

大提琴 基础练习曲170首

〔德〕阿尔温·施勒德尔 编 (第二册)
胡国尧编订并撰释文

人民音乐出版社

大提琴基础练习曲170首

[德]阿尔温·施勒德尔编
胡国尧编订并撰释文

第二册

人民音乐出版社

图书在版编目(CIP)数据

大提琴基础练习曲 170 首, 第 2 册 / (德) 施勒德尔
编. — 北京: 人民音乐出版社, 2005. 5
ISBN 7-103-02907-5

I. 大… II. 施… III. 大提琴-练习曲
IV. J657.231

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2004) 第 034392 号

责任编辑: 王建卫

责任校对: 颜小平

人民音乐出版社出版发行

(北京市海淀区翠微路 2 号 邮政编码: 100036)

Http://www.people-music.com

E-mail:copyright@rymusic.com.cn

新华书店北京发行所经销

北京美通印刷有限公司印刷

635×927 毫米 8 开 15.5 印张

2005 年 5 月北京第 1 版 2005 年 5 月北京第 1 次印刷

印数: 1—3,040 册 定价: 24.00 元

版权所有 翻版必究

凡购买本社图书, 如有缺页、倒装等质量问题
请与本社出版部联系调换。电话: (010)68278400

前 言

德国—美国大提琴家 A. Schröder 所编《大提琴基础练习曲 170 首》，被世界上许多同行作为基础教材。该教材选材精练，曲目编排系统性强。其中，手指的各个把位、弓子的不同弓法，尤其是换弦训练、力度训练等技术训练内容充分，难易进度安排合理，体现了循序渐进的教学原则。这部教材对于培养各种演奏人才（包括交响乐队、室内乐队、重奏、独奏等演奏人才）都是一部比较全面的教材。通过多年的教学实践，我认为该教材是卓有成效的（当然，仅仅用它还是不够的）。

这部教材，人民音乐出版社 1979 年曾出版过影印版。这次应该社之约，我对此教材重新进行了编订，为每条练习的训练目的、练习方法写了说明。对于我个人的“一家之言”，望各位同行不吝赐教，以备今后补充、修正，使其更加完善。

胡国尧

1998 年 1 月

施勒德尔《前言》

虽然可供大提琴练习用的教材很多,但我仍然相信,这本对弓法、指法进行了精心修订,对力度作了细致调整的精选练习曲集是非常适用的。大提琴的学习者都希望能有一本使用方便的、从中能找到解决专业性技术难点或练习复杂弓法的曲目的参考书。我编辑这本书的目的,正是为大提琴的教师和学生提供一本,以最优秀的大提琴练习曲为基础精选出的能循序渐进地掌握的练习曲集。

远在多年以前,实际上当我在德国莱比锡皇家音乐学院任教时,我就考虑到这样一本选集的实际用途,并下决心准备一有机会就着手编辑。但后来我被聘到美国担任波士顿交响乐团的首席大提琴,在这一岗位上任务繁多,加之我那弦乐四重奏和独奏的活动花费了很多时间,致使我全部教学方面的工作计划都不得不无限期的拖下来。

然而,自我从乐团退职以来,有了较多的时间可安排到教学上来。我对自己从前定的许多计划重又产生了兴趣。许久以来孕育着要编一本练习曲选的想法便不迟延地付诸实现了,其实际成果便是现今出版的这本集子。

决定本集的曲目时,我自己的教学经验促使我仅仅收入在普通课程中最为重要和最有益处的那些练习曲。由于篇幅所限不可能包括应该增补进去的许多其他的作品。我确信,这个选目从总体来看业已包括范围很广的作品,并将对每个练习该曲目的人提供可使其获得进步和提高其音乐家的素养的无限的可能性。

阿尔温·施勒德尔

目 录

第 二 册

(练习曲 81 至 137)

