老年大学系列教材



中老年钢琴基础教程

上册

ZHONG LAONIAN GANGQIN
JICHU JIAOCHENG

主　编◎闫大卫

湖北科学技术出版社

需要全本请访问 www.ertongbook

老年大学系列教材



中老年钢琴基础教程

上册

ZHONG LAONIAN GANGQIN
JICHU JIAOCHENG

主　编◎闫大卫
副主编◎涂　波　贺新春

湖北科学技术出版社

图书在版编目（CIP）数据

中老年钢琴基础教程. 上册/闫大卫主编. —武汉：
湖北科学技术出版社，2012.10
老年大学系列教材
ISBN 978-7-5352-4859-6

Ⅰ. ①中… Ⅱ. ①闫… Ⅲ. ①钢琴演奏-老年大学-
教材 Ⅳ. ①J624.16

中国版本图书馆CIP数据核字（2011）第225034号

责任编辑：韩小婷　　封面设计：戴　旻

出版发行：湖北科学技术出版社　　电　话：027-87679468
地　址：武汉市雄楚大街268号　　邮　编：430070
（湖北出版文化城B座13-14层）
网　址：http://www.hbstp.com.cn

印　刷：湖北长江印务有限公司　　邮　编：431600

787mm×1092mm　1/16　　7.75印张　　180千字
2012年10月第1版　　2012年10月第1次印刷
定　价：26.00元

本书如有印装问题　可找本社市场部更换

前言 QIAN YAN

中国是世界上钢琴产量最多的国家，也是钢琴学习者最多的国家。近年来，随着人们生活质量的提高以及退休人数的逐年增多，中老年人学习钢琴的热情也在逐年上升。为满足这一特定人群接受规范钢琴学习的需要，同时依据他们的自身条件和学习兴趣，我们编制了本套教材。其宗旨是帮助广大中老年钢琴爱好者循序渐近地、科学地走进这一艺术的大门。

本套教材分上、下两册，采用比较科学的教学路径，按照技术课题循序渐进地进行编排。上册以基本技能为主，曲目多是选择中老年人耳熟能详的中外旋律、歌曲、练习曲等，使技术练习既有针对性，又有趣味性，形成技巧与乐曲的有机结合。下册重点安排西方各时期的音乐作品，增加了歌曲伴奏部分，方便中老年人自弹自唱。为满足不同的需要，我们特别增加了极具表演特性的四手联弹及其他舞台表演曲目，形成了此套教材的几大亮点和特色。本教材既适用于老年大学钢琴教学的使用，也适合成年人自学。

由于编撰时间紧迫，加上自身能力所限，难免存在不足，我们恳切希望读者和同行专家提出宝贵意见，帮助我们进一步改进工作，争取不断地提高。

编 者

2012.9

目 录 CONTENTS

第一课 基本常识 / 1

一、键盘简介 / 1

二、基本知识 / 2

三、弹奏姿势与手型 / 7

第二课 断奏弹奏方法 / 8

基础知识与专项训练 / 8

练习曲

练习曲 / 9

练习曲 / 9

乐 曲

黄河船夫曲（片段） / 10

扬基歌 / 11

安徽民歌 / 11

荡秋千 / 12

第三课 连奏弹奏方法 / 13

基础知识与专项训练 / 13

练习曲

练习曲 / 13

齐奏旋律 / 14

乐 曲

上山去 / 15

内蒙民歌 / 15

北风吹 / 16

嘎达梅林 / 16

第四课 断奏与连奏的综合练习 / 17

手指练习 / 17

需要全本请访问 www.ertongbook.com

练习曲 / 17
型式 / 18
知更鸟 / 19
齐奏旋律 / 20
河边对口曲 / 21

第五课　手指跳音弹奏方法（一） / 22
基础知识与专项训练 / 22
练习曲
跳音练习 / 22
手指练习 / 23
乐　曲
奇怪的事件 / 24
草原英雄小姐妹 / 24
拍皮球 / 25
瑶族舞曲 / 25

