

# 快乐儿歌

## 趣味古筝演奏 技法与训练

杨红◎编著

- ◎ 基础技法由**零**起步，**9**个训练阶段，环环相扣，有序进阶
- ◎ 适用于**独奏、合奏、小组课、集体课**多种教学模式
- ◎ **120**首中外经典儿歌、民歌、乐曲，**琴童爱弹，坐得住**
- ◎ **120**个演奏提示，**120**段完整专业示范视频，**扫码即得！**



湖南文艺出版社

CIS

# 快乐儿歌

## 趣味古筝演奏 技法与训练

杨红◎编著



## 图书在版编目(CIP)数据

快乐儿歌：趣味古筝演奏技法与训练 / 杨红编著. -- 长沙：  
湖南文艺出版社，2018.4  
ISBN 978-7-5404-8510-8

I. ①快… II. ①杨… III. ①筝—奏法 IV. ①J632.32

中国版本图书馆CIP数据核字(2018)第005401号

## 快乐古筝——趣味古筝演奏技法与训练 KUAILE GUZHENG——QUWEI GUZHENG YANZOU JIFA YU XUNLIAN

作 者：杨 红

出 版 人：曾赛丰

责任编辑：刘人博

封面设计：吴学军、李劲扬

封面插图：李 卓

内文插图：王 焘

演奏示范：丁梦迪、高雅琳、黄 瑶、冀锦霞、马颖颖、饶倩雯、章淑娴、赵峥荣

湖南文艺出版社出版、发行

(长沙市雨花区东二环一段508号 邮编：410014)

<http://www.hnwy.net>

湖南省新华书店经销

长沙市富洲印刷厂印刷

2018年4月第1版 2018年4月第1次印刷

开本 = 880/1230 1/16

印张 = 7.5

印数 = 1—6000

字数 = 千

书号 = ISBN 978-7-5404-8510-8

定价 = 36.00 元

若有质量问题,请直接与本社出版科联系调换。

本社邮购电话：0731-85983102

# 前言

## Introduction

对多位不同时期的优秀古筝演奏家进行分析，不难发现其共性——他（她）们都曾经过严格的基本功训练，并且都重视在每一个提升阶段内对各种乐曲类型演奏技巧的积累与打磨，进而各自完成了由量的积累到质的飞跃的嬗变。

当下古筝考级、技巧训练与应用，以及各类入门教材繁多，令不少家长、学生无从选择，其实教材选择的原则只有一个，那就是训练出具有扎实基本功的优秀学生。为了让学习者既能在较短的时间内掌握技巧规律，又能有条理地、系统地完成手指的正规训练与大量曲目的积累，我编著了这本兼顾趣味与实用的《快乐儿歌——趣味古筝技法与训练》一书。它服务于古筝学习者，既可以是古筝初学者的首选教材，也可以是习琴一年后，直接从本书的第三阶段开始进阶学习的规范教材。当然，程度高的学生也能使用它——直接从本书的第五、第六阶段开始，作为他们的补充深入教材。此外，它还可以作为古筝教师授课的必备教材，以及器乐演员及学生进行商业或公益演出的曲库使用。

综上所述，本书受众人群很广泛，它旨在帮助学习者明确学筝意识、规范训练方法、厘清指法脉络，训练左右手同样的灵巧、各个手指同样的敏捷灵活，使之具有独立性及应有的力量，当然还有对手腕的柔韧性与协调性、手臂的自然臂重感与起落感的专业训练，以及对学习进度的阶段性一目了然……所有这些，学习者都将在这本书层层递进、阶段性的训练中体会到。

《快乐儿歌——趣味古筝技法与训练》一书特点有七：

一、此书分为六个训练阶段，每一个阶段都是向高一阶段迈进的基石，环环相扣，进阶有序，不可采用跳跃式、激进式的学习方式。

二、本教材以演奏技巧、指法分类，各种演奏技巧一目了然，训练目的明确，重点突出，编排富于创新性，并在每一技术的学习节点上都刻意强调了训练特点及乐曲说明，强化了古筝教师课堂授课时的目的性与针对性，指法设计由易到难、脉络清晰、层层推进，

