

随书赠送光盘

毛东海 主编

MAS 音乐艺术研究室 总策划
Music & Art Studio



民谣吉他弹唱入门教程

MINYAO
JITATANCHANG
RUMENJIAOCHENG

航空工业出版社

民谣吉 他弹唱

入门教程

MAS 音乐艺术研究室 总策划
Music & Art Studio

毛东海 主编



航空工业出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

民谣吉他弹唱入门教程 / 毛东海主编. —北京: 航空工业出版社, 2006.1

ISBN 7-80183-673-1

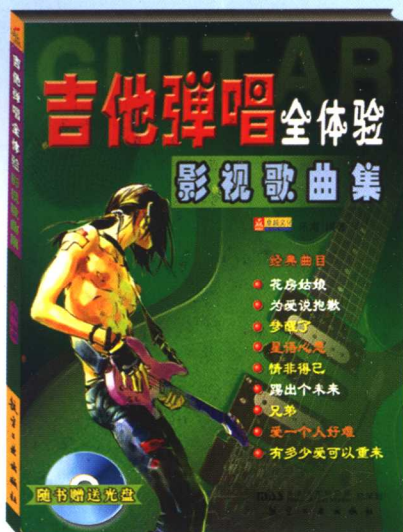
I. 民… II. 毛… III. 六弦琴—奏法—教材
IV. J623.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2005) 第 135770 号

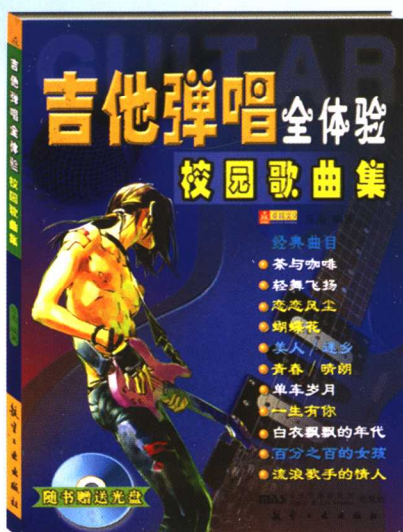
民谣吉他弹唱入门教程
Minyao Jita Tanchang Rumen Jiaocheng

航空工业出版社出版发行
(北京市安定门外小关东里 14 号 100029)
发行电话: 010-64978486 010-64919539

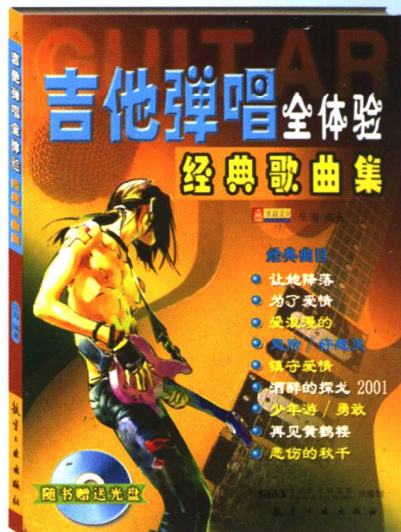
北京市燕山印刷厂印刷	全国各地新华书店经售
2006 年 1 月第 1 版	2006 年 1 月第 1 次印刷
开本: 850×1168	1/16 印张: 8.5 字数: 237 千字
印数: 1-12000	定价: 16.80 元 (随书赠送 CD 光盘 1 张)



