

吉他王者

零基础吉他自学修炼教程



二维码

视频教学示范版

王一·主编

北京体育大学出版社

网络吉他教学达人 左 轮

指弹中国创始人 李伟峰

李健专用吉他手 大 向

独立民谣音乐人 李 晋

北京民谣地标蜗牛的家 小 伟

倾力推荐！

吉体自修

零基础吉体自字修炼教程

二维码
视频教学示范版

王 一 主编

北京体育大学出版社



特别提示：书中二维码视频示范及讲解，
可使用微信扫码获得。

策划编辑 李 飞 董英双
责任编辑 殷 亮 刘万年
审稿编辑 叶 菜 李 飞
版式设计 殷钰钧 聂小丽

图书在版编目 (C I P) 数据

吉他王者：零基础吉他自学修炼教程：二维码视频教学示范版
/王一主编. -- 北京：北京体育大学出版社，2017.5
ISBN 978-7-5644-2596-8
I. ①吉… II. ①王… III. ①六弦琴—奏法—教材
IV. ①J623.26
中国版本图书馆CIP数据核字(2017)第116365号

[选题策划信息调研组]

杨辛情/孙桂兰/黄娟/李玉珠/孙宪伟/边丽娜/罗枢/王朝辉/朱浩军/王广吉

[多媒体资源开发制作组]

安方劲/陈宝贵/崔金霞/房伟/姜英含/焦慧明/王成国/黄新民/牟军/孙瑞莲

[图书编排设计制作组]

聂小丽/刘少兰/甄若含/潘琳/刘河/赵铭/王寒冰/甄浩然/王宏/王琳琳/刘帆
闫世平/杨森勇/殷建明/张 妍/赵素琴

吉他王者：零基础吉他自学修炼教程 二维码视频教学示范版

出 版：北京体育大学出版社
社 址：北京市海淀区信息路48号
网 址：<http://cbs.bsue.edu.cn>
邮 购：010-62989432（读者服务部）
邮 编：100084
发行部：010-62989438
印 刷：北京昌联印刷有限公司
开 本：880×1230mm 1/16
印 张：22
版 次：2017年11月第1版
印 次：2017年11月第1版第1次印刷
定 价：49.80元

（本书因印制装订质量不合格，本社发行部负责调换）

感谢您关注我们的产品。如有投稿、建议或是意见，请与音乐编辑室联系。



010-62989572



TD音乐编辑



185547370@QQ.com



序 章 预备篇 / 001

- 1. 吉他种类介绍002
- 2. 吉他各部位名称003
- 3. 学琴前的困惑解决004

第一章 初级篇 / 007

▶▶ 第 壹 课 ◀◀

1. 吉他的持琴姿势 ▶▶ 008

- 坐立式008
- 站立式008

2. 右手入门 ▶▶ 009

- 认识右手各手指名称009
- 右手的摆放位置009
- 右手的拨弦方式010
- 拨弦时手指的分工010
- 靠弦奏法012

3. 认识六线谱 1 ▶▶ 013

- 拇指练习013
- 食指与中指交替练习013
- 综合练习014

4. 基础乐理 ▶▶ 015

- 声音的形成015
- 声音的性质015
- 音符与简谱015
- 唱名与音名015
- 唱名与音名的区别016



| | |
|-----------------|---------------|
| 全音与半音 | 016 |
| 音符之间的相互关系 | 016 |
| 变音记号 | 016 |
| 等音 | 017 |
| 变音记号的使用 | 017 |
| 时值 | 018 |
| 常用音符及记法 | 018 |
| 时值对比图 | 019 |
| 常用休止符及记法 | 019 |
| 附点音符及记法 | 020 |
| 同音连线 | 020 |
| 连音线、连音符 | 021 |
| 音符、休止符对照表 | 021 |
| 5. 吉他的调音 | ▶▶ 022 |
| 吉他的音高 | 022 |
| 调弦的方法 | 022 |
| 键盘各音与吉他各弦音对照图 | 023 |
| 6. 吉他换弦 | ▶▶ 024 |
| 吉他弦的规格和特点 | 024 |
| 怎样给吉他换弦 | 025 |

▶▶ 第 贰 课 ◀◀

| | |
|-------------------|---------------|
| 1. 左手入门 | ▶▶ 027 |
| 左手各手指名称 | 027 |
| 手指按弦的位置及有效区 | 027 |
| 2. 认识六线谱 2 | ▶▶ 029 |
| 练功房 | 029 |
| C调音阶图 | 030 |
| C调“3”型音阶 | 030 |
| 音阶练习 | 030 |
| 3. 乐曲练习 | ▶▶ 031 |
| 虫儿飞(片段) | 031 |
| 雪绒花(片段) | 031 |
| 滴答 | 032 |