学生易接受、好记忆、条理感强。

三、基础技巧由“零”起步——简单旋律同步走。采取基本功与乐曲两手抓的原则，在训练技巧的同时，编配与此技巧同步的乐曲进行训练，增强了学筝者的兴趣。

四、精选脍炙人口、通俗好听的乐曲。选用孩童熟悉的中外经典儿歌及各国民歌作为创作源泉，进而改编成风格多样的筝曲120首，趣味性强，容易上手。

五、明确乐曲速度。每首乐曲根据乐曲情绪都标记了具体的乐曲速度，如一分钟完成60拍或一分钟完成120拍等等，有利于初学者对演奏速度、情绪的把握。

六、图书配有120首声像视频，均由天津音乐学院古筝专业的优秀学生录制完成，扫描标题边上的二维码即可看到示范演奏，便捷辅助式学习也是此书一大亮点。

七、适合独奏与合奏。小组课或集体课可以采用合奏的形式，共同弹奏不但可以唤起同龄学筝者的竞争意识，还能使他们习惯于合奏，增强交流与合作意识。因此，这是一本学生们既能自己独自弹奏，又能与人合奏的多用型教材。

教材的编排与合理使用是每一位专业院校教师的责任。这本书的编写是以全新的视角与教学相结合，使专业的教学理念深入浅出地普及于大众，服务于社会，这便是出版本书的目的之所在了。

杨 红

2018年春于天津音乐学院

# 目录

## Contents

### 第一部分

001

#### 右手弹奏技法基础阶段

- |             |       |                    |       |
|-------------|-------|--------------------|-------|
| 1. 小兔乖乖     | / 001 | 19. 欢乐颂            | / 014 |
| 2. 丢手绢      | / 001 | 20. 十个小矮人          | / 014 |
| 3. 打电话      | / 002 | 21. 粗心的小画家         | / 015 |
| 4. 这是什么     | / 002 | 22. 新年好            | / 016 |
| 5. 种瓜       | / 003 | 23. 兰花草            | / 017 |
| 6. 开火车      | / 004 | 24. 小红帽            | / 018 |
| 7. 拉钩钩      | / 004 | 25. 牧童             | / 018 |
| 8. 月儿弯弯     | / 005 | 26. 我们大家跳起来 (小步舞曲) | / 019 |
| 9. 大嘴巴      | / 006 | 27. 春雨             | / 020 |
| 10. 玛丽有只小羊羔 | / 006 | 28. 快乐父子俩          | / 020 |
| 11. 大风车     | / 007 | 29. 大家一起跳起来        | / 021 |
| 12. 四季锻炼歌   | / 008 | 30. 多快乐            | / 022 |

### 第二部分

009

#### 左手润饰技法与右手拨弹结合训练阶段

- |           |       |              |       |
|-----------|-------|--------------|-------|
| 13. 红蜻蜓   | / 009 | 33. 洋娃娃和小熊跳舞 | / 025 |
| 14. 苹果丰收  | / 010 | 34. 小鸟飞来了    | / 025 |
| 15. 孝心到永远 | / 010 | 35. 依拉拉      | / 026 |
| 16. 小毛驴   | / 011 | 36. 法国号      | / 026 |
| 17. 茉莉花   | / 012 | 37. 小朋友, 爱祖国 | / 027 |
| 18. 嘎达梅林  | / 013 | 38. 我们是草原小牧民 | / 028 |
|           |       | 39. 哈哈羊宝贝    | / 029 |
|           |       | 40. 只要妈妈露笑脸  | / 030 |
|           |       | 41. 摇篮曲      | / 031 |

42. 拔根芦柴花	/ 032
43. 玩具进行曲	/ 033
44. 划船	/ 034
45. 小星星	/ 035
46. 驾着马车上市场	/ 036
47. 数蛤蟆	/ 037
48. 送别	/ 038
49. 你我同心	/ 039
50. 赶圩归来啊哩哩	/ 040
51. 一根竹竿容易弯	/ 041
52. 小酒窝	/ 042
53. 卖汤圆	/ 043
54. 春节序曲	/ 044
55. 山里的孩子山里的花	/ 045
56. 采茶舞曲	/ 046
57. 龙船调	/ 047
58. 茉莉花变奏曲	/ 048
59. 金孔雀轻轻跳	/ 049
60. 达坂城的姑娘	/ 050
61. 双飞蝴蝶	/ 051
62. 娱乐升平	/ 052