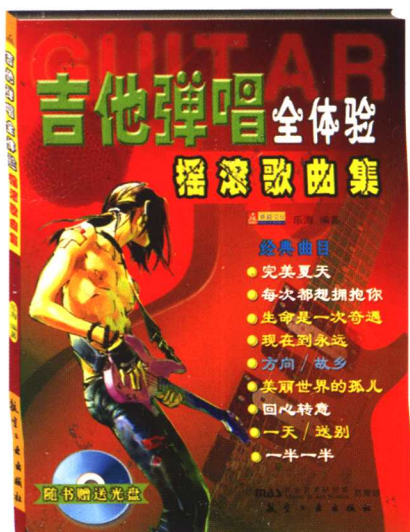
定价：12.00元



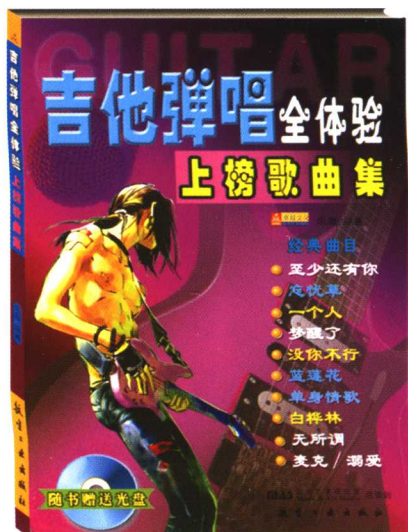
定价：12.00元



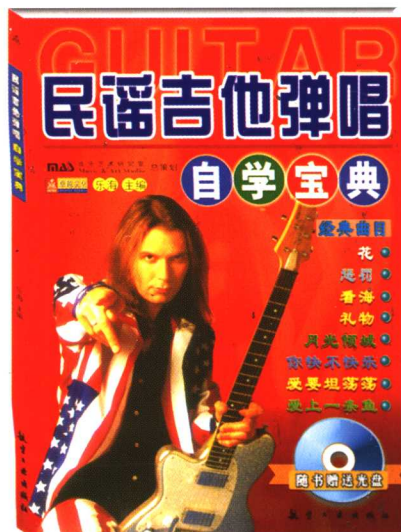
定价：12.00元



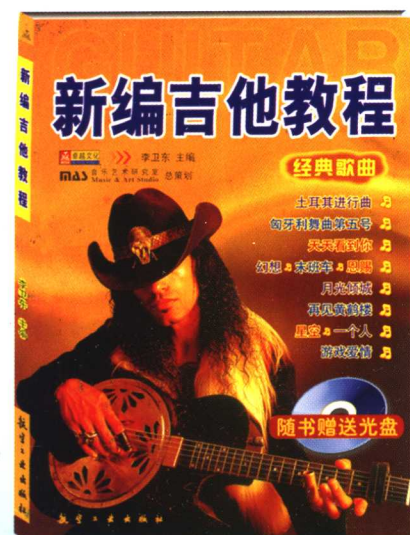
定价：12.00元



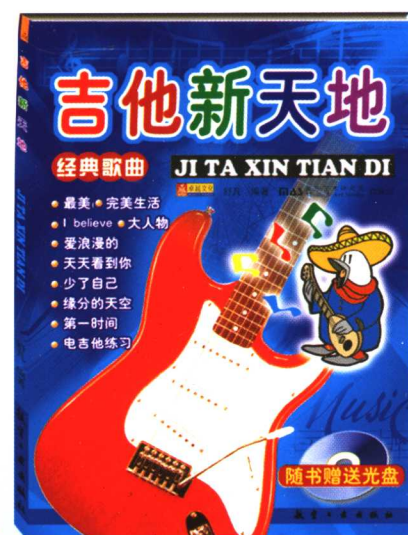
定价：12.00元



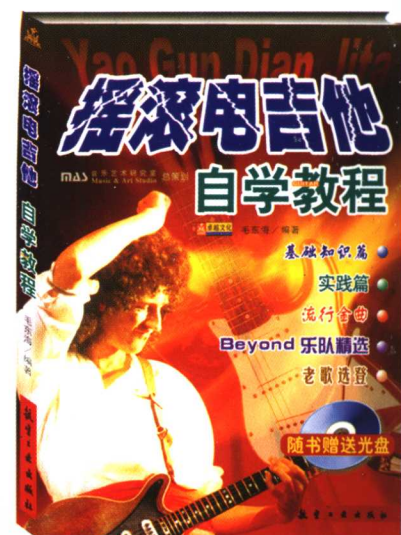
定价：15.80元



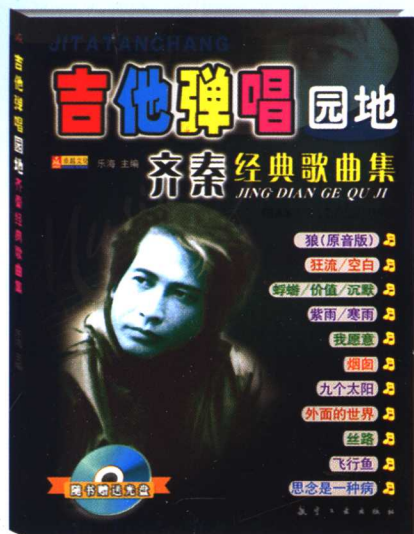
定价：16.80元



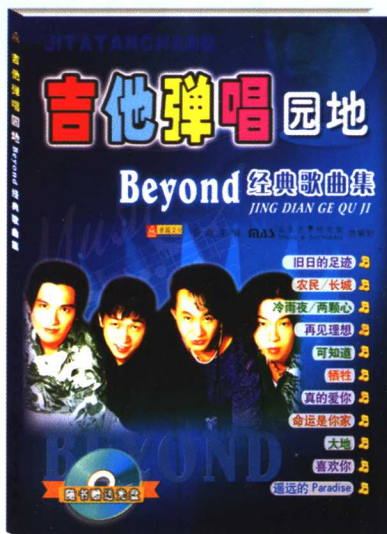
定价：16.80元



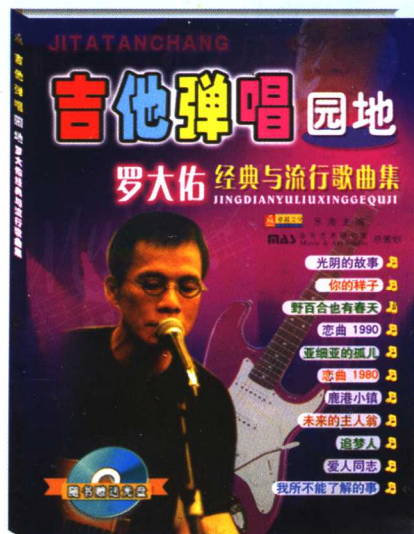
定价：29.80元



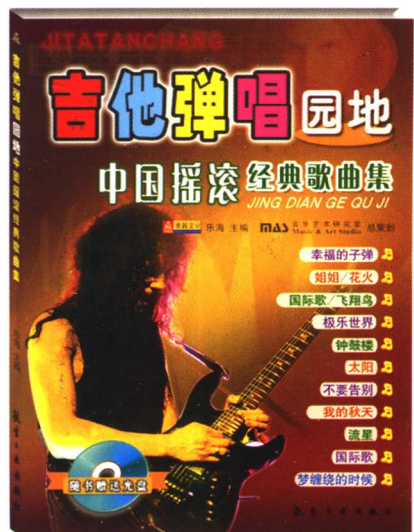
定价：18.00元



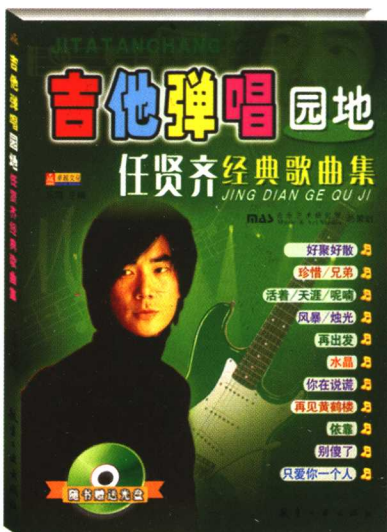
定价：18.00元



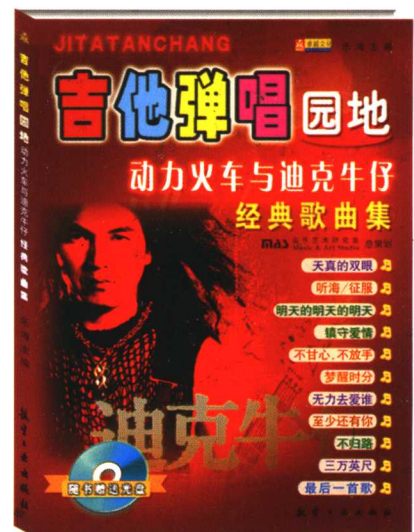
定价：18.00元



定价：18.00元



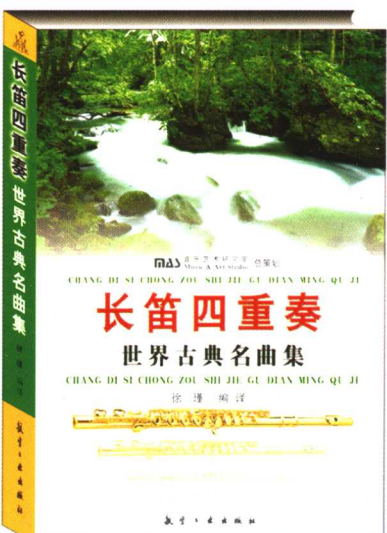
定价：18.00元



定价：18.00元



定价：22.80元



定价：50.00元



定价：16.80元

作者简介



毛东海 著名青年吉他演奏家、教育家。生于沈阳，1991 年入东北师范大学学习。在校期间因吉他水平突出，任校吉他协会会长。曾组建“超导体乐队”，任主音吉他手，具有高超的演奏技能。现于辽宁省某中学从事教育工作。

2001 年结合自己在教学工作中积累的经验，编著成《摇滚吉他金曲弹唱》一书，受到广泛认可与好评。

现编写的书籍有《电吉他初学入门》、《民谣吉他初学入门》、《摇滚吉他金曲弹唱》、《民谣吉他初中级教程》等。

航空工业出版社图书目录

吉 他 系 列

书 名	作 者	书定(估)价	CD、VCD 或磁带
《吉他大家弹》	李海涛	19.80 元	随书赠送 CD 光盘 1 张
《民谣吉他弹唱入门教程》	毛东海	16.80 元	随书赠送 CD 光盘 1 张
《经典好歌大家唱》——超级女生	乐 海	72.00 元	(本册 12.00 元)
《经典好歌大家唱》——精华篇	乐 海	72.00 元	(本册 12.00 元)
《经典好歌大家唱》——军旅篇	乐 海	72.00 元	(本册 12.00 元)
