，要认识手腕的正确位置：首先要弄清楚的是，我们弹琴的根本点是手指的第一关节，既弯度和大关节。各手指弯度准确，大关节充分立起，才能共同承受力量，此时的手腕位置才是正确的。换句话说，在正常情况下，手腕与下臂和手背处在一个平面上，但又稍低于立起的大关节。这样的姿势利于把从肩而来的重量流畅地灌通到各指尖。放松的手腕在这里是一扇敞开的门，力量可以毫无阻挡地流通。过低的手腕会变成一扇关闭的门，力量会因此而堵塞在肘部、下臂或手腕上，尤其是手臂会形成负担



而变得异常沉重，进而直接影响到指尖所发出的声音和手指弹奏的速度。

而过高的手腕，又会影响手指弯度同大关节的准确。没有牢固的弯度和放松的手指，就无法承受自上而下的力量，就容易把力量堆积在手腕、下臂或肘部。同时，过高的手腕还会造成用抬高肘部或耸肩来支持与配合，使整个身体都处于紧张状态。所以手腕位置的正确与否，与能否弹奏出放松的声音有直接的关系。当然，手腕的位置并不是一成不变的，在将来的技术中，会碰到各类音阶、琶音、双音、六度、八度和弦，以及手指有力或轻柔的跑动等练习，这时，手腕都要随时适应变化：或稍高、或略低、或转动，上下左右灵活地辅助手指的运动，适应各种音色变化的需要。

在明确以上几点后，我们可以开始第一阶段的练习了。这个阶段，首先是锻炼第一关节弯度的力量以及准确突出的大关节，让正确、放松而坚固的手形，通过每个能承受重量的手指表现出来。还要锻炼每个手指承受重量的能力，体会手臂的放松、通畅和传达力量的正确方法，以及对正确声音的不同质感的辨别能力。

这一阶段可进行以下练习：

1. 单指练习

首先把手指按正确的触键点和落键点摆好，并检查各手指的弯度和大关节站立的情况，然后指准备弹奏的手指贴在键上，轻轻一顶——把力量送到指尖，让声音从指尖上释放出来。

注意：

(1) 弯度要准确。

(2) 大关节要顶住。

(1)(2) 两点都是弹琴的百年大计，必须一丝不苟地认真练习。

(3) 手指一定要贴键，千万不可拿起手指弹或向下敲击。因为，没有经过训练的手指还远远不能弹断音或连音，就像不能让刚出生的婴儿做跳跃运动一样。手指贴键，是为了更容易地体会力量输送到指尖并一刹那释放的感觉，以及建立手臂是通道，力量要流通的正确感觉。这是此种练习中最重要的一环：输送重量、释放重量都是在通畅、放松的手臂状态中进行，绝不能紧张，否则就不能称之为“释放”，而只能是压键或按键了。那种整条手臂（从肩到指尖）都是紧张、僵硬、沉重——被堵塞的触键，根本无法体会手臂是流通力量的通道这一感觉。

有一种错误理论一直在误导我们，即“用力即紧张”，所以就产生这种说法：“总体的、持续的放松与局部的、暂时的紧张（指用力）相结合的方法”；“当手指抬起来触键发出声音后，就要立刻放松”。这两种论点都认为，在“弹”时应当是紧张的。我认为这是根本的错误。用力，可以分为紧张的用力和协调放松的用力，我们的训练所要求的正是后一种。如舞蹈演员的跳跃、劈叉，田径运动员的跨栏、奔跑、跳高和跳远，武术运动员的拼杀挥剑等，他们在紧张、快速的运动中，绝对要保持协调放松的用力，这才能调动出他的力量和速度，否则就要弄伤自己了。我们需要训练的，正是这样的运动放松，也就是说放松并不等于懈怠、懒惰、不动。真正的运动放松是要在运动中保持弹性、协调、控制、



释放，有张有弛，伸缩自如。这种放松的感觉是要从学琴的第一堂课就开始建立的。随着以后技术的多样、复杂和艰深，这种体会要不断巩固、充实并加深，这样才能在日后的手指跑动、八度跳跃及各种艰深技术中保持灵活、机敏和挥洒自如。