第六课　手腕跳音弹奏方法（二） / 27
基础知识与专项训练 / 27
练习曲
红领巾出发了 / 27
嬉戏曲 / 28
乐　曲
啄木鸟 / 28
信天游 / 29
秧歌调 / 30
太阳出来喜洋洋 / 30

第七课　跳音的综合训练 / 31
练习曲 / 31
练习曲 / 31
麻雀 / 32
香槟 / 32
交通警 / 33
落叶 / 34

第八课　旋律演奏的指法规律（一）　/ 35
基础知识与专项训练（顺指法、扩指法、缩指法）　/ 35
练习曲
练习曲　/ 36
练习曲　/ 37
乐　曲
连奏练习　/ 37
练习曲　/ 38
起床号　/ 38
来抓我呀　/ 39
第九课　旋律演奏的指法规律（二）　/ 40
基础知识与专项训练（跨指法、穿指法、换指法）　/ 40
练习曲
练习曲　/ 41
多年以前　/ 41
乐　曲
沂蒙山小调　/ 42
盼红军　/ 42
晨练　/ 43
浏阳河　/ 43
第十课　跳音与指法综合练习　/ 45
小河畔　/ 45
向前挺进　/ 45
飘过大海洋　/ 46
当雨停了的时候　/ 47
乒乓歌　/ 48
异国风光　/ 49
第十一课　双音训练（一）　/ 50
基础知识与专项训练（双音断奏）　/ 50
练习曲
练习曲　/ 50
练习曲　/ 51

乐　曲

雪橇 / 51

青蛙跳舞 / 52

中国戏院 / 53

俄罗斯民歌 / 54

第十二课　双音训练（二） / 55

基础知识与专项训练 / 55

练习曲

练习曲 / 56

练习曲 / 56

乐　曲

西藏民歌 / 57

快乐的回忆 / 58

花灯 / 59

芦花公鸡 / 60

第十三课　和弦的基本知识和演奏（一） / 61

基础知识与专项训练 / 61

练习曲

练习曲 / 62

和弦游戏 / 63

乐　曲

美国民歌 / 64

内蒙舞曲 / 64

骑士的风采 / 65

卡尔图里舞曲 / 66

第十四课　和弦的基本知识和演奏（二） / 67

基础知识与专项训练 / 67

练习曲

练习曲 / 68

黄昏 / 69

乐　曲

小步舞曲 / 69

阿拉伯风格曲（片段） / 70
瑶族长鼓舞 / 71
斗牛士之歌 / 72

第十五课　双音与和弦的综合练习 / 73
练习曲 / 73
练习曲 / 74
让我们尽情欢乐 / 75
魔笛 / 77
士兵进行曲 / 78
友谊天长地久 / 79

第十六课　音阶训练（一） / 81
基础知识与专项训练 / 81
练习曲
练习曲 / 82
练习曲 / 83
乐　曲
幽默曲 / 84
追人游戏 / 84
打雪仗 / 85
天真烂漫 / 86

第十七课　音阶训练（二） / 88
基础知识与专项训练 / 88
练习曲
半音音阶练习 / 89
练习曲 / 89
乐　曲
风筝季节 / 90
蜜蜂二重唱 / 92
午夜风暴 / 93

