

新版全球畅销系列丛书

A New Tune A Day™ 每日一练系列

DVD
版本

长笛每日一练 1

for Flute

Book One

原著：内德·班奈特（Ned Bennett）

编译：好好艺术工作室



随书附赠

CD

DVD



中国文联出版社

A New Tune A Day™

每日一练系列

长笛每日一练 1

for Flute

原著：内德·班奈特（Ned Bennett）

编译：好好艺术工作室



中国文联出版社

国外版权登记号: 01-2008-5354

图书在版编目 (CIP) 数据

长笛每日一练/ (英) 班奈特 (Bennett,N.) 著;
好好艺术工作室编译. —北京: 中国戏剧出版社, 2008.11
ISBN 978-7-104-02805-5

I. 长… II. ①班… ②好… III. 长笛—吹奏法—教材 IV. J621.16

中国版本图书馆CIP数据核字 (2008) 第185515号

每日一练系列

长笛每日一练 (1)

策 划: 宋宝强 黑杭林

责任编辑: 黄艳华

责任出版: 冯志强

出版发行: 中国戏剧出版社

社 址: 北京市海淀区紫竹院路116号嘉豪国际中心A座10层

邮政编码: 100097

电 话: 010-58930221 58930237 58930238

58930239 58930240 58930241 (发行部)

传 真: 010-58930242 (发行部)

经 销: 全国新华书店

印 刷: 广东省农垦总局印刷厂

开 本: 635mm × 960mm 1 / 8

印 张: 8

字 数: 100千

版 次: 2008年12月 北京第1版第1次印刷

书 号: ISBN 978-7-104-02805-5

定 价: ¥30.00元

版权所有 违者必究

前言

C. Paul Herfurth (C·保罗·荷弗斯) 推出的<A Tune A Day>系列自20世纪30年代前期面世以来长年高居最受欢迎乐器教科书榜首。无数音乐爱好者在这套条理清晰、选曲经典、讲解专业、编排合理的教科书指导下踏入音乐殿堂。

老师们将会发现这一系列是由经验丰富的专业人士细心地重新编写：乐器技巧和练习已经更新，全书内容亦已经过大幅修改。

学生们将会发现这一系列选材代表性强、条理清晰，既收录许多脍炙人口的曲目，又系统地介绍音乐知识的方方面面。此系列配有CD，包含示范乐曲及伴奏，帮助学生在早期学习阶段培养节奏感、音调感及表演能力。

与旧版本一样，此系列书中每五课设有一次小测验。老师们可利用这些小测验来检验学生在每一阶段的掌握情况。

以下为旧版本前言的节选，虽撰写多年，今仍属实。

初学乐器时绝不能低估大声数拍子的重要性。初学者只有这样做才能具备节奏感。节奏是音乐最基础的元素之一，在业余合奏团体的演奏中明显被忽视，因此本系列倍加重视节奏感的培养。

只有定时、严谨地练习乐器的演奏技巧，才能最终掌握这门乐器。日常练习不应超过个人身体承受的极限，应该以逐步达到在控制音调的同时手指准确演奏为目标。

音乐创作可带来一生的乐趣，其核心在于熟谙乐器发声原理及音乐理论的原理。此系列旨在引导学生迈出这关键的第一步：悉心学习，坚持训练，立竿见影，终身受用。

欢迎来到音乐世界！

目录

音乐入门	4
演奏准备	6
第一课	8
第二课	12
第三课	15
第四课	18
第五课	21
第一至五课的测验	25
第六课	26
第七课	28
第八课	30
第九课	32
第十课	35
第六至十课的测验	37
第十一课	38
第十二课	40
第十三课	42
第十四课	45
第十五课	48
第十一至十五课的测验	51
第十六课	52
第十七课	54
第十八课	56
第十九课	58
第二十课	61
第十六至二十课测验	63
CD目录	64