练习提示	胡国尧(1)
81. [德] 李 (S. Lee) Op.57, No.1.	(14)
82. [德] 李 (S. Lee) Op.57, No.2.	(16)
83. [德] 李 (S. Lee) Op.57, No.3.	(18)
84. [德] 李 (S. Lee) Op.57, No.7.	(20)
85. [德] 李 (S. Lee) Op.57, No.9.	(22)
86. [德] 李 (S. Lee) Op.57, No.11.	(24)
87. [法] 弗朗肖姆 (Franchomme) Op.35, No.3.	(26)
88. [法] 弗朗肖姆 (Franchomme) Op.35, No.4.	(27)
89. [法] 弗朗肖姆 (Franchomme) Op.35, No.7.	(28)
90. [法] 弗朗肖姆 (Franchomme) Op.35, No.8.	(29)
91. 比赫勒 (Büchler) Op.21, No.7.	(31)
92. 比赫勒 (Büchler) Op.21, No.8.	(32)
93. 比赫勒 (Büchler) Op.21, No.9.	(34)
94. 比赫勒 (Büchler) Op.21, No.10.	(36)
95. 比赫勒 (Büchler) Op.21, No.11.	(38)
96. 比赫勒 (Büchler) Op.21, No.12.	(39)
97. [德] 多曹尔 (Dotzauer)	(40)
98. [德] 多曹尔 (Dotzauer)	(42)
99. [德] 多曹尔 (Dotzauer)	(44)
100. [德] 多曹尔 (Dotzauer)	(46)
101. [德] 多曹尔 (Dotzauer)	(48)
102. [奥] 梅尔克 (Merk) Op.11, No.1.	(50)
103. [奥] 梅尔克 (Merk) Op.11, No.2.	(50)
104. [奥] 梅尔克 (Merk) Op.11, No.3.	(51)

105. [奥] 梅尔克 (Merk) Op.11, No.9.	(52)
106. [奥] 梅尔克 (Merk) Op.11, No.10.	(54)
107. [奥] 梅尔克 (Merk) Op.11, No.12.	(56)
108. [德] 李 (S.Lee) Op.57, No.4.	(58)
109. [德] 李 (S.Lee) Op.57, No.5.	(60)
110. [德] 李 (S.Lee) Op.57, No.6.	(62)
111. [德] 施勒德尔 (C.Schröder) Op.45, No.1.	(64)
112. [德] 施勒德尔 (C.Schröder) Op.45, No.3.	(66)
113. [德] 施勒德尔 (C.Schröder) Op.45, No.4.	(68)
114. [德] 格吕茨玛赫尔 (Grützmacher) Op.38, No.9.	(70)
115. [德] 格吕茨玛赫尔 (Grützmacher) Op.38, No.10.	(74)
116. [德] 格吕茨玛赫尔 (Grützmacher) Op.38, No.12.	(76)
117. 比赫勒 (Büchler) Op.21, No.13.	(82)
118. 比赫勒 (Büchler) Op.21, No.14.	(83)
119. 比赫勒 (Büchler) Op.21, No.15.	(84)
120. 比赫勒 (Büchler) Op.21, No.16.	(85)
121. 比赫勒 (Büchler) Op.21, No.17.	(86)
122. 比赫勒 (Büchler) Op.21, No.18.	(88)
123. 比赫勒 (Büchler) Op.21, No.19.	(90)
124. 比赫勒 (Büchler) Op.21, No.20.	(91)
125. 比赫勒 (Büchler) Op.21, No.21.	(93)
126. 比赫勒 (Büchler) Op.21, No.22.	(94)
127. 比赫勒 (Büchler) Op.21, No.23.	(96)
128. 比赫勒 (Büchler) Op.21, No.24.	(98)
129. [德] 库梅尔 (Kummer) Op.57, No.3.	(100)
130. [德] 库梅尔 (Kummer) Op.57, No.5.	(102)
131. [德] 库梅尔 (Kummer) Op.57, No.8.	(104)
132. [德] 库梅尔 (Kummer) Op.57, No.9.	(105)
133. [德] 库梅尔 (Kummer) Op.57, No.10.	(106)
134. [德] 施勒德尔 (C.Schröder) Op.45, No.5.	(108)
135. [德] 施勒德尔 (C.Schröder) Op.45, No.2.	(110)
136. [德] 李 (S.Lee) Op.57, No.8.	(112)
137. [德] 李 (S.Lee) Op.57, No.10.	(115)
后 记	(117)