第十八课　琶音训练（一） / 94
基础知识与专项训练 / 94

练习曲

练习曲 / 95

练习曲 / 95

乐　曲

舞曲 / 96

挪威摇篮曲 / 97

春之歌（片段） / 97

太阳出来 / 98

第十九课　琶音训练（二） / 100

基础知识与专项训练 / 100

练习曲

练习曲 / 101

练习曲 / 101

乐　曲

迎太阳（片段） / 102

小步舞曲（片段） / 103

春天来了 / 104

乘着歌声的翅膀 / 105

第二十课　音阶与琶音综合训练 / 107

练习曲 / 107

练习曲 / 108

大红枣儿送亲人 / 109

侏儒进行曲 / 110

洪湖水　浪打浪（片段） / 112

G 大调回旋曲（片段） / 113

附　　录 / 115

第一课　基本常识

一、键盘简介

钢琴是一种键盘乐器，演奏者通过按下键盘上的琴键，来带动钢琴里面的击弦机敲击钢丝弦发出声音。

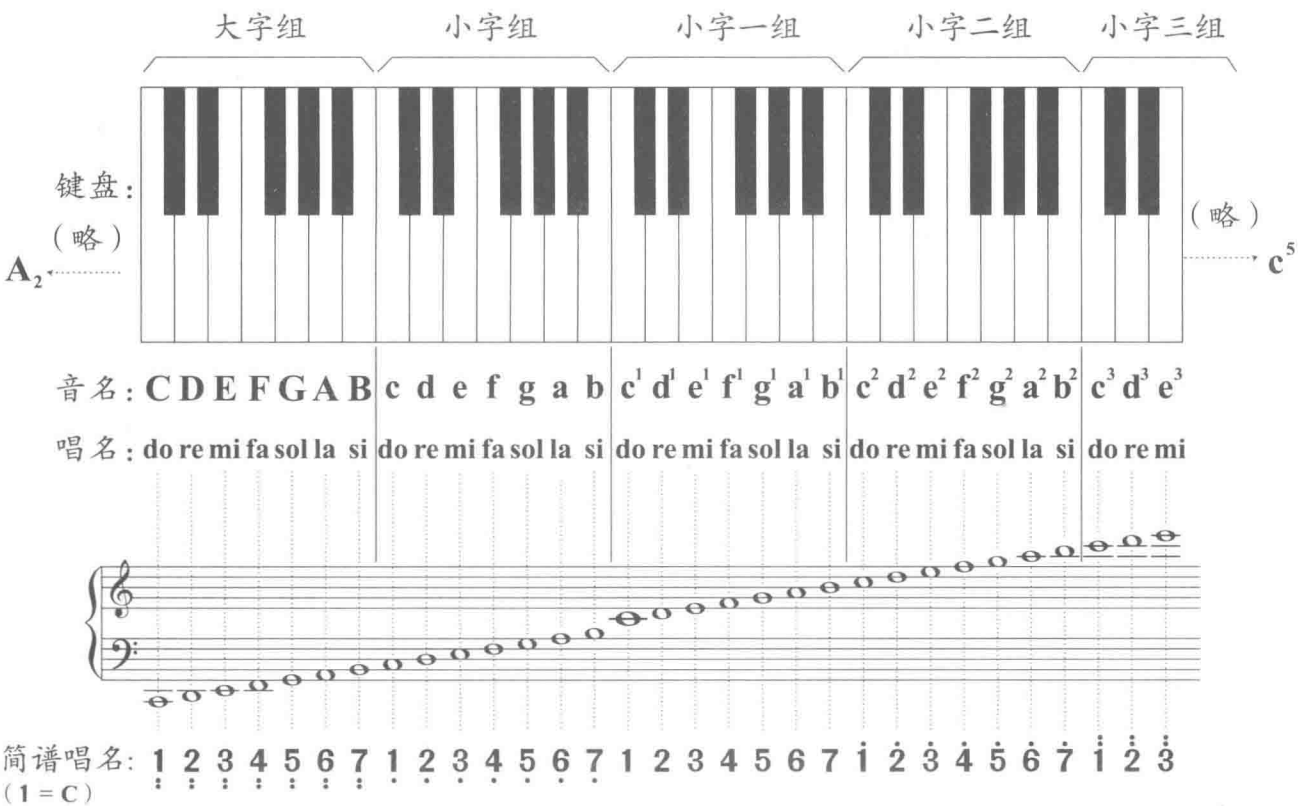
现代钢琴是由古钢琴发展而来的，经过了300余年的发展与逐步完善，成为了今天我们所最常见的一种键盘乐器。现代钢琴从外形上主要分成立式钢琴和三角钢琴。