译制人员：

项目负责：罗子廉 翻译制作：好好艺术工作室 翻译审校：郑启华 美术编辑：汤秋芬

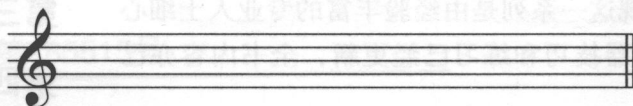
音乐入门

五线谱

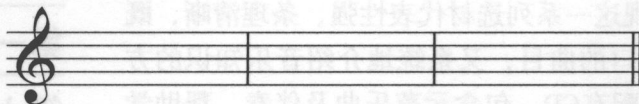
音符记在一组平行五线上，称为五线谱。

每一个五线谱开头均有一个谱号，用来描述乐音的大致音高范围。

右边例子为一个高音谱号，
通常适用于旋律乐器。



五线谱被一些竖线平分成几部分，
每一部分称为一小节，竖线为小节线。



音符时值

音符时值由不同的符号表示，每一个音符时值都有它对应的休止符，代表停顿。



八分音符，通常用来表示半个拍子，由一个实心的符头，符干和符尾组成。图片右方为八分休止符。



四分音符，通常用来表示一个拍子，由一个实心的符头和一条符干组成。图片右方为四分休止符。



二分音符，相当于两个四分音符，由一个空心的符头和一条符干。二分休止符放在中线上。



全音符，相当于两个二分音符，只有一个空心的符头。全音休止符挂在第四线下面。

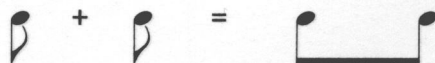
其他音符时值

音符时值可以通过在符头后面加一个附点增加一半。这里一个二分音符加一个四分音符等于一个加了附点的二分音符。



八分音符组

记谱中两个或更多的八分音符接连出现时，他们的符尾可以用粗直线符尾连接起来。



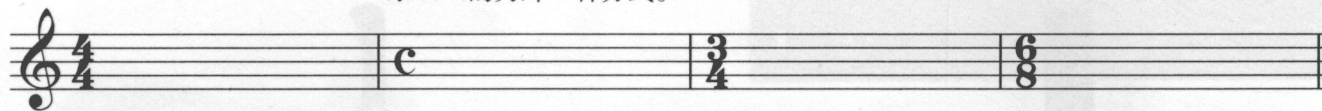
节拍记号

谱号后面上下叠加在一起的分数叫节拍记号，说明了一个小节里面拍子的数量。

上面的数字说明每个小节的拍子数量，下面的数字显示采用哪种音符时值来表示一个单独拍子，即拍子的类型。所以4代表四分音符，8代表八分音符。

C，也就是普通拍子，是表示4/4的另外一种方式。

6/8表示一小节有六个八分音符。

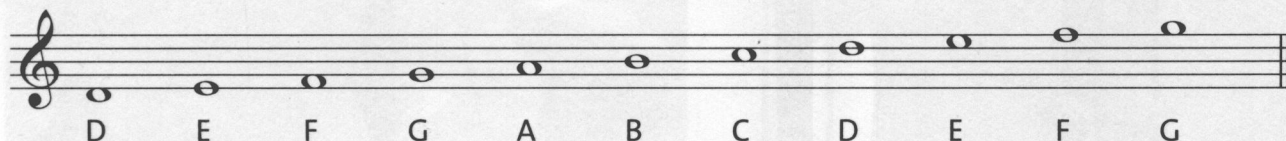


4/4表示一小节有四个四分音符。

3/4表示一小节有三个四分音符。

音名

音乐中采用字母表中A、B、C、D、E、F、G这七个字母表示音符的名称，而音高则是由音符在五线谱中的位置表示的。



临时变音记号

用升半音记号“#”、降半音号“b”和还原记号“♮”可以使音符音高升高降低半个音或将之前升、降音恢复到原来音高，这些临时改变音高的符号叫临时记号。

升音记号(♯)使音符的音调升高。

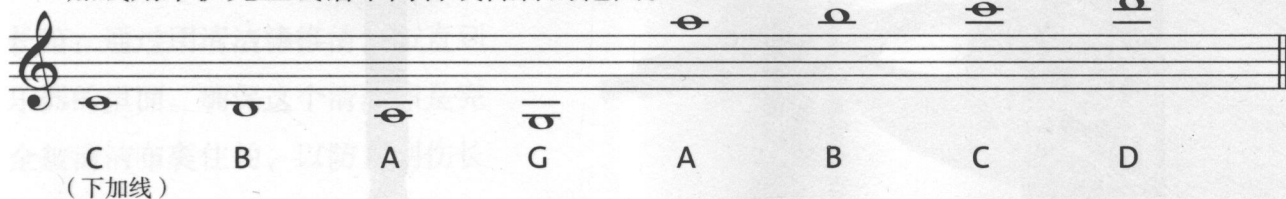
还原号(♮)使音符恢复原来的音高。



降音记号(b)使音符的音调降低。

加线

加线用来扩充五线谱中高音或低音的范围。(上加线)



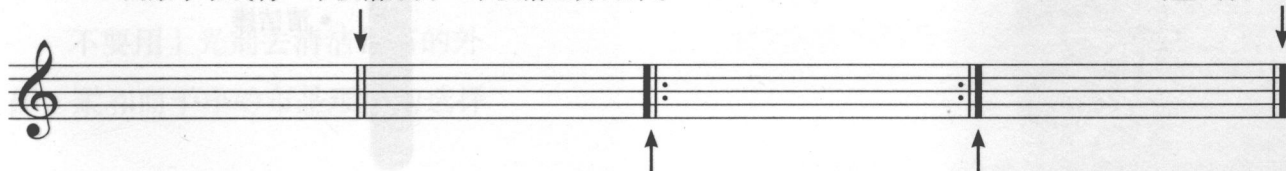
(下加线)