练 习 提 示

胡 国 尧

第 81 首：全弓分解和弦换弦练习。中速，每分钟 70 拍左右。本曲以 $\frac{8}{8}$ 拍加连线的八分音符与三十二分音符形式出现，使得对节奏的把握稍有麻烦。我们不妨把一大拍理解为 12 个音、一小拍为 4 个音，这样对节奏的把握就比较容易了。本曲虽然是中速，但还是相当快的，有一定难度。开始时要用分拍来练，练熟后再用合拍。换弦时要注意动作、节奏、声音都要均衡，一定少用胳膊，做好手腕、手指换弦的协调动作。在高把位时切不要因为换把而造成节奏的晃动，同时要很好地注意指距和音准。

第 82 首：换弦、断弓（也可用半跳）弓法练习。本曲在弓法上分得很细，力度强时用下半弓，弱时用上半弓或中弓。其难点在于一弓三个音之后的那个带点的十六分音符，它位于最弱的位置，又是跳音，这就需要在运弓时触响这个音之后，弓子要快速离开弦回到原位，即下一弓开始的地方，否则弓子将回不到原位，练习也就很难进行下去。这个带点的十六分音符的演奏要求是声音不能重，音色不可粗糙，要轻巧好听，同时，这个音符最忌弓子从空中砸下，一定要轻落。至于两个音小连弓的练习，不应在下弓时出现重音。在本曲的练习中要注意节奏的平稳律动，要达到快板的规定速度。

第 83 首：中快速下半弓换弦练习。特点是全曲的音量大，又常出现跳一条弦的换弦。本曲对右手运弓的要求很高，尤其重要的是在换弦时手腕、手指和小臂的默契配合。练习曲中用了许多  音型，这是在乐队及重奏、协奏曲的演奏中常见的音型。需提醒的是，有的学生在练习时间长了之后会出现  的错觉，总觉得前者不如后者顺，这是不对的。开始练习时要慢练，可在每一组十六分音符的第一个音上加一小重音（），练好后再把这个小重音去掉以此方法来保持节

奏的平衡。对此曲的练习要有耐心,不可急于求成。

第 84 首: 中弓断弓(或半跳弓)、小连弓复合练习曲。这是一种许多曲子中常用的弓法,如柴科夫斯基《洛可可主题变奏曲》第一变奏中就有。在练习断弓(或半跳弓)时,弓子离弦要近一些,上下动作要少,左右动作可相对多一点,是介于顿弓与跳弓之间的弓法,并不是真正的跳弓。在每拍的三个音中,前两音或后两音为连弓时,要注意弓子的平衡和节奏的准确,多用手腕、手指来配合。本曲变化音较多,因此左手也比较难,要注意音准,多用耳朵听,及时快速地调整音高,不得马虎,以免造成大篇幅的音不准。

第 85 首: 中弓自然跳弓练习曲。要求快速、轻巧,速度应达到每分钟 126 拍左右。自然跳弓要求弓子严格按左右方向而不能有一点上下或斜弓的动作。开始时要用结实而极短的中弓来练,达到一定速度后,握弓的食指松开一点,力量随之稍稍减少,弓子就会自然跳起来。要注意节奏的平均、弓子的平衡。要控制好弓子的弹跳幅度,不可跳得太高,始终保持发音的清晰,切不可出现噪音。此外,装饰音的演奏要求左手手指动作既要干净又要利索,装饰音的时值也要掌握好。