三角钢琴现在一般都用于音乐会的演奏，体型较大。而立式钢琴体型较小，适合家庭使用，它有效地解决了空间上的要求和音色音量的平衡问题。

无论是三角钢琴还是立式钢琴，其基本结构都是一样的。由弦列、音板、支架、键盘系统（包括黑白琴键和击弦音锤，共88个琴键）、踏板机械（包括顶杆和踏板）及外壳共六大部分组成。

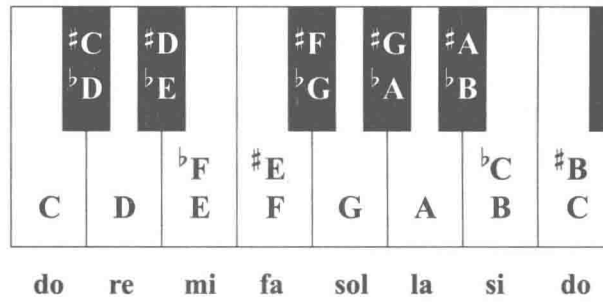
钢琴的音域宽广，现代钢琴一般为88键，达7个半八度，音量宏大，音色变化丰富，可以表达各种不同的音乐情绪，或刚或柔，或急或缓，均可恰到好处。高音清脆，中音丰满，低音雄厚，可以模仿整个交响乐队的效果，因此有“乐器之王”的称号。

简谱、五线谱与键盘的对照表



需要全本请访问 www.ertongbook.com

音名 即C、D、E、F、G、A、B七个字母，称为基本音名，都在白键上。此外还有它们的变化音，也就是它们的升高半音（升号♯）或降低半音（降号♭），多在黑键上。见下图:

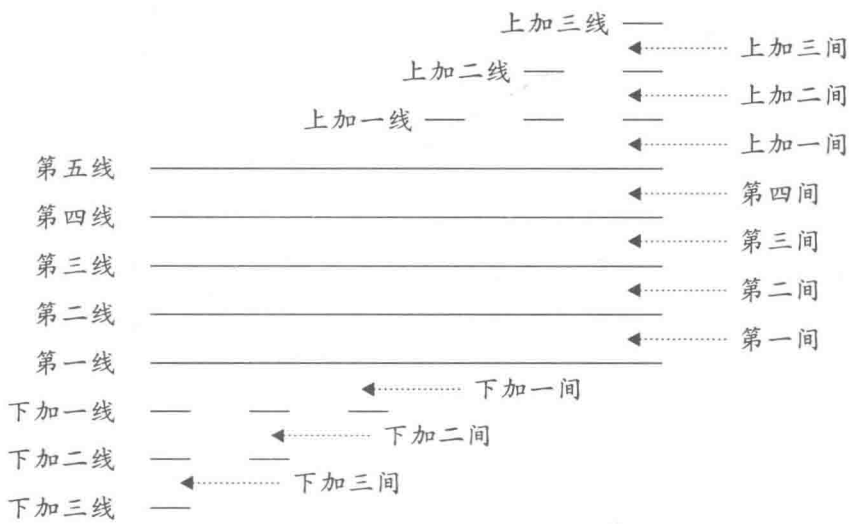


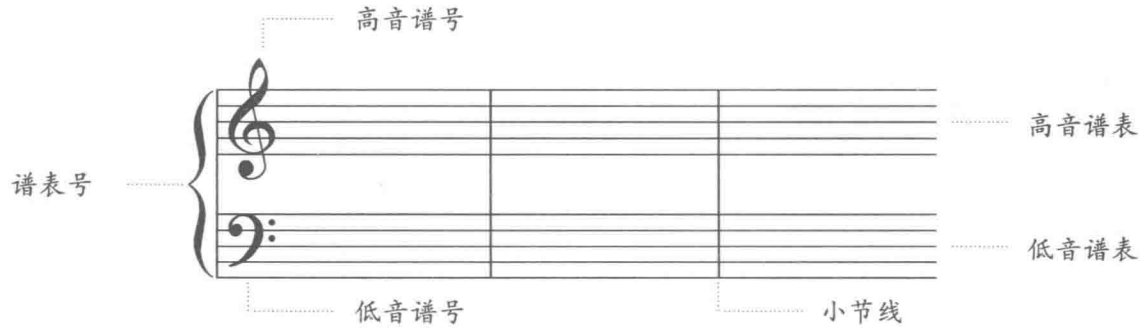
唱名 即**1**、**2**、**3**、**4**、**5**、**6**、**7**（do、re、mi、fa、sol、la、si），分固定唱名法与首调唱名法（简谱属首调唱名法），前者的唱名不受调性的变换而改变，而后者则根据调性的变换而异。如F音用固定唱名法时在任何调中都唱**4**（fa）；而用首调唱名法时，在F调（**1**=F）中，F音唱**1**（do）；在♭B调（**1**=♭B）中，♭B唱**1**（do），F则唱**5**（sol）。