小节线

各种各样的小节线都有：

两条小节线将一个段落跟另一个段落区分开来。

终止线表示乐曲的结束。



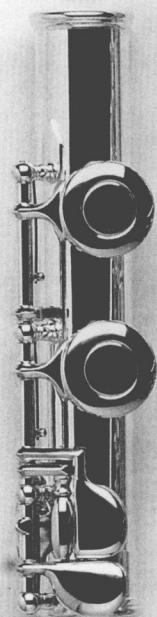
反复演奏记号表示这一段之内需要重复演奏一次。

演奏准备:

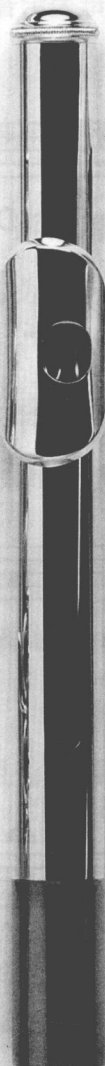
长笛及其附件

你整套的长笛配件需要包括这些:

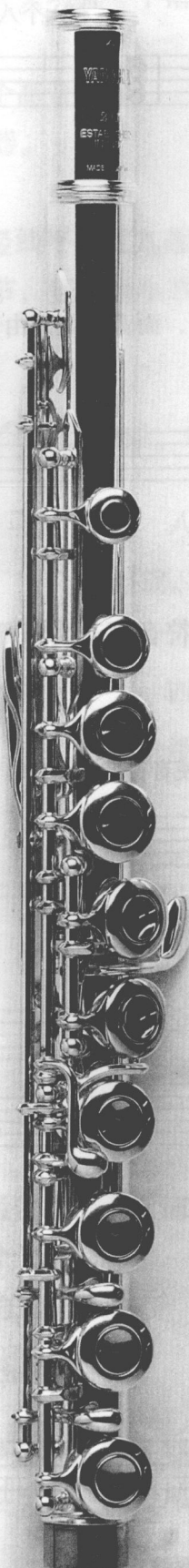
• 笛尾



• 笛头



• 主管



• 清洁布



• 清洁棒

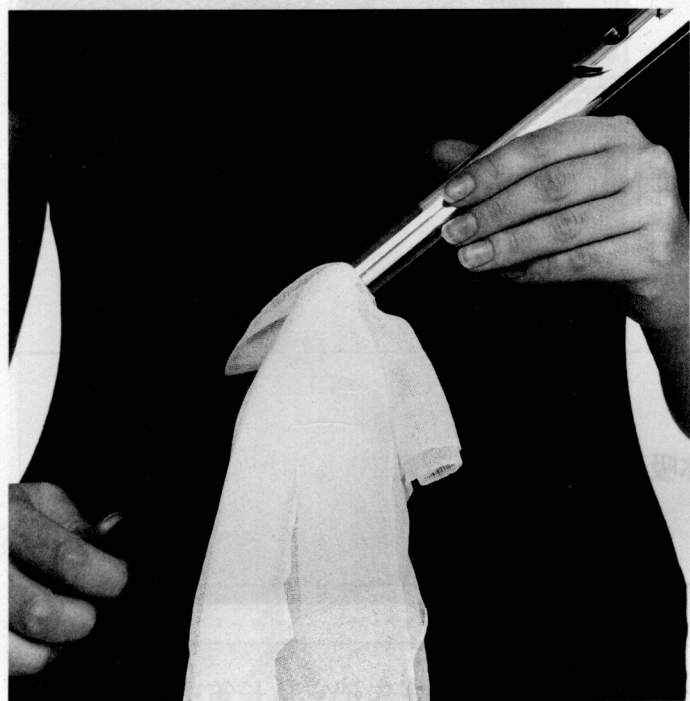
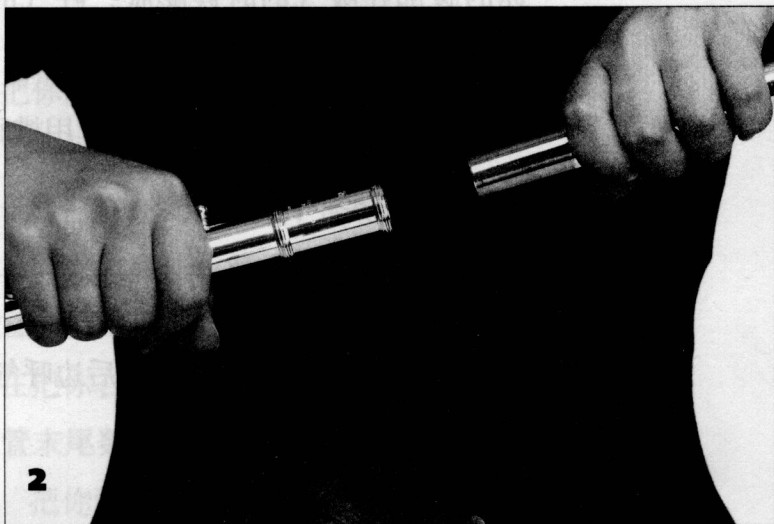