▶▶ 第 三 课 ◀◀

| | |
|--------------------|--------|
| 1. 认识和弦图 | ▶▶ 033 |
| 和弦图与Am和弦 | 033 |
| 2. 琶音奏法 | ▶▶ 034 |
| 琶音奏法如何标记 | 034 |
| 3. 什么是和弦 | ▶▶ 034 |
| Am和弦的按法步骤 | 034 |
| Am和弦的组成音与根音 | 034 |
| 4. 认识Em和弦 | ▶▶ 035 |
| Em和弦的按法步骤 | 035 |
| Em和弦的组成音与根音 | 035 |
| Am与Em和弦的转换方式 | 035 |
| 转换练习 | 036 |
| 5. 认识C和弦 | ▶▶ 036 |
| C和弦的按法步骤 | 036 |
| C和弦的组成音与根音 | 036 |
| C与Am和弦的转换方式 | 037 |
| 转换练习 | 037 |
| 6. 认识Dm和弦 | ▶▶ 037 |
| Dm和弦的按法步骤 | 038 |
| Dm和弦的组成音与根音 | 038 |
| Am与Dm和弦的转换方式 | 038 |
| 转换练习 | 038 |
| 7. 认识G和弦 | ▶▶ 038 |
| G和弦的按法步骤 | 039 |
| G和弦的组成音与根音 | 039 |
| C与G和弦的转换方式 | 039 |
| 转换练习 | 039 |
| 练功房 | 040 |
| 8. 反复记号 | ▶▶ 041 |
| 9. 认识简化版F和弦 | ▶▶ 042 |
| 简化版F和弦的按法步骤 | 043 |
| 简化版F和弦的组成音与根音 | 043 |



| | |
|-------------------------|-----|
| C与F和弦的转换方式 | 043 |
| Dm与F和弦的转换方式 | 043 |
| 转换练习 | 043 |
| 10. 认识F和弦 ▶▶ 044 | |
| F和弦的按法步骤 | 045 |
| F和弦的组成音与根音 | 045 |
| 练功房 | 045 |

▶▶ 第 肆 课 ◀◀

| | |
|---------------------------|-----|
| 1. 调式与C大调和弦 ▶▶ 046 | |
| 调式 | 046 |
| C大调基本和弦 | 046 |
| 和弦命名 | 046 |
| 2. C大调与a小调 ▶▶ 046 | |
| C大调音阶 | 047 |
| a小调音阶 | 047 |
| C大调和弦 | 047 |
| a小调和弦 | 047 |
| 如何鉴别大小调 | 047 |
| 3. 节奏、拍号、节拍 ▶▶ 048 | |
| 节奏 | 048 |
| 拍号 | 048 |
| 节拍 | 048 |

第二章 中级篇 / 049

▶▶ 第 壹 课 ◀◀

| | |
|-------------------------|-----|
| 1. 认识分解节奏 ▶▶ 050 | |
| 流行八分分解节奏 | 050 |
| 练功房 | 051 |
| 2. 歌曲练习 ▶▶ 052 | |
| 滴答 / 侃侃 | 052 |
| 少年锦时 / 赵雷 | 053 |



▶▶ 第 贰 课 ◀◀

1. G大调基本和弦 ▶▶ 058
Bm和弦的按法步骤.....058
2. 大调式的推算 ▶▶ 059
C大调与G大调排列对比图.....059
3. 小调式的推算 ▶▶ 060
a小调与e小调排列对比图.....060
练功房.....060
4. 变调夹 ▶▶ 062
变调夹在各品位的调式对照表.....062
变调夹的作用.....062
5. 复合和弦 ▶▶ 063
转位和弦.....063
分割和弦.....063
6. 歌曲练习 ▶▶ 064
那些花儿 / 朴树.....064
南山南 / 张磊.....067
愿得一人心 / 李行亮.....071
月亮代表我的心 / 齐秦.....073

▶▶ 第 叁 课 ◀◀

1. 流行十六分分解节奏 ▶▶ 075
练功房.....075
2. 音 程 ▶▶ 077
度数与音数.....077
音程的命名.....078
3. 和 弦 ▶▶ 078
三和弦.....078
4. 歌曲练习 ▶▶ 080
爱情转移 / 陈奕迅.....080
征服 / 袁惟仁.....082
河流 / 汪峰.....085
甜蜜蜜 / 邓丽君.....087
勇气 / 梁静茹.....089



▶▶ 第 肆 课 ◀◀

1. 认识扫弦节奏 ▶▶ 092
- 如何扫弦·····092
2. 流行扫弦节奏 ▶▶ 094
- 练功房·····096
3. 歌曲练习 ▶▶ 097
- 飞得更高 / 汪峰·····097
- 老男孩 / 筷子兄弟·····101
- 曾经的你 / 许巍·····105
- 活着 / 郝云·····110
- 温柔 / 五月天·····113