### 第三部分

053

#### 快四点及泛音训练阶段

63. 笑一个吧	/ 053
64. 一只鸟仔	/ 054
65. 鄂伦春小唱	/ 055
66. 北京的金山上	/ 056
67. 娃哈哈	/ 057

68. 我是小鼓手	/ 058
69. 粉刷匠	/ 059
70. 青春舞曲	/ 060
71. 掀起你的盖头来	/ 061
72. 太阳出来满天红	/ 062
73. 酒狂	/ 063
74. 流水	/ 063
75. 滑稽小鸟	/ 064

### 第四部分

065

#### 双手弹奏训练阶段

76. 拔萝卜	/ 065
77. 人们叫我唐老鸭	/ 066
78. 阿细跳月	/ 067
79. 我是山里的小歌手	/ 068
80. 花蛤蟆	/ 069
81. 小司机	/ 070
82. 快乐的啰嗦	/ 071
83. 太阳出来喜洋洋	/ 072
84. 采茶扑蝶	/ 073
85. 赛马	/ 074
86. 卖报歌	/ 074
87. 花好月圆	/ 075
88. 小苹果	/ 076

### 第五部分

077

#### 摇指训练阶段

89. 红河谷	/ 077
90. 我们的田野	/ 078

91. 五彩桥	/ 078	108. 滚雪球	/ 095
92. 每当我走过老师窗前	/ 079	109. 平衡木	/ 096
93. 小螺号	/ 080	110. 小鼓响咚咚	/ 097
94. 天鸟鸟	/ 081	111. 步步高	/ 098
95. 放马山歌	/ 082	112. 喜洋洋	/ 099
96. 阿拉木汗	/ 083	113. 女战士刀舞	/ 100
97. 摇摇船	/ 084	114. 阿佤人民唱新歌	/ 101
98. 远方的客人请你留下来	/ 084	115. 北京有个金太阳	/ 102
99. 落水天	/ 086	116. 采花	/ 103
100. 哩哩哩	/ 087	117. 铃儿响叮当	/ 104
101. 打起手鼓唱起歌	/ 088	118. 小燕子	/ 106
102. 水娃娃	/ 089	119. 康定情歌	/ 107
103. 铃铛舞	/ 090	120. 友谊地久天长	/ 108
104. 小白船	/ 091		
105. 阿里郎	/ 092	常用演奏符号一览表	/ 109
106. 彩云追月	/ 093		
107. 小白菜	/ 094		