组合乐器的步骤

1. 用扭转的动作把笛尾轻轻地推进长笛的主管里面，使笛尾的杆与主管的键结合在一起。



2. 再次用扭转的动作把笛头推进主管里面，使吹孔的中心与键的中心对齐。



重要提示：

每次吹奏之后，都要擦干你的长笛：通过用清洁棒推清洁布直到乐器的里面。确保这个清洁棒是完全被清洁布裹住的，以防止刮伤长笛的内部。

不要把湿布与你的长笛一起放在箱子里。

不要用上光剂去清洁长笛的外部，柔和而干净的布是理想的选择



第1课

目标:

1. 用横膈膜呼吸
2. 吹奏口型
3. 吐音

4. 擎持长笛
5. 音符B, A和G
6. 在吹奏的时候打拍子, 全音符, 二分音符和四分音符

呼吸

放松和稍加控制的姿势对舒适而正确的呼吸来说是必须的。

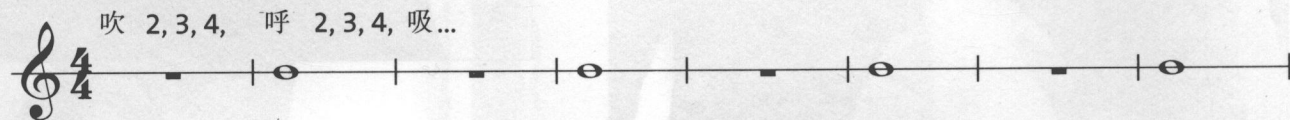
在呼气和吸气的时候, 都要用你的横膈膜。横膈膜是胸腔下部强而有力的肌肉支撑, 它使你的腹部在吸气的时候膨胀, 呼气的时候收缩。

比起用高至胸腔的脉间肌, 用横膈膜可以让你更有效地控制你的呼吸。



练习一

边吸气边数四个拍子, 然后边呼气边数四个拍子, 继续这样反复练习, 一定要用横膈膜来控制气息的流动。

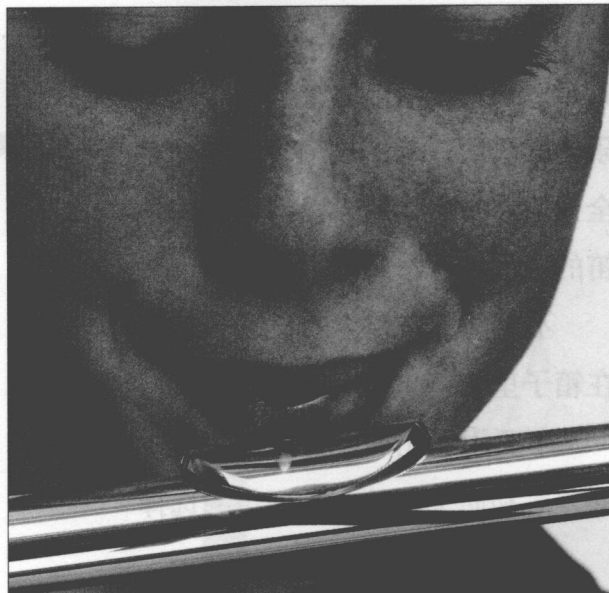


把一只手放在你的腹部上, 试试看当你吸气的时候它是不是膨胀, 呼气的时候它是不是收缩。

吐音和吹奏口型

第一次吹奏的时候, 只对着笛头来吹是最容易的, 所以最好先把它从长笛中拿出来吹。发 " too " 这个单词的音, 再发一次, 但这次不要发出声音。注意你的舌头, 它就像是一个阀门, 阻塞通过的气流, 直到需要的时候才让气流通。

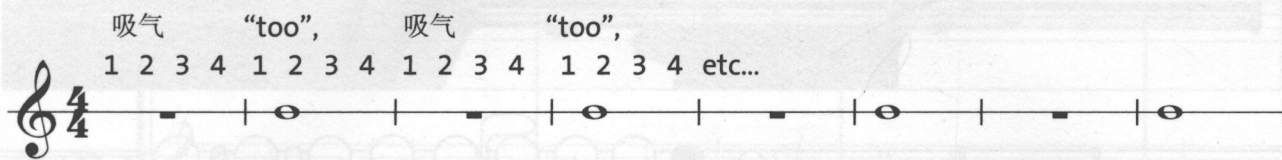
擎持长笛的时候, 把笛头放在你的嘴前, 开放的那端朝右, 把吹孔对准你嘴唇的正中。在你保持吹孔高度时候, 用你的下唇唇缘感受吹孔最近的边缘。紧紧地压着笛头。你的下唇应该刚好遮住吹孔的三分之一。