第 86 首: 全弓快速换弦分解和弦练习曲。左手在拉和弦式音型时,要做到手指先行(手指需按好这个和弦的音)之后再走弓子,这样训练可有效地提高左手对各把位指距的准确感觉。对于右手则要求一定用全弓,要把连的感觉拉出来,不要因为换弦而影响节奏的律动。换弦时不要光用大臂,要辅之以手腕、手指的动作,做到换弦的自然和流畅。本曲为小快板,但一拍 6 个音在练习时会感到速度很快,因此必须用先慢后快的方法去练,最终达到规定速度。

第 87 首: 单线条进行的复声部练习曲。在大部分情况下本曲每小节的第 1、3、5 音为一个声部,第 2、4、6 音为另一声部,酷似巴赫组曲的常用手法。在本曲的练习中,音乐表现要比技巧更多些、更难些。以对上声部增加左手颤指的手法来解决双声部的区分问题,右手的手腕、手指则要很好地配合,切不要太多用弓子,两个声部能听出即可。

第 88 首：和弦练习。练习演奏和弦的运弓力量，因上下弓都拉和弦，如果不用自己手臂的力量乃至全身的力量是很难完成的。左手也较难，在第一把位用了拇指，这对手小的学生有一定难度，需要下一定的功夫。要特别注意本曲的演奏要和谐好听，不要粗糙，也不要出杂音。尤其是中段的三、六度演奏，旋律要如拉单音似的流畅好听。每弓之间不要因左手换把、右手换弦而出现不必要的间歇。本曲前部分因为拉和弦，作者安排了休止符，但其时值切不能过长，它是在一弓完成后为准备下一弓的力量而安排的休止符。

第 89 首：下半弓长跳弓双音练习。这是古典室内乐及重奏中常见的音型，要求用弓要长些，每弓之间要离弦一次，是介于分弓和跳弓之间的一种弓法练习。左手要重视双音的指距，只有音准了才能和谐好听。弓子一定要在最短的时间内先着弦然后再运弓，切不可从空中砸下去而出现杂音。这也是一种技巧的练习，需要一定时间去琢磨体会。

第 90 首：反节奏连弓练习。本曲的特点是重音不在每一弓的开始而在其结尾。本曲的难度在于节奏与弓法的矛盾，需要从心理上把习惯性的节奏调节到曲子的要求上来。重音要用颤指来做。换弦还是要求多用手腕、手指，少用整个手臂，弓子要灵活而流畅。顿弓要用上半弓来做。最后几个和弦要放慢速度。全曲的速度相当快，要演奏得流畅自如。

第 91 首：上半弓小连弓、分弓复合练习。要求弓子左右运动要平直，不可上下跑动。一拍 6 个音，但不能出现六音一间歇的现象，要特别注意节奏律动的平稳性。可先用慢速来练，熟练后再逐步加快，最后达到小快板的速度。练习中还要特别注意的是换弓的声音不要太大。强弱记号的演奏要清楚分明。

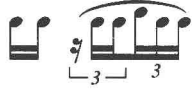
第 92 首：反节奏小连弓、断弓复合练习。这种反节拍的二连弓要求第二个音比第一个音的音量要大一些，但要注意不要破坏节拍的均衡。练习中还要注意速度、音准的把握和力度的变化。这条练习对演奏好巴赫组曲很有帮助。

第 93 首：弓尖反节拍二连断弓、连弓复合练习。对连断弓的要求是每一个音要干净准

确地把弓子停止住,就像刹车一样,不要在演奏中给每一个音加力,那样会使声音非常粗糙。乐谱中音符上面的点是每个音之间有间歇的意思,而不是加重音。这条练习曲要演奏得轻巧流畅好听。本曲用上弓开始。

第 94 首: $\frac{3}{8}$ 拍连断弓、断弓练习(有时出现双附点)。 $\frac{3}{8}$ 拍如果按三十二分音符进行排列的话,一大拍有 12 个三十二分音符,因此附点就是三比一的时间值() ,也就是说长音符占三,短音符占一,这和普通 $\frac{2}{4}$ 、 $\frac{3}{4}$ 拍的附点是相同的比例。千万不要演奏为二比一的比例() ,这是三连音的感觉。练习时必须做到干净地停住弓子,长音拉完后要出现一个三十二分休止符,否则弓子不会干净地停住。小音符不要加重或有意加力,这样会使声音非常粗糙。这样的音型在乐队中常有使用。