《经典好歌大家唱》——上榜篇	乐 海	72.00 元	(本册 12.00 元)
《经典好歌大家唱》——校园篇	乐 海	72.00 元	(本册 12.00 元)
《经典好歌大家唱》——摇滚篇	乐 海	72.00 元	(本册 12.00 元)
《民谣吉他弹唱自学宝典》	乐 海	15.80 元	随书赠送 CD 光盘 1 张
《吉他弹唱先锋》	王鹰 马鸿 晓非	18.00 元	随书赠送 CD 光盘 1 张
《吉他弹唱好歌精选》	舒 凡	16.80 元	随书赠送 CD 光盘 1 张
《吉他弹唱经典好歌》	舒 凡	16.80 元	随书赠送 CD 光盘 1 张
《流行好歌键盘弹唱》*	乐 海	16.80 元	随书赠送 CD 光盘 1 张
《新编吉他教程》	李卫东	16.80 元	随书赠送 CD 光盘 1 张
《吉他新天地》	舒 凡	16.80 元	随书赠送 CD 光盘 1 张
《吉他弹唱园地》——Beyond 经典歌曲集*	乐 海	18.00 元	随书赠送 CD 光盘 1 张
《吉他弹唱园地》——中国摇滚经典歌曲集	乐 海	18.00 元	随书赠送 CD 光盘 1 张
《吉他弹唱园地》 ——动力火车与迪克牛仔经典歌曲集	乐 海	18.00 元	随书赠送 CD 光盘 1 张
《吉他弹唱园地》 ——罗大佑经典与流行歌曲集	乐 海	18.00 元	随书赠送 CD 光盘 1 张
《民谣吉他弹唱入门》*	毛东海	22.80 元	随书赠送 CD 光盘 1 张
《摇滚电吉他自学教程》	毛东海	29.80 元	随书赠送 CD 光盘 1 张
《吉他弹唱流行歌曲》	舒 凡	16.80 元	随书赠送 CD 光盘 1 张
《吉他弹唱爱好者》——经典歌曲	乐 海	16.00 元	随书赠送 CD 光盘 1 张
《吉他弹唱爱好者》——校园歌曲	乐 海	16.00 元	随书赠送 CD 光盘 1 张
《吉他弹唱爱好者》——上榜歌曲	乐 海	16.00 元	随书赠送 CD 光盘 1 张
《吉他弹唱爱好者》——摇滚歌曲	乐 海	16.00 元	随书赠送 CD 光盘 1 张
《吉他弹唱爱好者》——原版弹唱	乐 海	16.00 元	随书赠送 CD 光盘 1 张
《吉他弹唱爱好者》——新歌快递	乐 海	16.00 元	随书赠送 CD 光盘 1 张
《吉他弹唱自学系列》——民谣吉他入门	杨传术	16.00 元	随书赠送 CD 光盘 1 张
《吉他弹唱自学系列》——吉他弹唱百日通	乐 海	16.00 元	随书赠送 CD 光盘 1 张
《吉他弹唱自学系列》——吉他弹唱一点通	乐 海	16.00 元	随书赠送 CD 光盘 1 张
《吉他弹唱自学系列》 ——少儿吉他弹唱入门	陈剑波	16.00 元	随书赠送 CD 光盘 1 张
《吉他弹唱自学系列》——吉他弹唱二月通	刘天礼	16.00 元	随书赠送 CD 光盘 1 张