二、基本知识

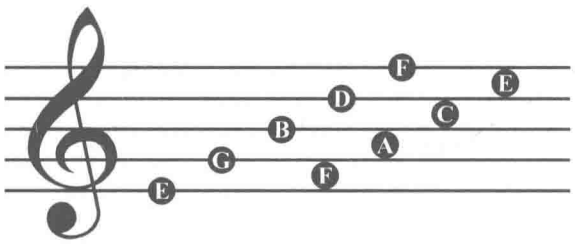
钢琴乐谱采用的是五线谱记谱法，分为高音谱号和低音谱号，由一个大括号连接起来。通常情况下，高音谱号上标记的音符由右手弹奏，而低音谱号上标记的音符由左手弹奏。

（一）认识五线谱

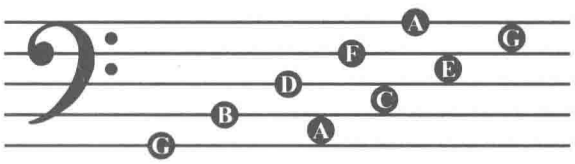




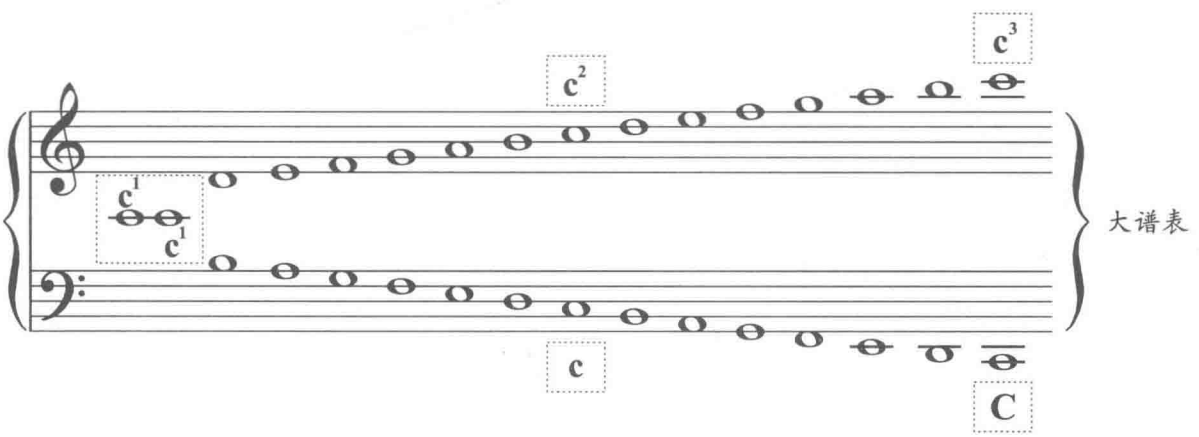
高音谱表的五条线、四个间上的音名：

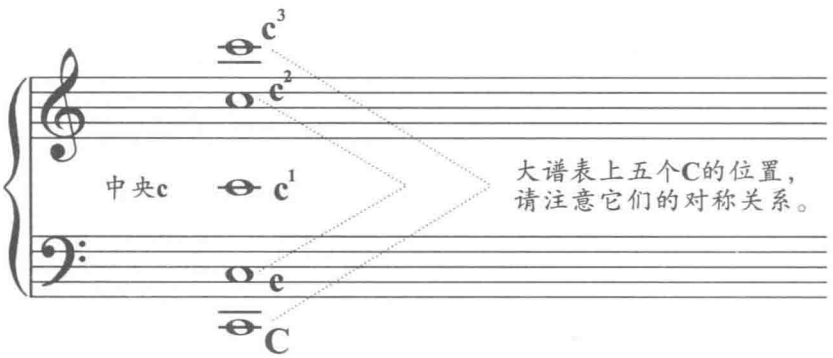


低音谱表的五条线、四个间上的音名：

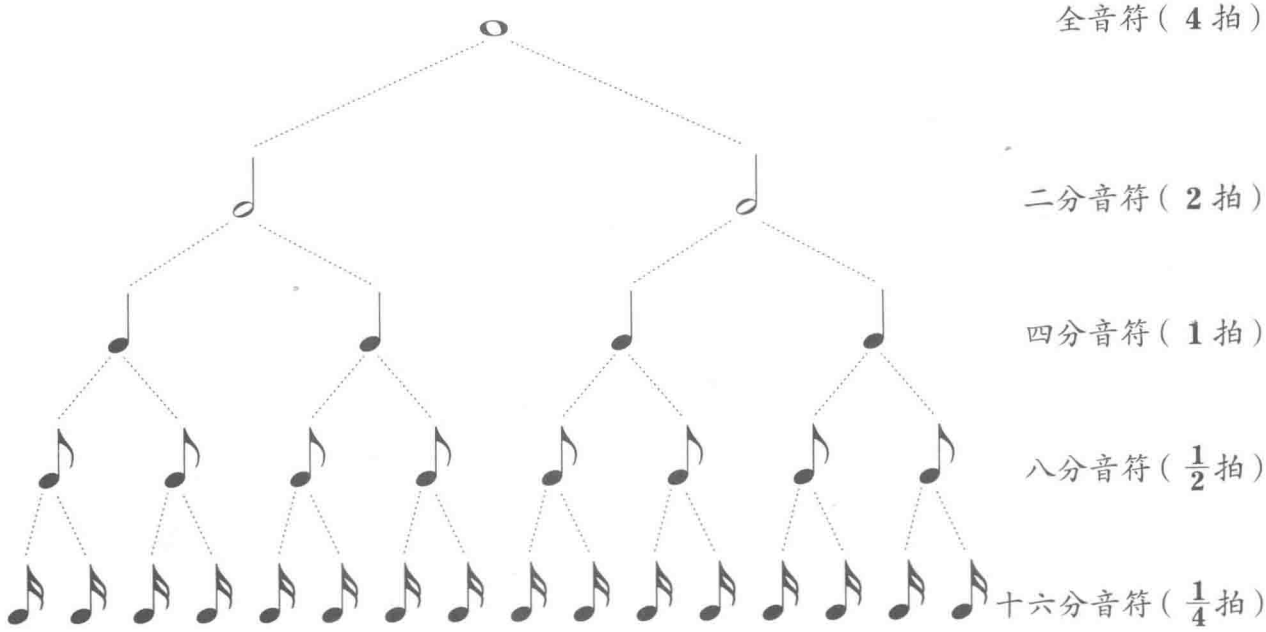


高音谱表下加一线与低音谱表上加一线上的音是同一个位置上的C，即中央C。将两个谱表用垂直线和括号连起来，便可同时记录更多高低不同的音，这种谱表可称为大谱表。