第 95 首: 下半弓三连、四连和断弓练习。此曲有点像 $\frac{4}{8}$ 拍,用三连(六连)十六分音符开始,而变奏则用四连(八连)三十二分音符开始。练习时可用八分音符为一拍,练好后再用合拍,这样,节奏就容易把握了。注意八分音符带点的音不可出重音,要平和地发音,弓速可快些,再加上一个短暂的休止,这样,带点的效果就出来了。至于三十二分音符的连弓则要求运弓要有足够的长度,左手要有力而富有弹性,否则就不易清楚。本曲用上弓开始。

第 96 首: 带十六分休止符的反节拍连弓练习。这是一条训练节奏时值的练习曲,要重点注意节拍的时值。休止符不要过长,也不能短。注意把握 $\frac{3}{8}$ 拍的两连、三连和四连的节奏,也就是说把一个八分音符分为两个音、三个音或四个音的不同情况,在练习时要区分清楚,否则节奏就乱了。如第一小节第一、二个音为二连十六分音符,休止符和后面两个音为三连音(); 曲子的后部分一小拍有四个三十二分音符,节奏分得很细,希望练习时给予充分的重视。

第 97 首: $\frac{6}{8}$ 拍左手手指练习。主要训练手指的力量、音准和换把(包括拇指把)。练习时左手要有弹性、有力,换把时要流畅,不要出现坎儿,重音要用颤指去做。对右手的要求就是弓子一定要拉满,不能因为换弦或换把而影响运弓的流畅。另外本曲除有一大拍 6 个音的六连音感觉外,也出现了 $\frac{3}{4}$ 拍的感觉,即把一小节分为三组四个十六分音

符的节奏感觉。其实这里的时值与前者是相同的,因此要调整好节奏感觉,这也是本曲的训练目的之一。本曲训练的这一特点,在柴科夫斯基交响乐和欧洲一些交响乐中常有遇到。

第 98 首: 连弓、断弓、分弓练习。这是一条重要的练习曲,困难在于不断变换用弓部位。以第一、二小节为例,开始是全弓,后两个十六分音符用断弓,而三连音则用中弓。弓子如何去变换,则由演奏者自己来掌握分寸。建议第一拍三连音的第一个音拉半弓到中弓去,第四拍三连音的最后一个音拉半弓回到准备用全弓的位置,而这两个音又都不能出重音,更不可破坏节奏。弓子比正常速度既要快些,又不可出重音,时值又不能长,这些都是需要练习者自己去感觉的。这种弓法在乐队中经常遇到,值得下功夫好好练习。

第 99 首: 弓尖正反方向换弦练习。其特点是速度快,篇幅大,练习中手很容易感到疲劳。要求在换弦时千万不要用小臂,要多发挥手腕、手指的配合作用,因为它比小臂灵活得多,换弦不易有“坎儿”。左手的指距也很重要,要注意音准。

第 100 首: 由 $\frac{6}{8}$ 、 $\frac{9}{8}$ 复合节拍组成的上半弓连弓换弦练习。当右手出现换弦小连弓时,一定要注意音的时值,也就是节奏要准确。不要出现这种情况: , , 要注意节奏的均衡性。后面  音型不要演奏成 , 而应是  的效果,弓子给带点的音符一个很小的休止就可以了。因变化音多,又是降号调,所以本曲左手的音准也较难。这是一首弓法比较复杂的练习曲,希望练习者给予充分的重视。

第 101 首: 弓尖部位的快速二音小连弓练习。特别要注意的是不要在二音小连弓的第一个音出现重音,也不要破坏节奏,演奏成 。音准也有难度,切不可因换把而影响音准。全曲速度较快,要力求演奏得流畅、好听。

第 102 首: 大连弓(全弓)半音阶琶音练习。练习半音阶时要注意指距,要用眼、耳仔细感觉、检查每个半音的距离到底多大,脑子里要有琵琶或吉他“品”的位置感觉,否则很