《教你成为吉他手》	乐海 吴健	19.80 元	随书赠送 CD 光盘 1 张
《电贝司基础教程》	陈剑波	22.00 元	无
《吉他弹唱独奏曲集》——经典篇	李海涛	15.00 元	随书赠送 CD 光盘 1 张
《吉他弹唱独奏曲集》——校园篇	李海涛	15.00 元	随书赠送 CD 光盘 1 张
《吉他弹唱独奏曲集》——上榜篇	李海涛	15.00 元	随书赠送 CD 光盘 1 张
《吉他弹唱独奏曲集》——酒吧篇	李海涛	15.00 元	随书赠送 CD 光盘 1 张
《吉他弹唱独奏曲集》——影视篇	李海涛	15.00 元	随书赠送 CD 光盘 1 张
《吉他弹唱歌曲大放送》——新歌速递	乐海	15.00 元	随书赠送 CD 光盘 1 张
《吉他弹唱歌曲大放送》——先锋乐队	乐海	15.00 元	随书赠送 CD 光盘 1 张
《吉他弹唱歌曲大放送》——超炫组合	乐海	15.00 元	随书赠送 CD 光盘 1 张
《吉他弹唱歌曲大放送》——另类男声	乐海	15.00 元	随书赠送 CD 光盘 1 张
《吉他弹唱歌曲大放送》——非常女声	乐海	15.00 元	随书赠送 CD 光盘 1 张
《吉他弹唱歌曲大放送》——情歌对唱	乐海	15.00 元	随书赠送 CD 光盘 1 张
《吉他弹唱精选系列》——原版民谣在线	舒凡	16.00 元	随书赠送 CD 光盘 1 张
《吉他弹唱精选系列》——非常流行歌曲	乐海	16.00 元	随书赠送 CD 光盘 1 张
《吉他弹唱精选系列》——特别另类好歌	乐海	16.00 元	随书赠送 CD 光盘 1 张
《吉他弹唱精选系列》——百听不厌好歌	乐海	16.00 元	随书赠送 CD 光盘 1 张
《吉他弹唱精选系列》——弹唱入门金曲	乐海	16.00 元	随书赠送 CD 光盘 1 张
《吉他弹唱新天地》 ——阿杜与杨坤弹唱专集	乐海	15.00 元	随书赠送 CD 光盘 1 张
《吉他弹唱新天地》——周华健弹唱专集	乐海	15.00 元	随书赠送 CD 光盘 1 张
《吉他弹唱新天地》——周杰伦弹唱专集	乐海	15.00 元	随书赠送 CD 光盘 1 张
《吉他弹唱新天地》——谢霆锋弹唱专集	乐海	15.00 元	随书赠送 CD 光盘 1 张
《吉他弹唱新天地》——伍佰弹唱专集	乐海	15.00 元	随书赠送 CD 光盘 1 张
《吉他弹唱新体验》 ——刘德华与张学友弹唱专集	乐海	15.00 元	随书赠送 CD 光盘 1 张
《吉他弹唱新体验》 ——刀郎与朴树弹唱专集	乐海	15.00 元	随书赠送 CD 光盘 1 张
《吉他弹唱新体验》 ——许巍与羽·泉弹唱专集	乐海	15.00 元	随书赠送 CD 光盘 1 张
《吉他弹唱上榜新歌》——榜中榜	乐海	15.00 元	随书赠送 CD 光盘 1 张
《吉他弹唱上榜新歌》——爬行榜	乐海	15.00 元	随书赠送 CD 光盘 1 张
《吉他弹唱上榜新歌》——TOP 榜	乐海	15.00 元	随书赠送 CD 光盘 1 张
《吉他弹唱上榜金曲》	乐海	36.00 元	随书赠送 CD 光盘 2 张