# 第一部分：右手弹奏技法基础阶段

扫一扫，看示范

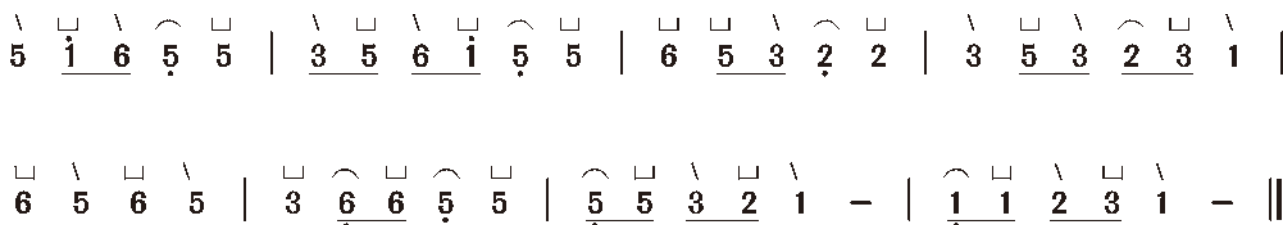


## 1. 小兔乖乖



儿童歌曲  
杨红 订谱

1=D  $\frac{4}{4}$  ♩=72



**提示：** 1. 学习基础指法并做认弦练习。指法：∧（中指“钩”）、\（食指“抹”）、□（大指“托”）。

2. 手型为半握拳状，手心手掌撑开，手指弯曲，甲片垂直于琴弦拨弹。

扫一扫，看示范

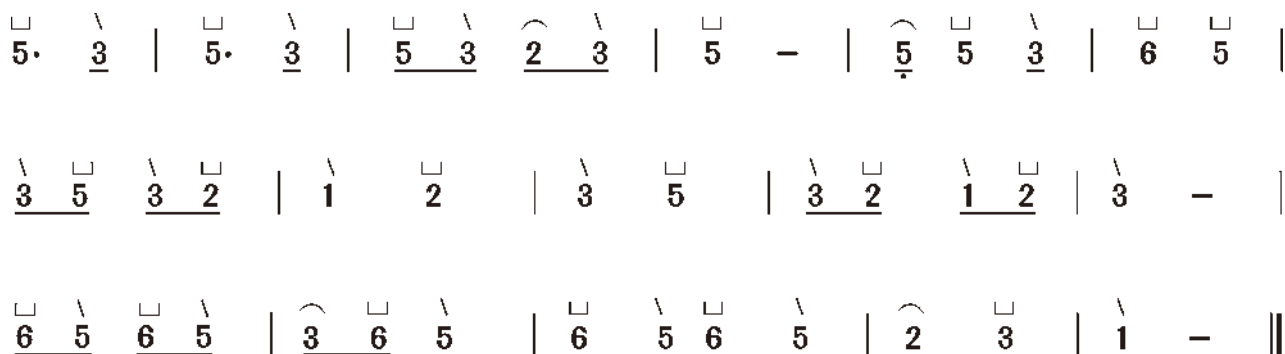


## 2. 丢手绢

关鹤岩 曲  
杨红 订谱

1=D  $\frac{2}{4}$  ♩=63

稍慢



**提示：** 1. 这是首优美的儿童歌曲，宝宝在幼儿园中经常能听到老师唱奏此曲。

2. 继续巩固手型，熟悉琴弦音位，手指交替灵活了吗？

扫一扫，看示范



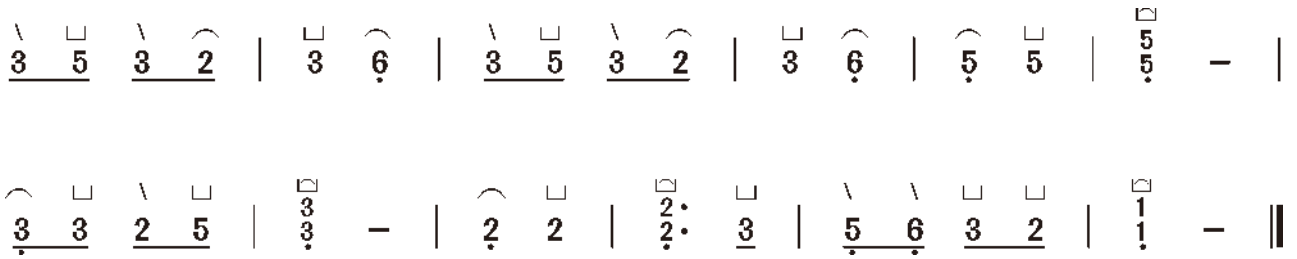
# 3. 打电话

1=D  $\frac{2}{4}$  ♩=76

亲切地

汪玲 曲