▶▶ 第 伍 课 ◀◀

1. D大调基本和弦 ▶▶ 116
- D大调与b小调排列对比图·····116
- 练功房·····117
2. 歌曲练习 ▶▶ 118
- 你不是真正的快乐 / 五月天·····118
- 第三极 / 许巍·····120

第三章 高级篇 / 123

▶▶ 第 壹 课 ◀◀

1. 拨片的使用 ▶▶ 124
- 拨片的拨弦方式·····124
- 拨片练习·····124
- 爬格子练习·····125
- 爬格子正确错误手型对比·····125
- 练功房·····126
2. 各把位调试音阶 ▶▶ 127
- C调各把位音阶·····127



| | |
|---------------|-----|
| G调各把位音阶 | 129 |
| D调各把位音阶 | 131 |

3. 旋律演奏练习 ▶▶ 134

| | |
|-------------------|-----|
| 好久不见 /陈奕迅 | 134 |
| 月亮代表我的心 /齐秦 | 136 |

▶▶ 第 贰 课 ◀◀

1. 技巧部分 ▶▶ 138

| | |
|---------------|-----|
| 击弦技巧 | 138 |
| 勾弦技巧 | 138 |
| 滑弦技巧 | 139 |
| 倚音 | 140 |
| 泛音 | 140 |
| 延音符号 | 141 |
| 推弦、拉弦技巧 | 142 |

2. 歌曲练习 ▶▶ 143

| | |
|-------------------|-----|
| 倔强 /五月天 | 143 |
| 我真的受伤了 /张学友 | 146 |
| 隐形的翅膀 /张韶涵 | 149 |

▶▶ 第 叁 课 ◀◀

1. E调、F调、A调基本和弦 ▶▶ 152

| | |
|----------------|-----|
| E大调基本和弦 | 152 |
| E大调与升c小调 | 153 |
| F大调基本和弦 | 153 |
| F大调与d小调 | 153 |
| A大调基本和弦 | 154 |
| A大调与升f小调 | 155 |

练功房

2. 歌曲练习 ▶▶ 157

| | |
|---------------------|-----|
| 贝加尔湖畔 /李健 | 157 |
| 突然的自我 /伍佰 | 161 |
| 生活不止眼前的苟且 /许巍 | 164 |

▶▶ 第 肆 课 ◀◀

1. 移 调 ▶▶ 168
 如何移调.....168
2. 各调式基本和弦图及音级对照表 ▶▶ 169
3. 调式与变调夹应用 ▶▶ 170
 变调夹应用图.....170
4. 各调式音阶总汇图 ▶▶ 171
5. 歌曲练习 ▶▶ 175
 传奇 / 李健 (双吉他版)175
 蓝莲花 / 许巍 (双吉他版)179
 少年锦时 / 赵雷 (双吉他版)184

▶▶ 第 伍 课 ◀◀

1. 3/4拍节奏 ▶▶ 190
 节奏练习190
 练功房.....190
2. 和弦推算法 ▶▶ 191
3. 如何使用不同指法的同名和弦 ▶▶ 193
4. 歌曲练习 ▶▶ 193
 白桦林 / 朴树.....194
 恋恋风尘 / 老狼197
 栀子花开 / 何炅.....199
 致青春 / 王菲202

▶▶ 第 陆 课 ◀◀

1. 6/8拍节奏 ▶▶ 206
 节奏练习206
 练功房.....207
2. 色彩和弦 ▶▶ 208
 以“C”命名的色彩和弦.....208



| | |
|------------------|-----|
| 以“D”命名的色彩和弦····· | 208 |
| 以“E”命名的色彩和弦····· | 208 |
| 以“F”命名的色彩和弦····· | 209 |
| 以“G”命名的色彩和弦····· | 209 |
| 以“A”命名的色彩和弦····· | 209 |
| 以“B”命名的色彩和弦····· | 209 |

3. 色彩和弦的组成音 ▶▶ 210

4. 歌曲练习 ▶▶ 211

| | |
|---------------------|-----|
| 斑马斑马 / 宋冬野 ····· | 211 |
| 匆匆那年 / 王菲 ····· | 214 |
| 十月迷城 / 李晋 ····· | 218 |
| 同桌的你 / 老狼 ····· | 222 |
| 小幸运 / 田馥甄 ····· | 225 |
| 爱着爱着就永远 / 田馥甄 ····· | 229 |

▶▶ 第 柒 课 ◀◀

1. 切音技巧 ▶▶ 232

| | |
|-----------|-----|
| 右手切音····· | 232 |
| 左手切音····· | 232 |
| 节奏练习····· | 232 |

练功房····· 233

2. 歌曲练习 ▶▶ 234

| | |
|-------------------------|-----|
| 情非得已 / 庾澄庆 ····· | 234 |
| 我们的时光 / 赵雷 (双吉他版) ····· | 238 |
| 再见 / 张震岳 ····· | 241 |