注：书名后标有*号为本社再版图书。

邮购启示：以上音乐教材部分配有教学示范 VCD 或录音磁带，有需要以上图书或 VCD（录音带）的读者，请直接购买或汇款邮购（免邮寄费）。

邮购地址：北京市朝阳区甜水园北里 16 号楼图书市场 129 号

收款人：芦长阳

邮编：100026

联系电话：010-65934239 60425898

手机：013701291898

网 址：www.china-ebooks.com

E-mail: zhuoyue@china-ebooks.com

目 录

第一课..... (1)	二、教师精讲..... (15)
一、自学园地..... (1)	三、练习曲目
二、教师精讲..... (3)	童年..... (15)
三、练习曲目	第七课..... (17)
两只老虎..... (3)	一、自学园地..... (17)
第二课..... (4)	二、教师精讲..... (18)
一、自学园地..... (4)	三、练习曲目
二、教师精讲..... (5)	无能为力..... (18)
三、练习曲目	第八课..... (20)
四季歌..... (5)	一、自学园地..... (20)
四、民谣吉他构造..... (6)	二、教师精讲..... (20)
第三课..... (7)	三、练习曲目
一、自学园地..... (7)	真心英雄..... (21)
二、教师精讲..... (7)	第九课..... (24)
三、练习曲目	一、自学园地..... (24)
友谊地久天长..... (8)	二、教师精讲..... (24)
四、自学民谣吉他上弦..... (8)	第十课..... (25)
第四课..... (9)	一、自学园地..... (25)
一、自学园地..... (9)	二、教师精讲..... (25)
二、教师精讲..... (10)	三、练习曲目
三、练习曲目	青春..... (26)
萍聚..... (10)	第十一课..... (28)
第五课..... (12)	一、自学园地..... (28)
一、自学园地..... (12)	二、教师精讲..... (30)
二、教师精讲..... (13)	三、练习曲目
第六课..... (14)	世上只有妈妈好..... (30)
一、自学园地..... (14)	第十二课..... (31)

迟到	(31)
第十三课	(32)
地心引力	(32)

第十四课	(35)
朋友	(35)

好歌推荐

1. 倔强.....五月天 演唱 (37)
2. Take me to your heart
.....迈克学摇滚 演唱 (40)
3. 蝴蝶.....侃侃 演唱 (42)
4. 曾经的你.....许巍 演唱 (45)
5. 肩膀.....满江 演唱 (48)
6. 宁夏.....梁静茹 演唱 (50)
7. 烟花火.....陈坤 演唱 (52)
8. 折子戏.....黄阅 演唱 (55)
9. 听说.....刘若英 演唱 (58)
10. 男人海洋.....周传雄 演唱 (60)
11. 多爱我一秒钟...周传雄 演唱 (62)
12. 突然的自我.....伍佰 演唱 (64)
13. 两极.....任贤齐 演唱 (66)
14. 好说话.....任贤齐 演唱 (68)
15. 寓言.....张韶涵 演唱 (71)
16. 渐渐.....赵薇 演唱 (74)
17. 还有我.....何炅 演唱 (76)
18. Dancing in the Rain
.....水木年华 演唱 (78)
19. 心醉.....希亚 演唱 (80)
20. 美人鱼.....林俊杰 演唱 (82)
21. 边走边唱.....房祖名 演唱 (84)

22. 答应.....房祖名 演唱 (86)
23. 最动听.....房祖名 演唱 (88)
24. 燕尾蝶.....梁静茹 演唱 (90)
25. 加减乘除.....花儿乐队 演唱 (92)
26. 半糖主义.....S.H.E 演唱 (94)
27. 他还是不懂.....S.H.E 演唱 (96)
28. 一起开始的旅程
.....S.H.E 演唱 (98)
29. 天涯海角.....阿杜 演唱 (101)
30. 忘了哭.....张学友 演唱 (104)
31. 黑白画映.....张学友 演唱 (106)
32. 如果这都不算爱
.....张学友 演唱 (109)
33. 忠贞.....山鹰组合 演唱 (112)
34. 花儿为什么这样红
.....刀郎 演唱 (114)
35. 美丽的神话
.....孙楠 韩红 演唱 (115)
36. 一路向北.....周杰伦 演唱 (120)
37. 灰色空间.....罗志祥 演唱 (123)
38. 童话.....光良 演唱 (126)
39. 外婆的澎湖湾
.....潘安邦 演唱 (128)