杨红 订谱



**提示:** 1.学习大撮指法“□”，中指和大指同时弹两根弦。

2.注意大附点节奏型“X·X”的用法要准确。



# 4. 这是什么



扫一扫，看示范

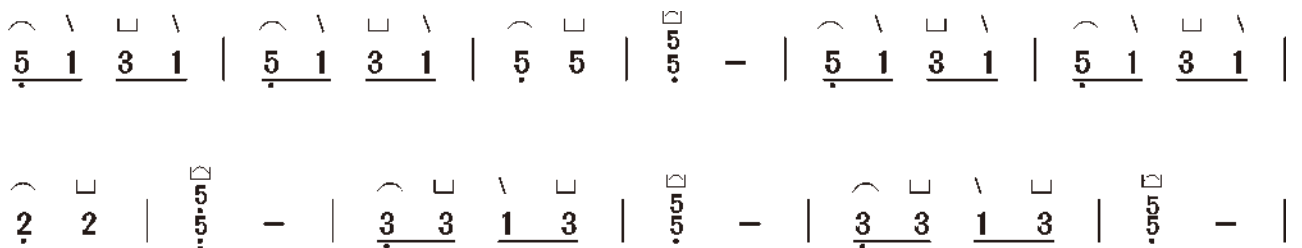


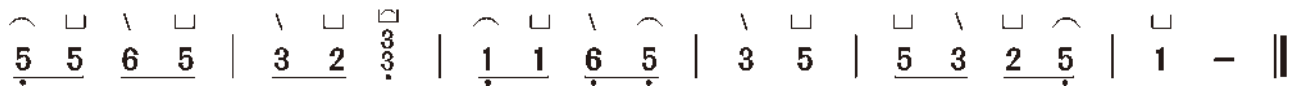
1=D  $\frac{2}{4}$  ♩=88

亲切地

朱德诚 曲

杨红 订谱





**提示:** 1.继续巩固大撮指法的手型。要求:双音要齐,大指、中指用力均匀、统一。  
2.注意大撮指法的两拍长音,时值要够,其他三个手指交替弹奏力度要均匀统一。



扫一扫,看示范



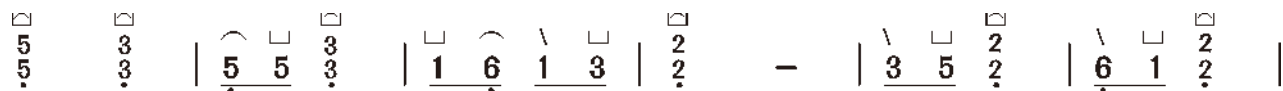
## 5. 种瓜

1=D  $\frac{2}{4}$   $\text{♩} = 84$

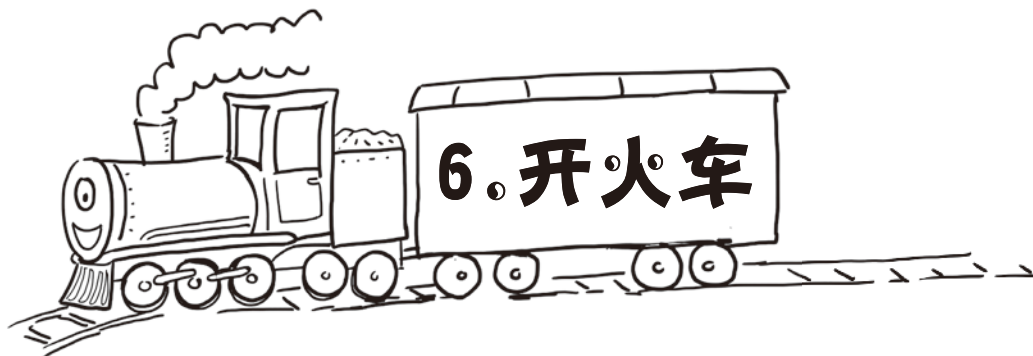
中速

朱德诚 曲

杨红 订谱



**提示:** 1.学习小附点节奏型“X·X”。  
2.学习后十六分音符节奏型“X XX”。