容易跑调。拉半音阶时可用平均律去练。大连弓的特点是要“连”，不要因为换把、换弦而影响“连”的流畅性。

第 103 首：弓尖部位的连弓、断弓练习。连弓和断弓是性格不同的两种弓法，尤其在弓尖部位不太好做。在练习曲倒数第六小节最后一弓要回到弓根，以便给接下来的大连弓（全弓）做好准备。此处有一泛音，弓子可略离弦快速移到演奏最后一音的位置，这样就比较自然地为下一弓解决了弓子“不够用”的问题。

第 104 首：本曲既在换把中训练左手的力量，同时也练习右手灵活变换弓子的位置。左手在频繁的换把中做十六分音符的连续运动，可达到提高左手力量、掌握音准指距的作用。右手通过全弓大连弓、半弓连弓、中上弓小连弓、断弓、换弦等方面的练习来体会和掌握弓子位置的变换，在练习中应感觉到所有的弓法都是随乐曲发展的需要而变化的。

第 105 首：中弓小连弓、小分弓快速练习。注意在连弓后保持小分弓的中弓位置，小分弓的弓子要短而结实，不能显得笨拙，到一定速度时弓子会自然跳起来，这时要注意控制好，不能使弓子跳得过高，发音要干净、轻巧、结实、清脆。

第 106 首：练习曲第一部分为广板，犹如华彩乐段，音乐写得很精彩，是练习协奏曲华彩乐段的一首好的练习曲。接着是双声部的优美乐段，在练习曲中少有如此动听的旋律。要求做到曲调流畅，声部清楚，歌唱性强，同时要注意指距和音准，要合理地利用弓子的长度。第二部分为中快板，是弓尖连弓、断弓复合练习及中速换弦练习。要求弓子在每次断弓时要停得干净，不可有意加力。左手波音不一定太快，但要清楚、轻巧，不能粗糙。换弦时手腕、手指要很好配合，务使换弦流畅。速度应在每分钟 110 拍左右。

第 107 首：上半弓断弓练习曲。用弓不要过长，也不要加大力量，Marcato 的要求是干脆、结实。要求每弓之间要干净地停住，断得越清楚效果就越好。半音阶的音准要尤其注意，演奏半音阶应训练自己有琵琶或吉他“品”的感觉。

第 108 首：快速分解和弦连弓、断弓换弦练习。要注意节奏，应按一大拍为 9 个十六分音符来分析它（即一小拍 3 个音 ），而不是一大拍 6 个音。在连线中要

很好地注意其时间值，建议开始时一定用 $\frac{6}{8}$ 分拍来练。换弦时弓子要沿着一条线运行，不能乱拐，要流畅，不要出坎儿。要想做到这些，练习中就要少用大臂，而注意手腕、手指的默契配合。此外，要注意分解和弦的音准和指距。拉一个和弦的时候，要求手指同时按下，千万不要一条弦一条弦地去按，那样既不能有好的演奏效果，同时对固定手指的把位训练也是不利的。断弓的练习要求每一弓运弓不要太短，但要切实停止住，要清楚、干净。

第 109 首：大连弓流畅练习。该曲主要练习左手，要求手指要富有弹性地有力击弦，每一音都要按到指板上，注意各把位尤其是拇指把各把位的指距和音准。运弓时左右动作要多一点，就是要流畅些；上下力量少一点，就是不要太给它以压力，这也是为保证其流畅性。要充分用好弓子的长度，再辅之左手的颗粒性，音才能拉清楚。不要因为换把换弦而影响连弓的流畅，尤其在拇指把位时更要注意。

第 110 首：左手双音下半弓大跳弓练习。要求比普通跳弓要长些，音量也大些，要离弦，应给人以丰满结实的感觉。与其说这是跳弓，不如说是每弓离弦的分弓。这是在重奏和协奏曲中经常遇到的弓法，如圣-桑《a 小调第一大提琴协奏曲》第一乐章中就有此类弓法。练习双音要注意指距和音准，尤其是在较高把位时，更要听着音高耐心地去找准各把位的指距。