第一课（课时 45 分钟）

- 学习目标：1. 民谣吉他持琴的正确姿势。
2. 左右手的正确姿势。
3. 歌曲《两只老虎》实践弹唱。

一、自学园地

请按以下图片顺序模仿，掌握正确的持琴姿势。



图 1 正面坐姿



图 2 正面坐姿



图 3 右肘的正确姿势

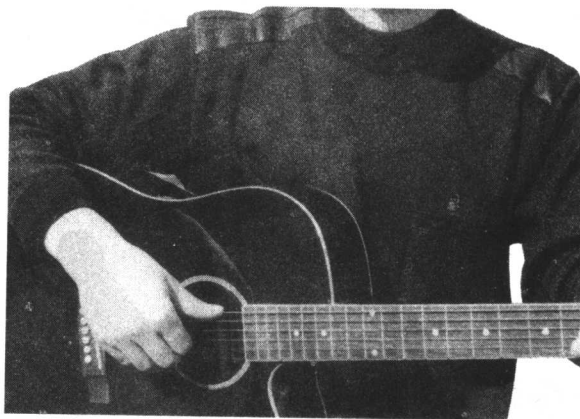


图 4 吉他在前胸的正确姿势

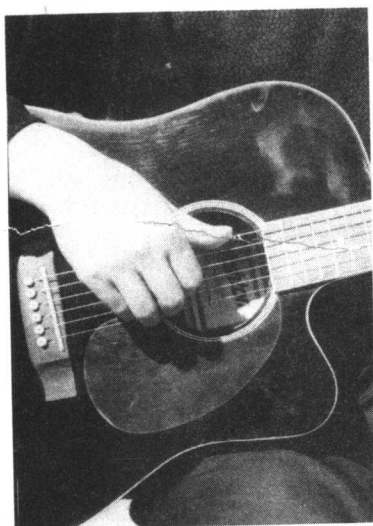


图5 吉他与右腿接触的正确位置

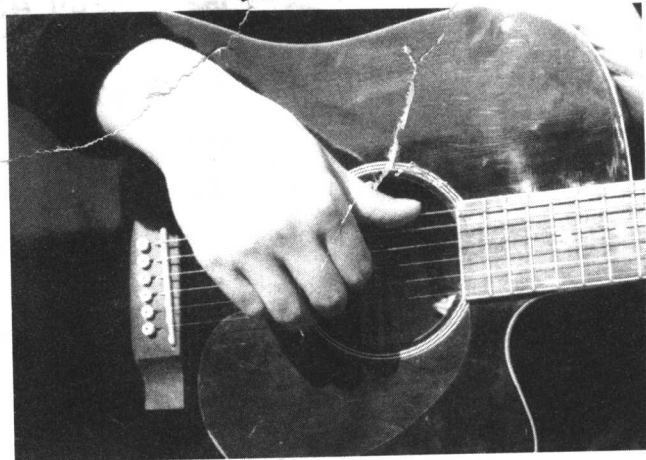


图6 右手在吉他上的正确姿势

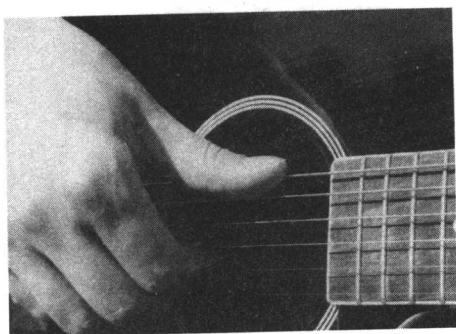


图7 右手大拇指的正确姿势

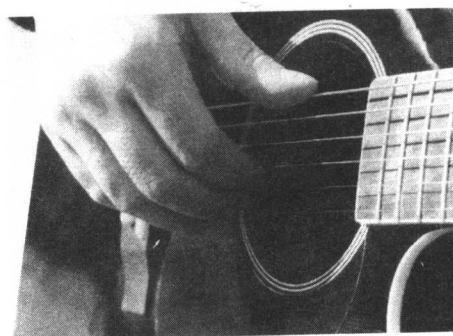


图8 右手食指、中指、无名指的正确姿势

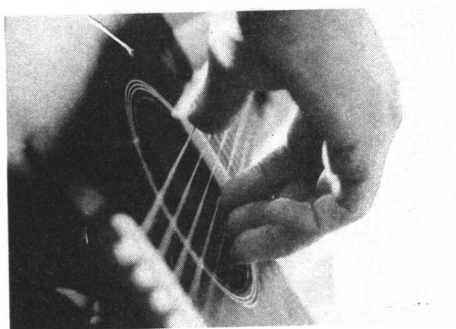


图9 右手手指触弦的正确姿势

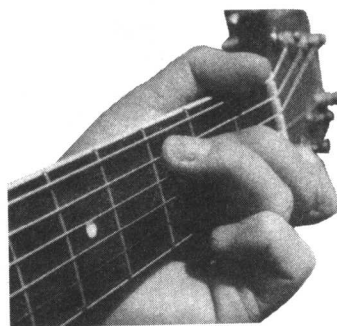


图10 左手按琴颈的正确姿势

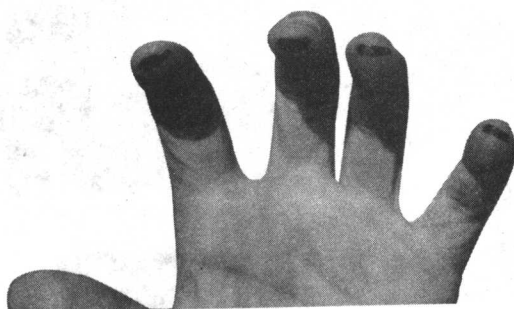


图11 左手各指尖按弦的正确部位

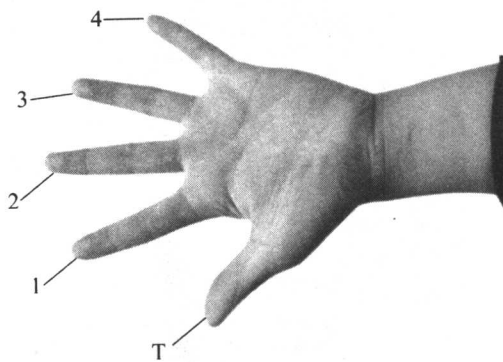


图12 左手各指记号

二、教师精讲

同学们进行吉他弹唱时一般采用坐姿，坐在椅子上进行演奏时，要注意身体的躯干要直，背不能驼。另外右手的小臂与上臂连接处放在吉他共鸣箱处，自然下垂不要过于紧张，吉他共鸣箱凹处放在右大腿上，琴头方向应指向左肩外方向，以利左手按弦。右手大拇指在演奏时要注意靠指甲盖处的关节不要向上凸起，另外要注意右手大拇指应在其他手指前。教师应针对初学者实际情况随时指点，以便初学者能迅速掌握。

三、练习曲目

两只老虎

1 = $\frac{2}{4}$

0 0 | 1 2 3 1 | 1 2 3 1 | 3 4 5 | 3 4 5 |

两 只 老 虎 两 只 老 虎 跑 得 快 跑 得 快

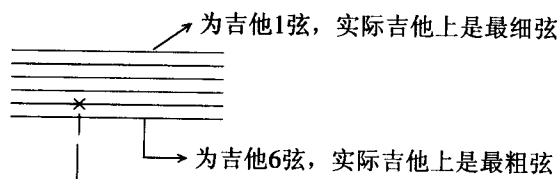
5 6 5 4 3 1 | 5 6 5 4 3 1 | 3 5 1 | 3 5 1 | 1 - ||