扫一扫，看示范

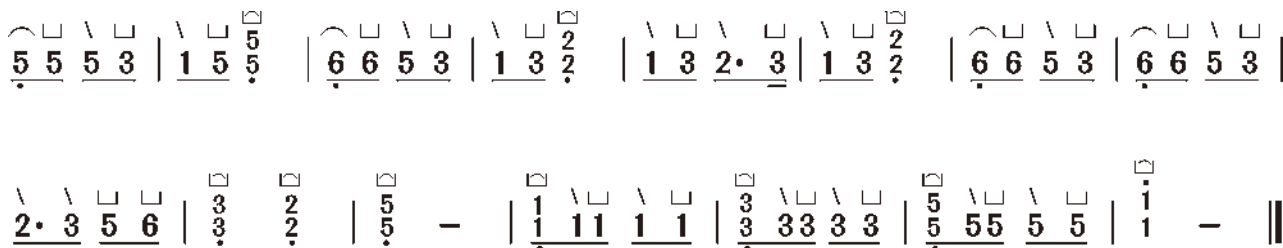


1=D  $\frac{2}{4}$  ♩=96

活泼地

方叶 曲

杨红 订谱



**提示：** 1. 巩固小附点和后十六分音符的节奏型。

2. 手指主动性要强，认弦及指法都应该娴熟了。

## 7. 拉钩钩

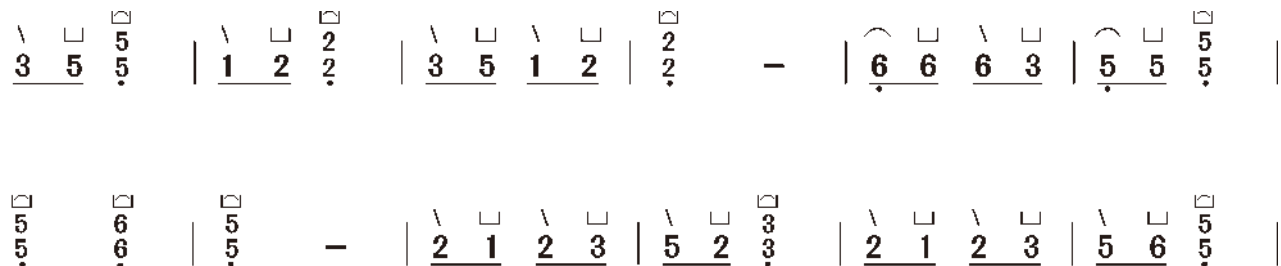
扫一扫，看示范

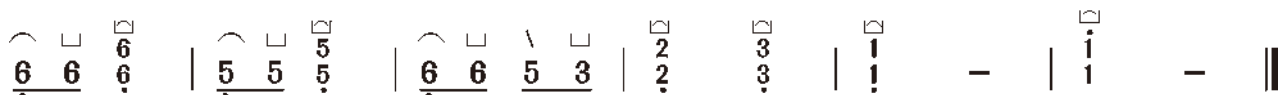


1=D  $\frac{2}{4}$  ♩=76

胡克政 曲

杨红 订谱





**提示：** 1. “拉钩钩”是小朋友经常玩的游戏，意思是说话算数，不许变。  
2. 要求手指拨弦独立性强，声音干净，手指运动幅度小，掌心撑住不变形。



## 8. 月儿弯弯

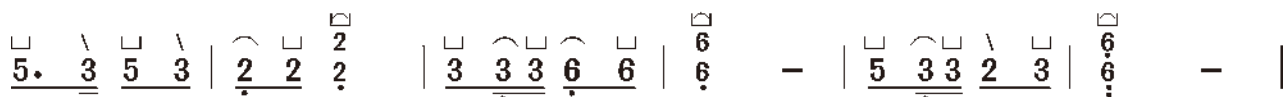
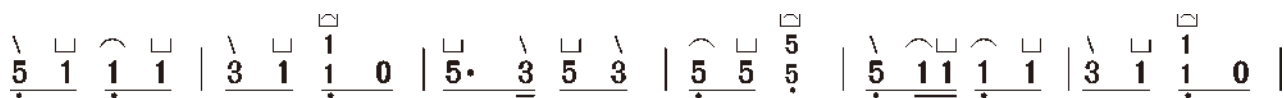