练习二 你要学的前几个音符

在形成口型的同时吸气。

吹奏下面的四个音符，每一个都要始终稳定地吐音，并且打拍子。



确保你的双颊是绷紧的，不要鼓起来。

现在重新组装并拿起你的长笛，不要按下任何一个键，重复吹奏练习二。

擎持长笛



把你左拇指的最上面那个关节放在长笛背部的长形桨状键上。

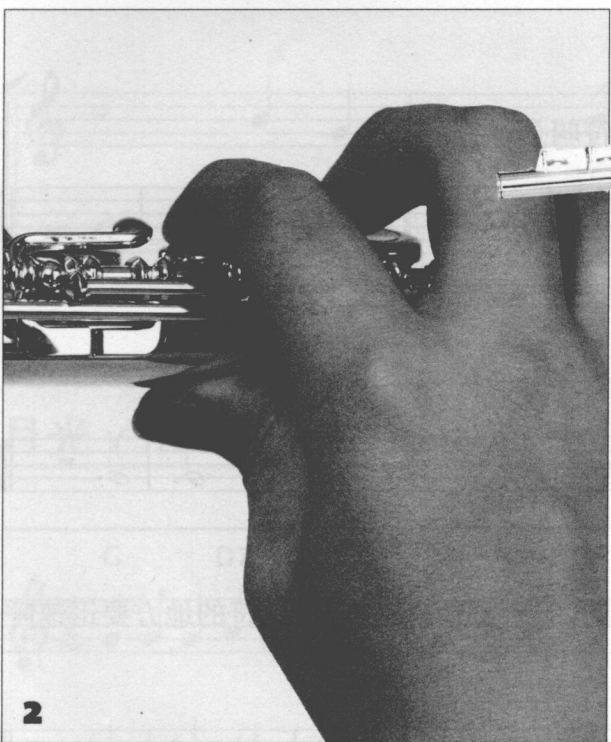
长笛靠在你食指的最下面那一节。把食指向前弯曲，裹住长笛。

像图1所示那样把手指放在各个键上。

现在把你右手拇指的指肚放在长笛下面，在主管末尾数起的第三个键下面。

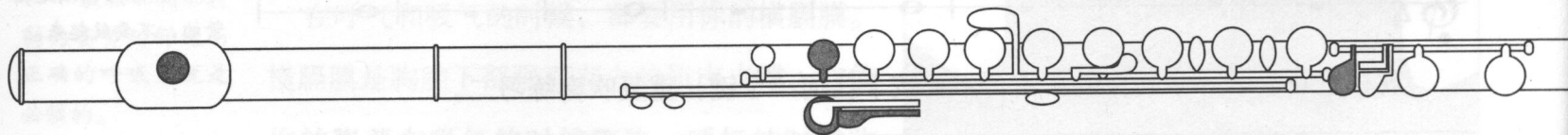
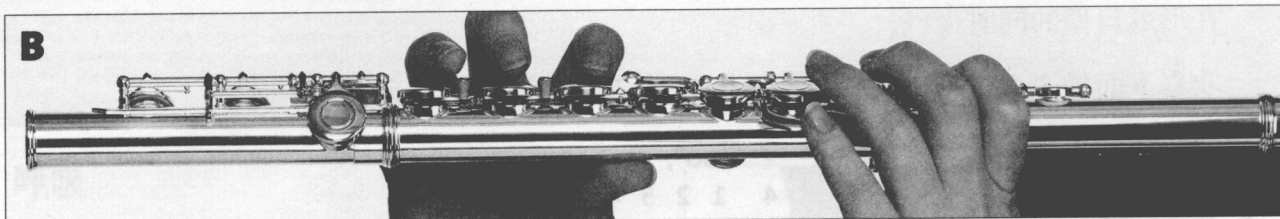
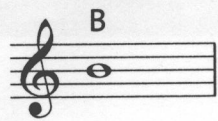
把你的其它手指从上面弯曲过去，像图2所示那样放在主管上最低位的三个圆形键。