此种放松的触键发出的声音，必定是有弹性的、立体的、挺立的、水灵的、似敲击大钟所发出的余音。反之，用紧而沉的手臂，用塌陷的大关节，用扁或直的弯度压出来的声音，必定是僵、直、硬、闷，如同香肠一样上下一般粗，又像憋在嗓子眼里的喊声；手指紧张得如同整个身体吊在空中，仅靠抓住几片瓦片垂死挣扎。声音的好坏是鉴别手臂是否放松的惟一映证，辨别声音的好坏是我们同时要训练的重要内容。坚固、有弹性的弯度和大关节共同承受手臂的重量，所发出的声音肯定体现出松、透、亮的特点，或说丰、润、亮、丽：丰——丰满、松软、立体、有高度，充满张力；润——水灵、饱满、清澈、有水分；亮——纯净、无杂质、有空气感、震动感；丽——漂亮、美丽、有魅力、具震撼感。若用不流通、沉重的手臂和无弯度、塌陷的大关节所按出来的音，则是扁、涩、干、硬、矮、脏、闷、塌，如糠了的萝卜，发潮的饼干。所以在这一阶段中，必须做到用脑子想要求，用耳朵倾听声音，用心灵感受放松，用眼睛检查手指。

这一练习，看似简单，实为根本的根本，犹如盖高楼打地基，是极为重要的一环。3层楼房的地基和10层楼房的地基不会一样，10层楼房的地基与108层楼房的地基肯定又无法相比。房子盖得越高，地基越要扎实。

这一阶段练习的重要性，在日后的学习过程中也会逐渐显现出来。牢固的弯度，与之并肩作战的大关节，共同形成的手形，协调的肩、臂、肘、腕与弯度的关系都要在这一阶段中练好并加以巩固。若日后发生跑动中弯度不牢等问题，都可以重新复习这一单指练习，这会像缺钙者吃钙片一样管用。

在单指练习有了一定成效后，可以开始进行手形练习。

2. 手形练习

手形练习的触键方法与单指相同，只不过每个手指要依次保留，最后形成一个整体，此时要注意：

- (1) 检查各手指弯度是否正确。
- (2) 检查各手指大关节是否突出。突出的大关节会使掌心与琴键形成一个拱形，如同空握一个小苹果。
- (3) 检查大指的触键点和落键点是否准确，是否斜立，第一关节是否直。
- (4) 检查其余各指的落键点是否准确。
- (5) 检查各手指是否确实压住了键。

若以上5点都做到了，这就有了一个表面上可以认可的手形了。但实际上，手臂是否真正做到了放松，这就是我们要在此项练习中学习的内容。

在上述正确手形的基础上，手上的力量实际上已经撤出，此时的手指如同“粘”在琴键上，即放松地放在键上的手指送出的重量早已随着声音出来的一瞬间被释放了。这个体会很重要，虽然一开始似乎难以掌握，但只要认真练习，再小的学生也能掌握。然



后，以肘为轴为，带动下臂和手腕作转动的动作，方向随意。注意要大转，而不是小转，因为只有大幅度转动才能体会整条臂的放松，而紧张的手臂或仍带重量按动琴键的手指是做不出大转的，只能前后晃动。

单指练习和手形练习能使手指具备一定的力量，并能初步体会放松和输送、释放力量的方法，对正确的发声有了初步的认识和辨别能力，为日后的学习打下良好的基础。此后我们就可以学习断音及连音的弹奏方法了。



二、断 奏

断奏——这个由肘部开始的垂落动作，在音乐作品中占有重要的地位。这种奏法在巴赫、亨德尔、莫扎特、海顿、贝多芬等大师的作品中，都被广泛应用。所以，断奏这种弹奏方法是否正确，直接影响到弹奏古典乐派的作品风格纯正与否，也可以反映出弹奏者对基本弹奏法掌握的优劣。

（一）断奏的基本要领

自肘部到指尖，连成一个整体，同时做提起、垂落的动作——手指轻轻离键，手腕在空中呈自然下垂状，落键时指尖弯度和大关节共同承受由手臂而来的重量，手腕同时复位。

（二）容易出现的问题及解决办法

问题一 甩手腕：动作没有明确的起点，从肘部到指尖（或整条手臂）呈波浪状，手腕在其中没有目的地甩动，使力量在臂内悠荡，不能直达指尖，由于手臂紧张、动作没有目的，力量无处释放，好像一根皮管被扭曲而造成堵塞，这时手指所发出的声音显得疲软，站立不住，无穿透力。