扫一扫，看示范



1=D  $\frac{2}{4}$  ♩ = 76

严肃 曲  
杨红 订谱



**提示：** 1. 乐曲优美，富于音乐弹性，大意是月亮爬上天空，宝宝要睡觉了。  
2. 注意连续大撮的用法，手腕、手指不能僵硬，学会放松。

扫一扫，看示范



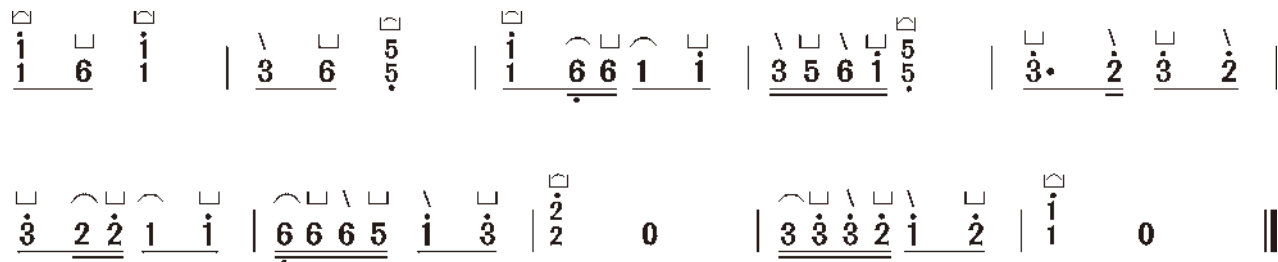
# 9. 大嘴巴

1=D  $\frac{2}{4}$  ♩=80

活泼、诙谐地

王利根 曲

杨红 订谱



**提示：** 1. 学习十六分音符节奏型，声音要弹清楚，注意“钩”指和“抹”指的力度。  
 2. 节奏型转换拍子要准确、稳定。我们已经认识六种节奏型了，它们分别是：四分音符“X”、八分音符“XX”、十六分音符“XXXX”、小附点音符“X·X”、后十六分音符“X XX”、休止符“0”。

# 10. 玛丽有只小羊羔

扫一扫，看示范



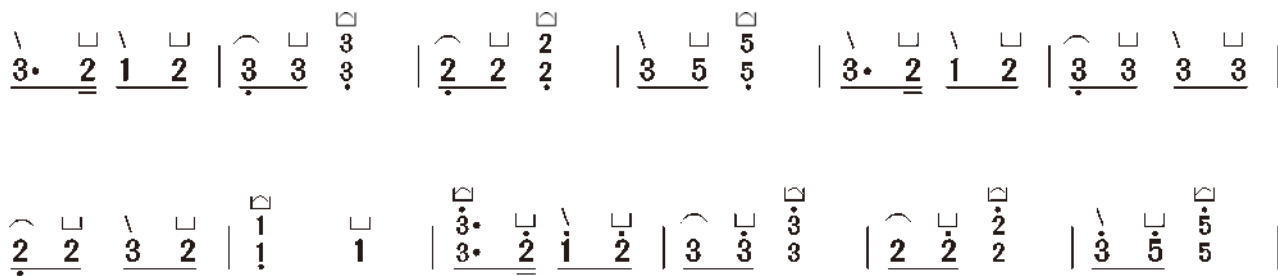
1=D  $\frac{2}{4}$  ♩=100

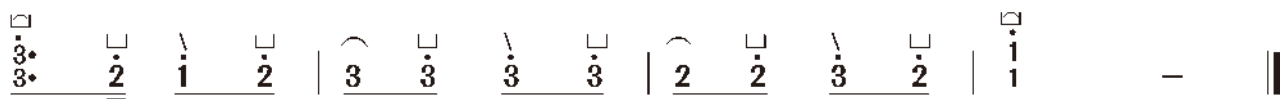
活泼地



[美]罗威尔·梅森 曲

杨红 订谱





- 提示:**
1. 乐曲轻松、活泼, 表现了主人公与小羊羔之间嬉戏的情景与浓厚的感情。
  2. 继续巩固小附点“X·X”的节奏型, 节奏特点为跳跃、轻巧。
  3. 巩固、熟悉指法与音位、音区, 做到弹奏不间断、连贯。

# 11. 大风车

扫一扫, 看示范

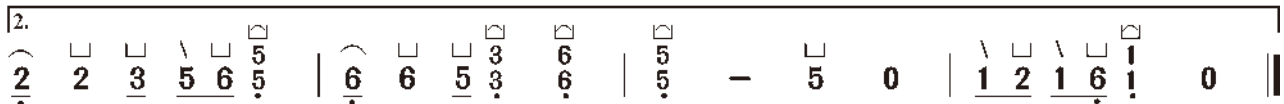
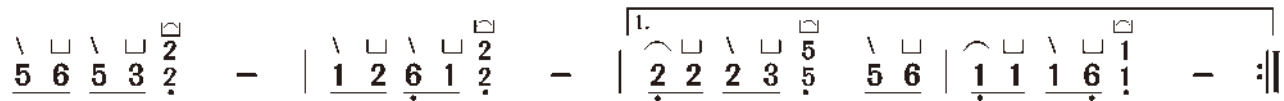
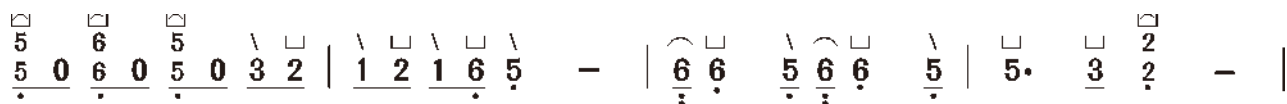