现在用你的小指按下笛尾上的最高键。



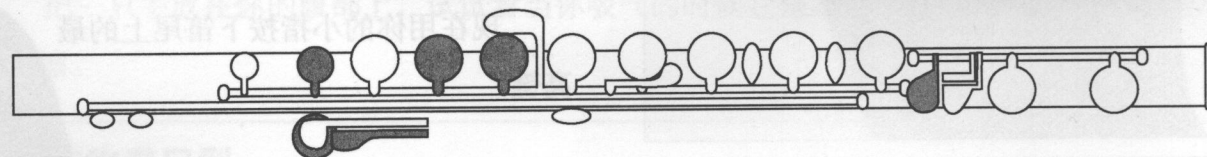
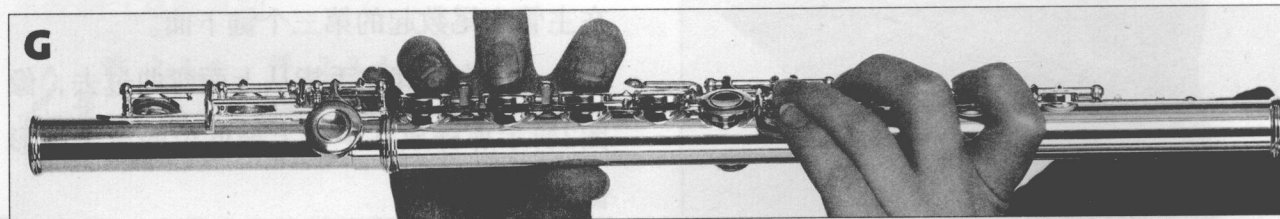
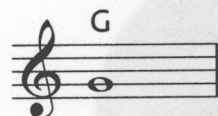
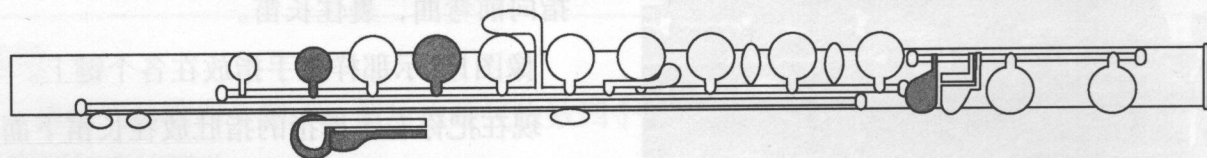
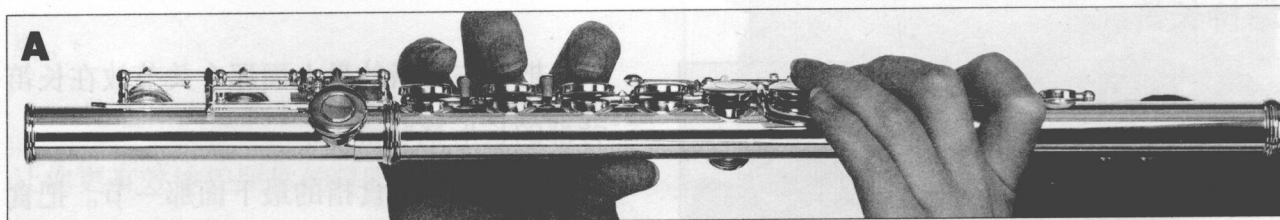
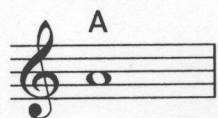
第1课

音符B, A和G



注意

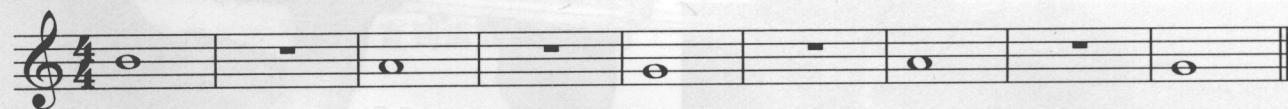
这整本书的指法示意图都是从吹奏者的角度演示的。



练习三

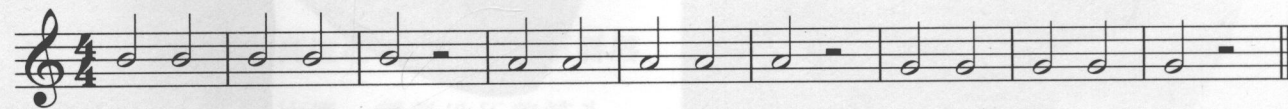
在这个练习开始前和休止符的地方都要呼吸。

不要忘记每个音符都要吐音，四个拍子的音符叫全音符。



练习四

这里的每个音符和休止符都是时值两个拍子的二分音符。



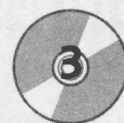
练习五

这里所有的音符和休止符都是时值一个拍子的四分音符。在四分休止符的地方要迅速呼吸。



第1课的练习曲

山谷之歌 (Valley Song)



学生

老师

飞翔的布谷鸟 (Going Cuckoo)



学生

老师

月光 (Au Clair de la Lune)



G D7 G D7 G D G G D7 G D7 G D G

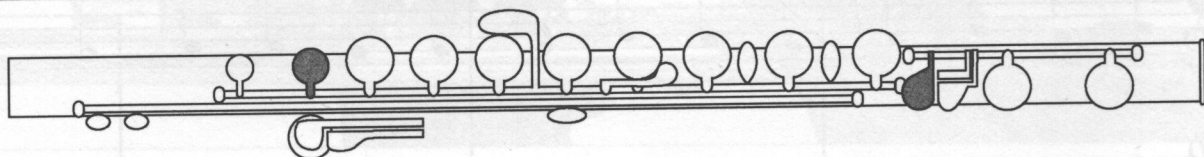
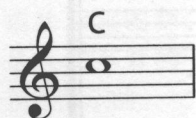
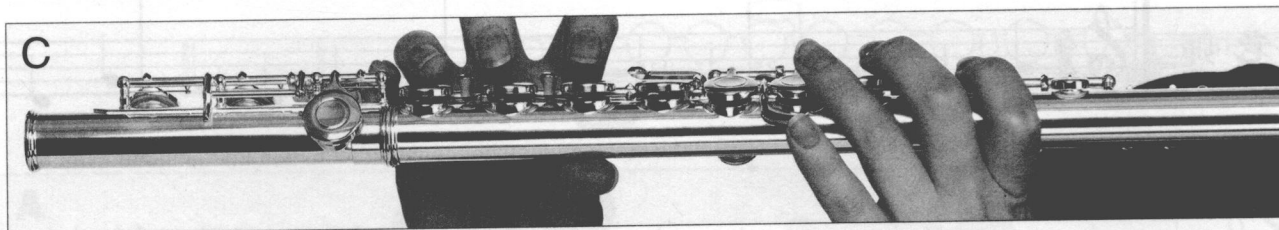
第2课