第 111 首：在弦长二分之一处的拇指把练习及右手复合弓法练习。拇指在整条练习曲中都不离弦，最好不要用泛音，也不要用过大的力量按弦。要注意拇指的姿势，保持其正常弧度，不要反凹进去，尤其女生要注意这一点。特别要指出的是，本练习曲用 4 指的地方很多，这对于 4 指短的学生来说，就容易出现 4 指音偏低的情况，因此，在练习时一定要注意 4 指要伸展到位，同时用耳朵好好把握音准。在本曲中大连弓、小连弓、断弓以及不规则弓法都可练习到。这种复合弓法的练习加之多用拇指、变化音也不少，使该曲练习起来确有一定难度。

第 112 首：第五把位置的拇指把练习。主要解决这个把位及其横向的手指关系问题。由于琴弦本身有时五度关系并不太准，因此掌握这个把位的音准就有一定困难，所以练习此曲时要特别用耳朵去鉴别音高，不能只用手指去感觉。此曲不像第 111 首拇指有泛音可依赖，这对学生（尤其女生）来说，练习中拇指容易疲劳。但只要方法得当，根据个人手指情况做到循序渐进、劳逸结合，很快拇指就会练出力量来。还要注意的，在这个拇指把位上每一个手指的姿势一定要自然，保持好每一指的正常弧度，不要单纯地用手指去死按琴弦，而要把手臂或身体的重量顺畅地传达到手指上，再有弹性地落到琴弦上。这是一首很有实用价值的练习曲。

第 113 首：第四把位的拇指把练习。从指距概念上讲，第四把位是全音指距和半音指距的交汇点——在正常把位时，它是半音指距；在拇指把位时它又是全音概念（指的是手指间的音程距离）。因此，这里的拇指把位指距比前两条练习曲的要大，对手小的学生尤其女生会有一定的困难，所以相对来说音准要难些。要求手指要伸展到位。而手指伸多了就容易疲劳，在练习中一定要注意左手的休息。关于伸手指的问题，也有一个逐渐适应的过程，只要练习得法、劳逸适度，手指常伸一伸不会有坏处，当然不可过分去伸，不然会把手指伸坏。从小学琴的一些孩子左手手指会比右手要长些，这就是练习伸指多年后的结果。

第 114 首：本练习曲第一部分为大连弓手指灵活练习，第二部分为上半弓断弓琶音练习。速度为快板，每分钟 120 拍以上。第一部分中左手按弦要灵活、有力而有弹性，要按结实但不能死按。手指应准确快速敲击下去旋即抬起，要有极好的颗粒性感觉。因为速度极快，音准就有一定难度，尤其要注意变化音。本曲是很有用的练习，如舒伯特的《蜜蜂》与本练习曲就属于同一类型，如练好这首练习曲再演奏《蜜蜂》就会显得容易许多。第二部分的断弓要清楚，主要注意力应放在每一弓都要干净果断地停止住，这样声音就会好听些，千万不要靠加力去做断弓，那样会使声音既粗又不干净。

第 115 首：中弓复合弓法换弦练习。速度应在每分钟 100 拍左右。跳弓不要跳得太高，介于断弓、跳弓之间，要有因速度快而自然跳起来的感觉。练习换弦时少用胳膊去拐，要多用手腕、手指的配合，这样换弦才灵活流畅。中间有一段要用弓尖来练，当出现  时更要注意用手腕、手指，这里带点的音只能用断弓演奏。这也是一条