一 只 没 有 眼 睛 一 只 没 有 尾 巴 真 奇 怪 真 奇 怪

琶音技巧

弹唱提示：

1. 自学要求：请按图片 13 掌握 C 和弦的按法。
2. 教师点拨：①我们所见的谱例为六线谱又称 Tab 谱，请看图示。



× 代表右手弹奏的节奏型，从左向右弹，如这个×标在5线上，右手大拇指拨5弹一下即可，弹奏本首歌曲时第一个音最响，力度应大些，以使所弹奏的音层次清晰。

②关于 C 和弦图，应熟练掌握。首先我们对以下 C 和弦谱例及实际吉他 C 和弦照片进

行分析:

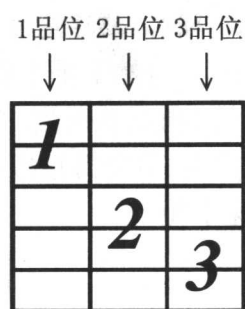


图 13 C 和弦谱例

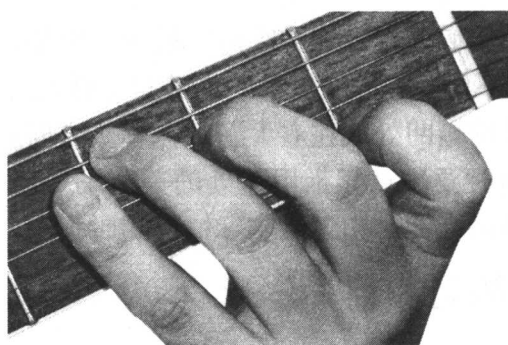


图 14 C 和弦照片

在吉他指板上有条状的金属称为品柱，相邻品柱之间为品位，称为 1 品位、2 品位、3 品位等。在和弦图上的 1、2、3 分别为左手的食指、中指、无名指。1 应按在 2 弦一品，2 应按在 4 弦二品，3 应按在 5 弦三品，安排左手时应先从粗线向细线安排。

第二课（课时 1 小时）

- 学习目标：1. 实践弹唱《四季歌》。
2. 认识民谣吉他构造并了解各种吉他。

一、自学园地

请按以下和弦图自学：

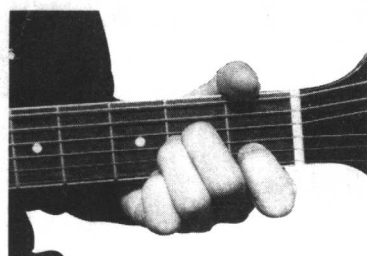


图 15

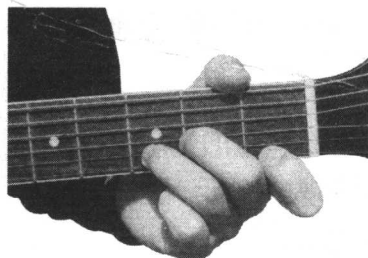
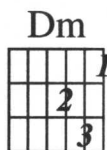


图 16

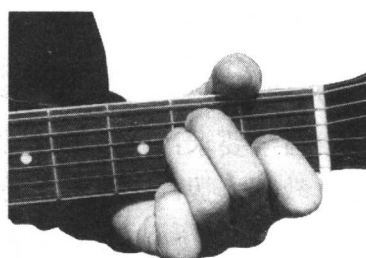


图 17

二、教师精讲

首先由教师示范弹唱《四季歌》，并重点示范右手节奏型与左手和弦转换。

三、练习曲目

四季歌

1=C $\frac{4}{4}$

Am Dm E E Am

0 0 0 0 | 0 0 0 0 | 0 0 0 0 | 0 0 0 0 | : 3 3 2 1 2 1 7 |

1. 爱 春 天 的
2. 爱 夏 天 的
3. 爱 秋 天 的
4. 爱 冬 天 的

Am Dm E Dm Am

6 6 6 - | 4 4 3 2 1 2 4 | 3 - - - | 4 4 3 2 2 4 | 3 3 1 6 1 |

人 们 啊 心 地 纯 洁 像 那 美 丽 的 紫 罗 兰 啊
人 们 啊 意 志 坚 强 像 那 冲 击 的 石 的 波 浪
人 们 啊 一 往 情 深 像 那 忠 诚 的 人 的 海 大
人 们 啊 心 胸 宽 广 像 那 融 化 的 冰 雪 的 人 的 地