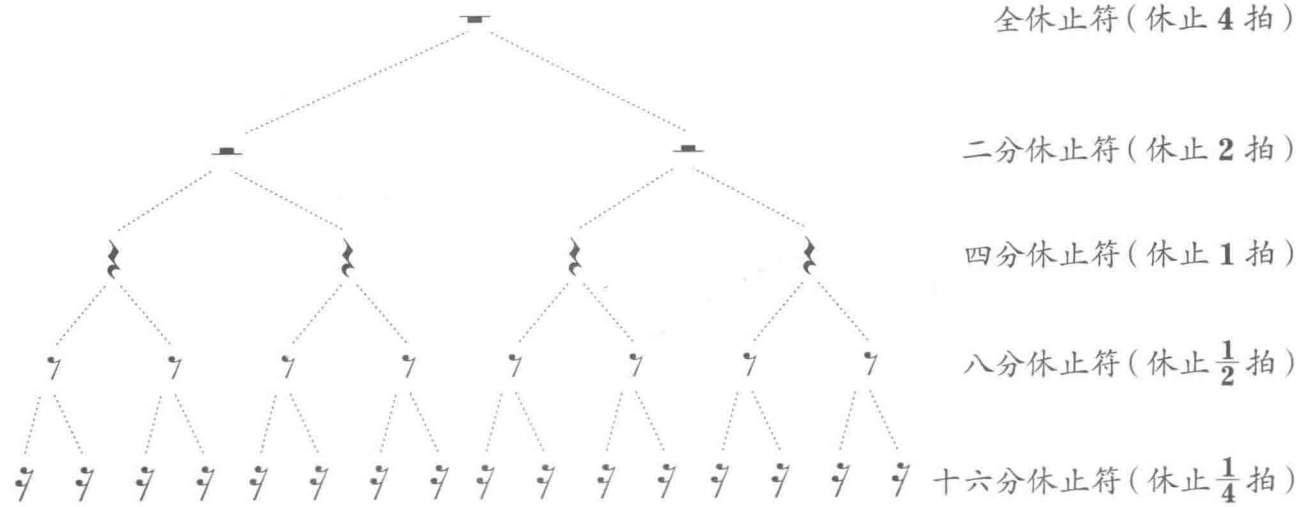




（二）音符、音符时值及音符时值的关系

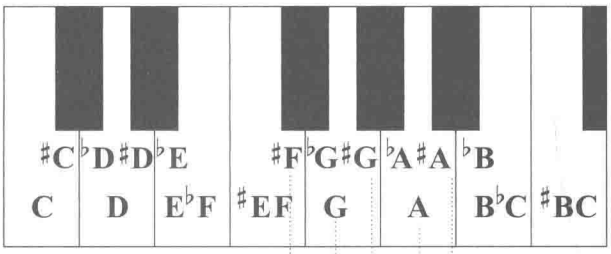


（三）休止符及时值关系



（四）升降记号

升号	降号	还原号	重升号	重降号
♯	♭	♮	𝄪	𝄫
升高半音	降低半音	升或降之后还原	升高两个半音	降低两个半音





升、降、还原号在五线谱上的记录



重升表示连续升高两个半音，即升高一个全音。如  即演奏 

重降表示连续降低两个半音，即降低一个全音。如  即演奏 

（五）调号

简谱用**1 = C**、**1 = D**、**1 = F**……作为调号来表示乐曲的调，如**1 = C**，即表示“**1**”的音高等于“**c**^{1}”。五线谱是在谱号之后记以不同数目的升（♯）或降（♭）记号来表示。