▶▶ 第 捌 课 ◀◀

1. 拍弦技巧 ▶▶ 244

练功房····· 244

2. 歌曲练习 ▶▶ 245

| | |
|-----------------|-----|
| 宝贝 / 张悬 ····· | 245 |
| 好想你 / 朱主爱 ····· | 247 |
| 星晴 / 周杰伦 ····· | 249 |



▶▶ 第玖课 ◀◀

- | | |
|--------------|----------|
| 1. 制音技巧 | ▶▶ 252 |
| 2. 金属和弦 | ▶▶ 253 |
| 金属和弦的简化按法 |253 |
| 练功房 |253 |
| 3. 各调式金属和弦 | ▶▶ 254 |
| 4. 歌曲练习 | ▶▶ 255 |
| 此时此刻 / 许巍 |255 |
| 狂想曲 / 萧敬腾 |258 |
| 为了让生活继续 / 汪峰 |262 |

第四章 王者篇 / 265

▶▶ 第壹课 ◀◀

- | | |
|---------------|----------|
| 1. 浅谈扒带 |266 |
| 2. 根音定调法 |266 |
| 3. 旋律定调法 |267 |
| 4. 音名分布表 |267 |
| 5. 转位和弦的使用 |268 |
| 6. 如何给歌曲配节奏型 |271 |
| 7. 如何合理地选择节奏型 |271 |
| 8. 扒带建议 |272 |
| 9. 什么是功能谱 |272 |
| 10. 常用的级数转换 |272 |

▶▶ 第贰课 ◀◀

- | | |
|---------|----------|
| 1. 浅谈编曲 |275 |
| 2. 如何编曲 |275 |



指弹曲综合练习

▶▶ 277

- 成都 指弹独奏版·····277
样 (young) 指弹独奏版 ·····281
天空之城 指弹独奏版·····283
爱的罗曼史 指弹独奏版 ·····285
失落沙洲 指弹独奏版·····287

弹唱曲综合练习

▶▶ 289

- 成都 /赵雷·····289
不说 /李荣浩 ·····292
城长 /李晋·····295
丑八怪 /薛之谦·····298
我好像在哪见过你 /薛之谦 ·····300
电台情歌 /邓超·····304
告白气球 /周杰伦·····306
好好 (想把你写成一首歌) /五月天·····308
后会无期 /邓紫棋·····310
和你在一起 /李志·····313
后来的我们 /五月天 ·····315
往事只能回味 /好妹妹乐队 ·····318
摩天轮的思念 /王俊凯 ·····321
让我留在你身边 /陈奕迅·····323
我要你 /任素汐 ·····326
蜜蜂 改编版 /万岁爷·····328
消愁 /毛不易·····331
像我这样的人 /毛不易·····334
一生所爱 改编版 /舒淇·····336





预备篇

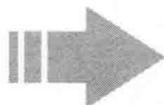


序章 预备篇

1 吉他种类介绍

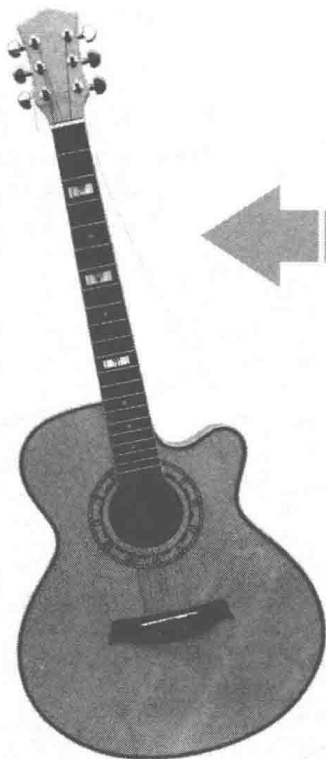
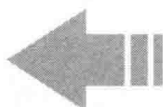
古典吉他

古典吉他是世界三大乐器之一，主要用于古典乐曲的独奏，它的特点是指板较宽，使用尼龙弦，音质纯厚、柔和，演奏古典吉他从姿势到技巧都有非常严格要求。



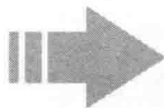
民谣吉他

民谣吉他是普及率最高也最容易上手的乐器之一，民谣吉他主要用于吉他弹唱及指弹演奏，它的特点是指板较窄，使用钢弦，声音清脆明亮。演奏形式较为轻松、随意，是流行乐中最为常用的乐器。



电吉他

电吉他主要用于乐队合奏，配合效果器来发出各种各样丰富多彩的音色，它的特点是使用钢弦，通过拾音器拾取再由音箱发声。电吉他是现代流行音乐中必不可少的乐器。



2 吉他各部位名称