E 1.2. Am 3.4. Am Am

7 3 3 2 1 7 1 | 6 - - - :| 6 - - - | 0 0 0 0 ||

像 我 的 朋 友 一 样
像 我 的 父 亲 一 样
像 我 的 爱 人 一 样
像 我 的 母 亲 一 样

四、民谣吉他构造

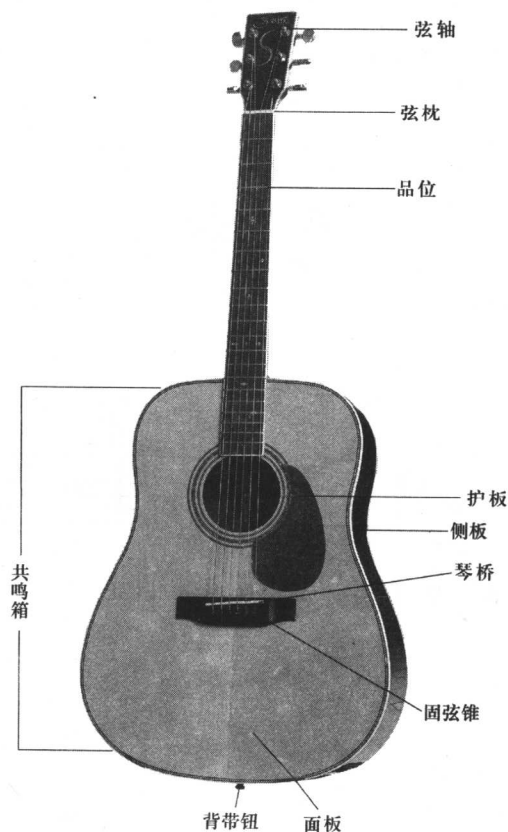


图 18 民谣吉他构造图

1. 弦轴是用来固定琴弦的，上面有小孔用来穿过弦，并在轴上进行缠绕。
2. 弦枕一般是塑料条、兽骨或象牙制作的，它与琴桥的高度可影响手指在指板上的舒适度。
3. 品位是按弦的重要部位。
4. 面板是吉他共鸣的重要部分，中高档吉他由单板构成，从音孔方面可看到明显的木纹，低档吉他一般为合板。
5. 固弦锥是民谣吉他特有的零部件，是上弦必须用来固定的部分。
6. 护板可防止吉他面板损伤。
7. 侧板、背板与面板一同构成共鸣箱。
8. 背带钮是用来挂背带的。
9. 琴桥是用来架弦的，功能与弦枕相同。

常识：民谣吉他琴颈比较细，从琴品到共鸣箱处共有十四个品位，用钢弦上弦，声音明亮，另外在琴颈内部有调节筋，当琴颈弯曲时可进行调节。

古典吉他从琴枕到共鸣箱共为十二个品格。琴弦较宽，另外古典吉他用弦为尼龙弦，音色圆润柔美，以演奏乐曲见长。笔者认为古典吉他更适合女同学弹奏，一是声音好听；二是不伤手。

第三课 (课时 1 小时)

- 学习目标:**
1. 掌握 C 大调前三把位音阶。
 2. 单音弹奏《友谊地久天长》。
 3. 吉他上弦知识简介。

一、自学园地

按以下图片与谱例练习 C 调前三把位音阶。

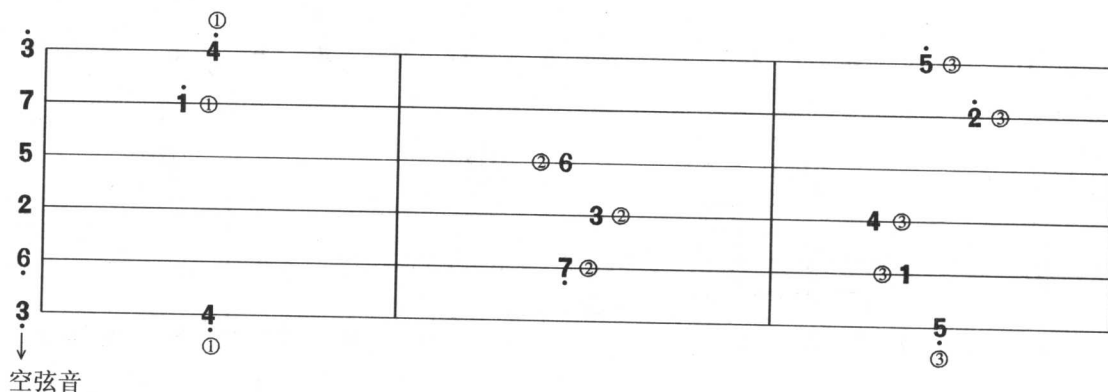


图 19

5 弦三品用③无名指按为 1

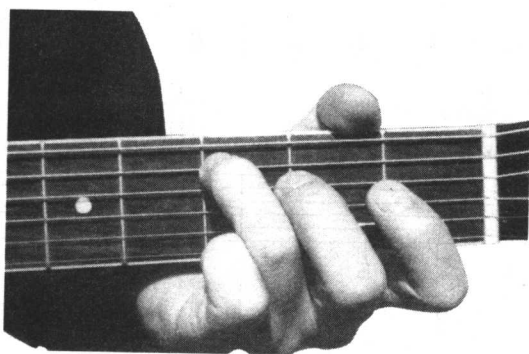


图 20

1 弦三品用③无名指按为 5

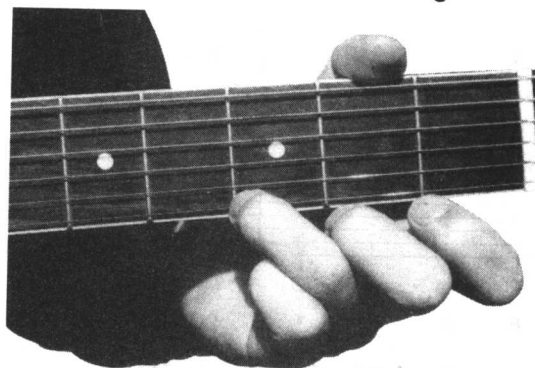


图 21

二、教师精讲

此谱例为 C 调前三品位音阶。

♭为低音，♮为中音，♯为高音。所谓的空弦音指的是左手不用按品位，右手直接弹奏发出的声音。

如：右手弹 6 弦，左手不按弦发出的音为 **3**。另外，谱例①②③代表左手的食指、中指、无名指。把手指放在相邻音的旁边，用左手哪个手指按哪根弦哪个品位发出什么音便可一目了然，请同学们认真练习。