1=D  $\frac{4}{4}$  ♩ = 112

开朗、向上地

孟卫东 曲

杨红 订谱



- 提示:**
1. 《大风车》栏目是中央电视台的重点栏目, 栏目以“尊重儿童、支持儿童、引导儿童、快乐儿童”为使命, 主题曲具有“开朗、向上地”的情绪特点。
  2. 学习反复标记“跳房子” $\boxed{1.}$   $\boxed{2.}$ , 演奏顺序是: 第一遍弹完一房子 $\boxed{1.}$ 后, 回到乐曲开头继续弹奏, 弹第二遍时, 跳过 $\boxed{1.}$ 直接弹 $\boxed{2.}$ 的内容。

扫一扫，看示范



## 12. 四季锻炼歌

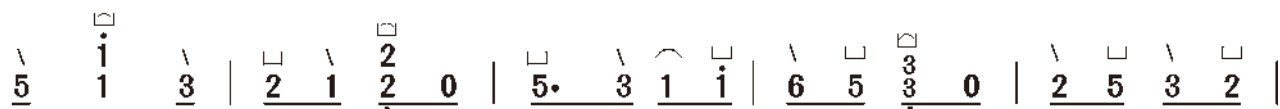
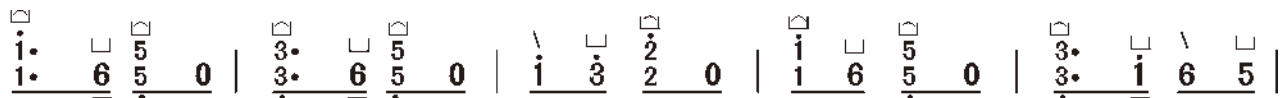


1=D  $\frac{2}{4}$  ♩ = 76

欢跃、活泼地

颂今 曲

杨红 订谱



**提示：** 1. 巩固小附点节奏，做到短促、灵巧，有跳跃感。

2. 巩固手型，手掌撑开，有张力，虎口张开。

3. 要求：熟练认弦，基本掌握指法规律，节奏型转换准确、稳定。

## 第二部分：左手润饰技法与右手拨弹结合训练阶段

### 13. 红蜻蜓



扫一扫，看示范

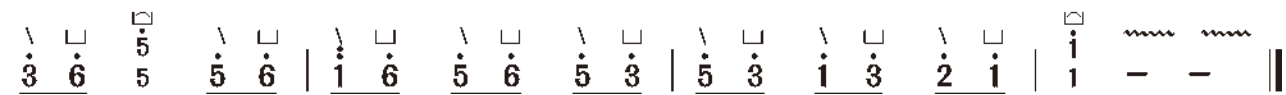
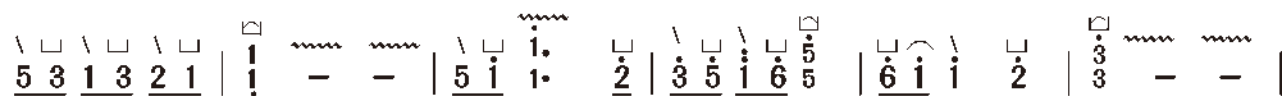


1=D  $\frac{3}{4}$  ♩=56

中速

[日]山田耕作 曲

杨红 订谱



**提示：** 1. 此曲是一首流行于日本的经典歌曲，乐曲曲调深情、自然、流畅，把儿童天真的神情、恳切的语气刻画得极为真切。

2. 掌握  $\frac{3}{4}$  拍“强、弱、弱”的节奏特点。

3. 学习左手颤音“~~~~”的演奏方法。演奏颤音时，左手手臂、手腕应是放松的，颤音的频率是均匀的。