简谱: **1 = C**



1 = G



1 = D



1 = F



1 = ♭B



1 = ♭E

（六）拍号

表示乐曲拍子的记号叫做拍号。

简谱的拍号标在歌曲的左上方，记法如：$\frac{4}{4}$ 、$\frac{2}{4}$ 、$\frac{3}{8}$ ……。

五线谱的拍号标在谱号和调号的右边，如：

两个数字分别记在第三线的上下方。上方数字表示每小节的拍数，下方数字表示用何种音符为一拍（即单位拍）。

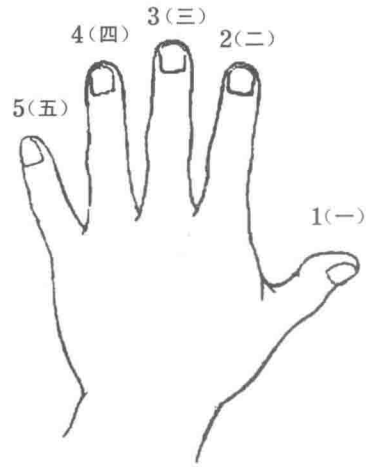
常用的拍号：$\frac{4}{4}$ 或 $\mathbf{C}$ （即 $\frac{\text{每小节有四拍}}{\text{以四分音符为一拍}}$ ）