解决方法：正确的声音来自正确的动作。这时应去除一切多余的动作，真正体会“动作自肘部起，从肘部到指尖连成一个整体，同时做提起、垂落的动作”。注意手腕不可主动，只有手腕跳音时才是以手腕为力点，手腕之上是流通力量的通道。而在断奏中动作自肘部起，肘部以上是输送力量的通道，手腕只是在肘部到指尖的通道中的一个需通过的关口而已，它要如一扇敞开的门，让重量自然地流落到指尖。这样发出的声音必然纯正而具有立体感，具有悦耳的穿透力。

问题二 在做上提动作时，下臂和手腕用力顶起，或者手指在离键前再次用力，把琴键当做弹跳板来顶起手腕，使原本应该始终集中在指尖的力量回流到手腕或下臂，突发的力量使手腕在空中停顿，使提起和垂落这个整体动作在空中受阻，好像被拦腰砍断，不能连贯。力量被压力倒挤回臂内，落键时来不及返回指尖，使手指无支点，声音疲软无力；或者是在力量还在臂内的时候，手指使劲砸下去，发出僵硬难听的声音，这种声音不是由通畅的手臂所发出，所以是错误的。

解决办法：



第一，有意识地让手指在键上停留到最后一刻，与下一拍数拍的“1”同时起落，使提臂和垂落动作连成一体，小心地保证指尖上的重力不要倒流，或者倒空手臂，前沉后轻。这样，动作就可以做准确，正确的声音也能随之而来。

第二，动作的起点向后移到肘关节，而不是在手腕上，明确这一点，连成一体的感觉就能被感受到，错误动作就容易被纠正过来。

问题三 手指落键时，手腕太高或肘部抬起，力量被阻碍，不能传达到指尖，声音发硬。产生这个问题的同时，肯定还有一个错误——手指弯度不够，或者说没有弯度。没有弯度的手指是不能支撑力量的。你可以试想，没有弯度的手指本身就已经使手臂紧张了，怎能承受重量？如若按这种错误方法去练，会引发一系列问题：手腕太高，弯度做不出……没有弯度不能承受力量，力量往上走，使臂更紧，臂越紧张，力量越不畅通，就越到不了指尖，指尖越没力量就越造成臂的负担……形成一系列恶性循环。

解决方法：还得回到断奏的定义：“落键时要由手指的第一关节的弯度和大关节共同承受力量。手腕同时复位。”也就是说关键在于弯度与大关节，这两个部位坚固有力、确实能承受力量，那么手腕和下臂的力量就能由弯度和大关节承担，手腕就能复位，手臂的力量就能自然灌入指尖，手臂也就畅通了。归根结底，弯度和大关节的牢度和承受重量的能力是一切问题的关键，有了承受重量的弯度和大关节，手臂的放松问题也就自然而然地解决了。

问题四 大关节塌陷，掌心与琴键无法形成拱形，无法有力地帮助弯度承受重量。没有大关节支持的弯度是徒有虚名的。如一个人有脚但腰坏了仍然站立不住一样，塌陷的大关节，或者说无力的大关节同样会使力量堵塞在下臂或手腕而使该部位僵硬，发出的声音只能是僵硬的，而且手臂也会欠弹性、易疲劳。更有甚者，在离键手指落下时，手指弯度不牢，无力支撑，大关节又塌陷下去顶立不住，落键动作由手指、腕和下臂一起完成，平起平落，其声音的沉重和难听可想而知。

解决方法：要知道，我们平时所说的“童子功”，就是指训练出有力灵活的大关节和牢固有弹性的弯度，二者缺一不可。所以从学琴的第一天起，这两个部位的训练就是每天做手指练习的头等重要的大事。指尖弯度和大关节的力量越好，手臂就越能倒空而放松，力量越集中在前面，后面部位才能真正成为通道，力量就是流通的。若手指弯度和大关节无力支持，力量就会被堵塞在手臂各处，形成局部紧张，久而久之造成疲劳，损伤肌肉。所以一定要重视这两个部位的训练，犹如大厦的根基，不能有丝毫的大意和马虎。

问题五 大臂主动。有的学生混淆了下臂断奏与大臂断奏的区别。在只需要下臂断奏时用了大臂，这样会歪曲作品的原意，而且拖住了速度，如巴赫的《二部创意曲》

(No.8) 中的 ，如果正确运用断奏，能使音乐活泼而不失稳重、

利落，又可以增添动力感。若错用了大臂断奏，首先是快不起来，动作笨重而艰难，失去了作品需表达的轻快活泼的情调。又如柴科夫斯基《第1钢琴协奏曲》的引子，这段