目标:

1. 音符C
2. 开启喉部呼吸

3. 附点二分音符
4. 三拍子

音符C



开启你的喉部

在你的手背吹气，你会感觉吹出的气是冷的。现在再试一次，假设你是对着窗户在哈气。这时吹到你手背上的气应该是暖的，因为你刚刚吹气的时候喉咙是张开的。当你在吹长笛的时候应该一直保持喉部开启的状态，因为这样可以提高你的音质。

用放松的姿势站立，深吸一口气，然后张开喉咙吹出音符，用横膈膜来控制气息的流动。

练习一

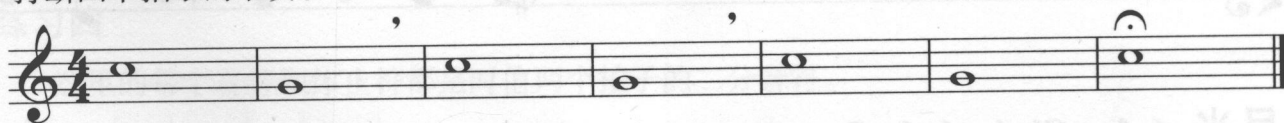
这个音符上面的符号叫做延长号。它表示你要保持这个音符超过它原本四个拍子的时值。尽可能长久地保持这个音符。张开你的喉咙去演奏。



像这样的长音符应该是你每天首先要练习的。

练习二

边打拍子边张开喉咙吹奏这些音符。小逗号表示要呼吸的地方。这里要迅速呼吸，不要打断四个拍子的节奏。



练习三

你的手指与舌头的配合叫发声法。

训练这个是非常重要的，因为这样吹出的音符才能清晰和准确。

即使是只有小小的不足都不要停止练习！



练习四

到目前为止所有的练习和乐曲都用每小节四个拍子的节拍记号。

但是有许多乐曲是每小节只有三个拍子的。

也就是说在你头脑中的计数应该为：1，2，3，1，2，3，1，2，3……

华尔兹舞曲就是用这个节拍记号的。

但是有许多乐曲是每小节只有三个拍子的。

也就是说在你头脑中的计数应该为：1, 2, 3, 1, 2, 3, 1, 2, 3……

华尔兹舞曲就是用这个节拍记号的。

如节拍记号上面那个数字，每小节打三个拍子，确保你自己不会把记在间内的音符（A和C）跟记在线上的音符（G和B）混淆。

[illegible]

Count: 1 2 3 1 2 3 1 2 3

当你吹奏的时候，你确实放松了吗？
记住要让双肩自然下垂，用横隔膜吸。

第2课的练习曲



晚安 (*Back To Bed*)



脾气暴躁的格莱邦 (*Grumpy Graham*)



中世纪舞曲 (*Medieval Dance*)



威尼斯船歌 (*Barcarolle*)