$\frac{2}{2}$ 或 $\mathbf{¢}$ （ $\frac{\text{每小节有两拍}}{\text{以二分音符为一拍}}$ ）

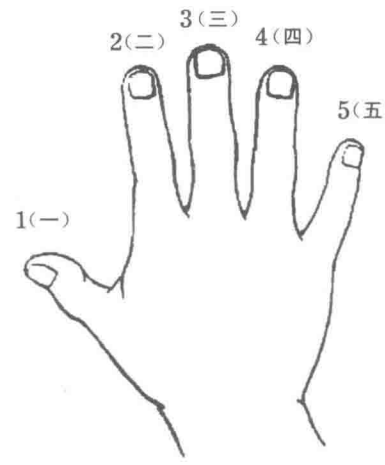
$\frac{2}{4}$，$\frac{3}{4}$，$\frac{3}{8}$，$\frac{6}{8}$，$\frac{12}{8}$

（七）指法

弹奏钢琴时的指法是：从大拇指、食指、中指、无名指、小指依次标记为1、2、3、4、5指，左右手相同。见下图：



左手



右手

三、弹奏姿势与手型

（一）弹奏姿势

弹奏姿势端正、自然，坐位要合适。当身体对准琴中央坐正后，上身应自然地稍往前倾，外于积极的弹奏状态。一般以坐琴凳的 1/2 到 2/3 为宜；琴凳的高低以手置于键盘上之后，前臂约呈水平或略高于键盘为宜；琴凳与琴距的远近是以双臂能自由、舒展地在整个键盘上左右移动为准。

双脚作为弹奏时全身重量的支点之一，自然地置于踏板附近，随时做好踩踏板的准备。

弹奏姿势正确与否，直接关系到弹奏技术的正常发展。

（二）手型

弹奏时手指无论触键或起键都应自然弯曲，指尖触键，手腕水平，手心似握球，4、5指要‘站’正，（见图1、图2）不要倒斜。

正确的弹奏手型

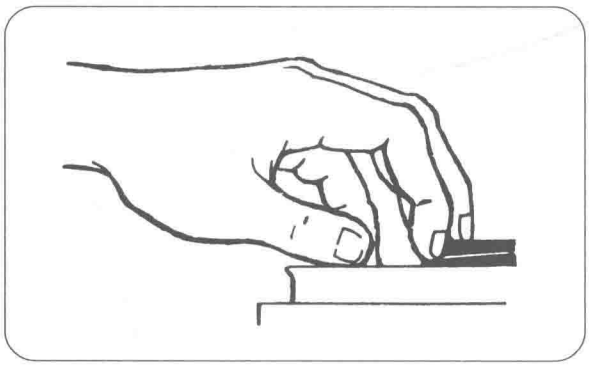


图1

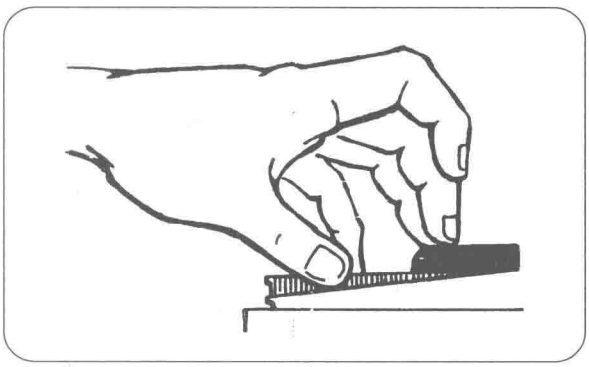


图2

需要全本请访问 www.ertongbook.com