很有用的练习曲，对许多古典音乐演奏都非常有用，如贝多芬的奏鸣曲、海顿的协奏曲等。

第 116 首：这是一条大型的复合弓法练习曲。虽以音阶、琶音、半音阶为基础，但一点也不会觉得枯燥，因其极富音乐性，有的地方还写得非常辉煌，犹如一个单乐章的协奏曲。本曲对分弓、连弓、断弓、跳弓、连断、连跳等多种复合弓法都有涉及，左手的难度也较大，所以，学生们大多都必须认真练习它。断弓以连断弓为主，还包括双音的各种连跳弓，后面还涉及到飞跃跳弓 。飞跃跳弓是靠弓子本身的弹跳力在快速演奏时跳起来的，开始时要慢练，可在每一音加一上下动作，对此要有耐心，不可急于求成。快速换弦时只能靠手腕、手指去做，胳膊不可能如此灵活，这是练习这种弓法必须注意的。

第 117 首：快速上半弓断弓练习。弓子在每一个音上都必须做到干净、干脆地停止住，然后再进行下一弓。运弓时不要有意加力，声音才不会粗糙。断弓普遍称其为顿弓，顿即停顿的意思，因此称其为断开的分弓 (Detache) 似乎更容易理解，实际上标在音符上面的点就表明与另一音有时间的间隔。练习时，千万不要对每一音都加一重音去做顿弓，这会造成声音粗糙难听。左手为三度模进音型练习，要注意手指距离和音准。

第 118 首：弓尖小分弓练习(和上一首有些相似)。主要在左手六度音程上进行换弦练习，拉快了相当不易。练习换弦一定多用手腕、手指来做，用手臂会使整个身体摇动，加之如此快的速度就会越拉越紧张，直至最后无法进行下去。音准和指距一定要注意，大小六度脑子要清楚，多用耳朵检查。

第 119 首：左手同音换指、右手全弓大连弓练习。这是一首非常有用的练习。重要的是当同音换指时音高必须完全相同，一般初练时总会差一点，这时不仅要让耳朵去验证音高，同时用眼睛观察指距也显得非常重要。此外也要注意不能由于同音换指而破坏正常的节奏，不要演奏成 ，这样就是失败的练习。右手应严格按表情和力度符号的要求去做，注意全弓大连弓的流畅性。

第 120 首：密度更大速度更快的同音换指练习曲。与前一首相仿，不过节奏则快了一倍，因此在同音换指时准确度更难。重点是训练左手最不灵活的第三、四指，练习中很快会感觉到左手的疲劳，因此要注意手指的休息。练习时要注意手指的弹性，不要死按弦，击弦动作要有轻松有力敲击的感觉。

第 121 首：左手三度振音、右手大连弓练习。主要目的是训练手指的灵活性，练习左手三度振音时，手指要实实在在地打下去，而不能偷懒用颤指的方法去做，那样速度和节奏不易控制，效果也不好。右手要用好大弓子，注意连贯流畅，否则音就不会清楚。

第 122 首：大连弓左手半音阶快速流畅练习。对右手的要求是弓子一定要拉满，注意换弦的流畅。左手最难的是音准，需要特别提醒的是，一定要用耳、眼来观察半音指距，在脑子里要尽量确立像琵琶或吉他“品”的概念，在练习中寻找其规律。本练习曲的指法是编者根据音型进行的节奏来安排的，在练习中尽可能不要自己去改，否则会影响练习效率。

第 123 首：倚音练习。左手要有弹性，装饰音不要太快，也不要太慢。倚音的演奏有两种处理方法，一是不占主拍子，一是占主拍子，这里应该是前者，但也可练习一下后者，总之这两种处理方法都应掌握。弓子可半跳，也可用普通断弓，但一定要演奏得轻巧、活泼。

第 124 首：波音练习。弓子及左手训练要点同前一首。装饰音要清楚、轻巧，不要过分快，也不要一见它就紧张，下意识地为其加上重音。这个音只是一种装饰，就像是一只耳环，大小一定要适中，我们很难想像面对一个佩戴硕大耳环的人会是种什么感觉。

第 125 首：是专练 Trio 振音的练习曲。对左手的要求大致同第 121 首。练习振音时不要用颤指的方法去练，要真正用手指自己的动作去完成，这样方可控制速度和节奏。练习右手附点连断弓时，弓子最好用长一些，否则左手再有力 Trio 也不易清楚。