Offenbach



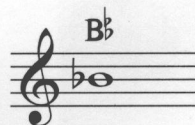
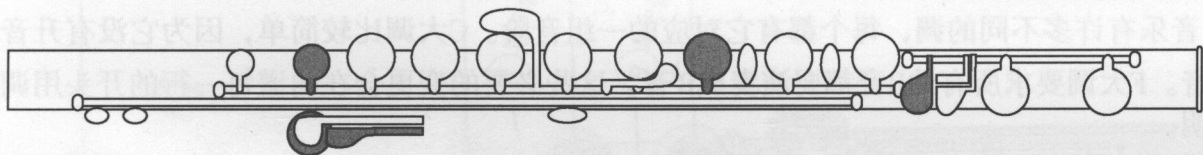
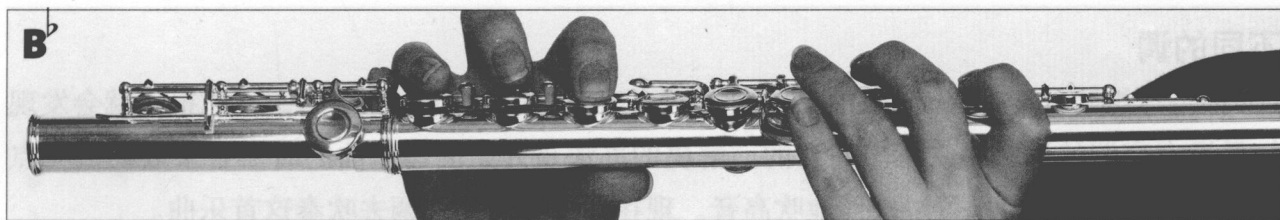
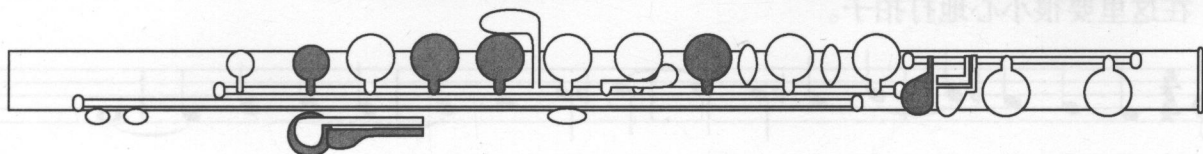
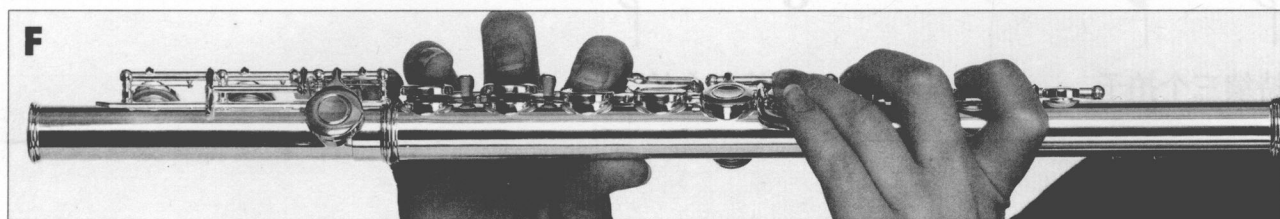
目标:

第3课

1. 音符F和降B音 (B^b)
2. 全音和半音

3. 连音
4. F大调

音符F和B^b 音

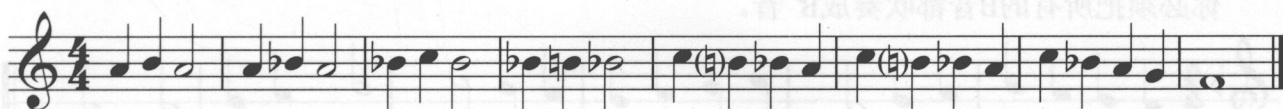


练习一

把这段乐曲吹奏几次，音符的长短视乎你觉得它应该吹多久会比较舒服。



练习二 全音和半音



练习三

练习这段乐曲多次，确保你的舌头、手指和拇指（如果有需要的话）都协调一致。



练习四

不要混淆音符F、A和C，因为他们看起来有点相似。



音符A和B之间音高的距离叫做一个全音。A与B^b音之间差半音，B^b音与B音之间也差半音。半音是大多数乐器能演奏的最小音程。

第3课

连音线和延长音

用一条弧线从一个音符划到另一个音符，可以把两个相同音高的音符连结在一起成为一个更长的音。这个音（延长音）的时值就是之前两个音符时值的和，用来连结的弧线就叫连音线。当一个音符需要持续到下一小节的时候就需要用到连音线。以下是一些例子：



持续三个拍子



持续六个拍子

练习五

在这里要很小心地打拍子。

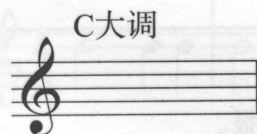


Count: 1 2 3 4 1 2...

不同的调

如果你想要吹奏一首简单的曲调，比如说“The Star Spangled Banner”，你很快就会发现如果没有变调的话，是吹不出高音的。解决的办法是开始演奏乐曲的时候要采取稍低一点的调。这一次你会发现可以极佳地吹高音。现在你用不同的音调去吹奏这首乐曲。

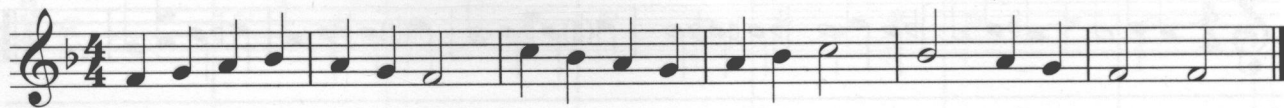
音乐有许多不同的调，每个都有它对应的一组音阶。C大调比较简单，因为它没有升音或降音。F大调要求所有的B音都要演奏成B^b音。这些必要的变更会在曲谱每一行的开头用调号标明。



注意，练习三和练习五都要求B^b音，而不是B音，它们都从音符F那里开始和结束。记他们都是F大调。

练习六

你必须把所有的B音都吹奏成B^b音。



练习七

比较两种调号的音乐。

第一个是G大调（不用担心调号中的升号标记，你暂时不会需要它）

第二个是F大调。

