

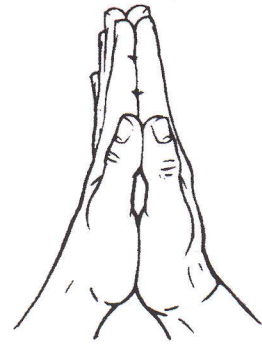
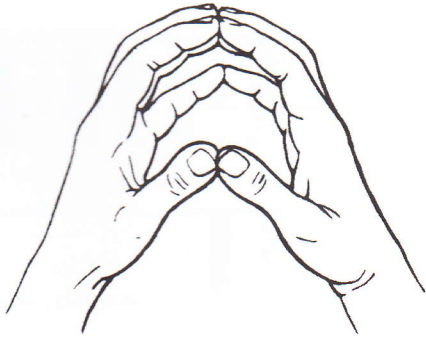
۷۳	کرشندو - دیمینوئندو	پیش از نواختن	۴	نرمش و دست گرمی برای انگشتان
۷۴	فرماتا	۶	چگونه پشت پیانو بنشینیم؟	
۷۵	نت چنگ	۷	شماره انگشتان	
۷۸	تمرینات شگفت انگیز هانون	۷	تولید اصوات در پیانو	
۸۰	سیاه نقطه دار	۸	صفحه کلید	
	در کتاب بعدی خواهید آموخت:	۹	نام گذاری کلیدها	
	فرا تر از ۵ نت	۱۰	تمرین های ایزومتریک	
	فواصل ششم	۱۰	یک ماساژ دست مفید	
	میزان $\frac{2}{4}$	۱۱	دلایل گرد نگه داشتن انگشتان	
	استاکاتو		موقعیت دو (C Position)	
	فواصل هفتم و اکتاو	۱۲	دست راست - موقعیت دو	
	علامت بمل	۱۳	ارزش های زمانی - سیاه و سفید	
	نیم پرده و یک پرده	۱۴	کلید سل	
	تتراکورد	۱۶	دست چپ - موقعیت دو پایین تر از میانه	
	گام ها و آکوردها - تنالیته دو ماژور	۱۷	نت گرد	
	گام ماژور	۱۸	کلید فا	
	گام دو ماژور		حامل بزرگ	
	کنترل انگشت شست	۲۰	آشنایی با حامل یازده خطی	
	مبحث تریاها	۲۲	میزان $\frac{4}{4}$ - توضیح و تمرین	
	تریادهای اصلی در دو ماژور	۲۴	فواصل ملودیک	
	موسیقی بلوز	۲۵	فواصل ملودیک دوم و سوم	
	بلوز و توالی آکوردها	۲۶	فواصل هارمونیک	
	ملودی های گسترده تر	۲۷	فواصل هارمونیک دوم و سوم	
	تنالیته سل ماژور	۲۸	فواصل چهارم و پنجم ملودیک	
	گام سل ماژور	۳۰	فواصل چهارم و پنجم هارمونیک	
	نواختن پی در پی یک نت		مبحث آکوردها	
	آکوردهای اصلی در سل ماژور	۳۲	آکورد دو ماژور	
	سنکوپ	۳۴	دو آکورد مهم: C و G7	
	تنالیته فا ماژور	۳۵	خط اتحاد	
	گام فا ماژور	۴۰	سفید نقطه دار	
	سکوت چنگ - علامت آکسان	۴۰	میزان $\frac{3}{4}$	
	آکوردهای اصلی در فا ماژور	۴۲	خط اتصال - لگاتو نواختن	
	یک سبک متداول برای باس	۴۴	آکورد فا ماژور	
	تنالیته لا مینور	۴۶	توالی دو ماژور و فا ماژور	
	تنالیته های مینور		موقعیت سل (G Position)	
	گام مینور هارمونیک	۵۰	فواصل در موقعیت سل	
	گام های مینور - تئوری	۵۴	علامت دیز	
	یک تکنیک مهم در پدال گیری	۵۶	توانایی های انگشتان مختلف	
	ادامه مبحث تریاها	۵۷	راه حل لشتیسیکی	
	آکوردهای اصلی در لامینور	۵۸	آکوردهای G و D7	
	تنالیته ر مینور	۶۰	آکوردهای شکسته	
	گام ر مینور هارمونیک	۶۱	پدال دمپر (راست)	
	آکوردهای اصلی در ر مینور	۶۴	آکورد دو ماژور در موقعیت جدید	
	مدولاسیون	۶۷	مترونوم	
	تریوله چنگ	۷۱	اکتاو بالاتر - اکتاو پایین تر	
	مرور		موقعیت دو میانه (Middle C Position)	
	مجموعه ای از ۱۰ قطعه شناخته شده در سبک های مختلف	۷۲	آشنایی با موقعیت دو میانه	

تمرین های ایزومتریک

مقصود از تمرین های ایزومتریک تمرین هایی است که در آن ها یک گروه از ماهیچه ها به طور مختصر به یکدیگر (و یا به یک سطح سخت) فشرده شده و منقبض می شوند.

سپس در حالی که سر انگشتان همچنان در تماس هستند، کف دست ها را از هم جدا کنید (انگشتان گرد باشند).

ابتدا کف دو دست را بر روی هم قرار داده و آن ها را به یکدیگر (مانند شکل) فشار دهید.

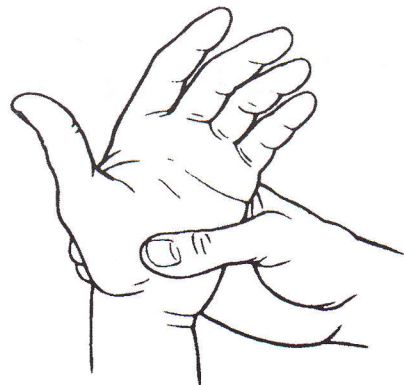
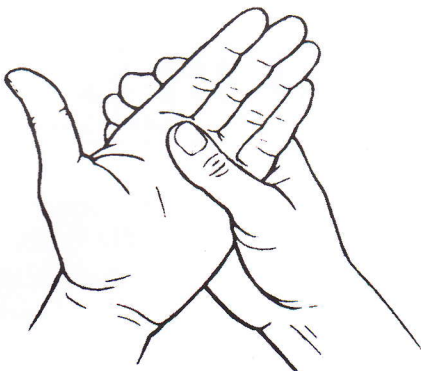


تمرین:

انگشتان را به صورت گرد و در آرامش نگه دارید. حال انگشت سوم هر دو دست را به یکدیگر فشار دهید. دقت کنید که بقیه انگشتان منقبض نباشند. این کار را ۴ بار انجام دهید و بشمارید: "یک - دو - سه - چهار". همین کار را با انگشتان دوم نیز انجام دهید. سپس چهارم ها، پس از آن انگشتان شست هر دو دست، و در نهایت انگشتان ۵. چندین بار این تمرین را تکرار کنید و در پایان دستانتان را به خوبی تکان دهید (بلرزانید). کل این مراحل را دو باره انجام دهید.

یک ماساژ دست مفید

۱. پشت دست چپ را در کف دست راست قرار دهید (کاملاً رها و صاف، بدون انقباض هیچ یک از ماهیچه ها).
۲. با انگشت شست دست راست، کف دست چپ را ماساژ دهید (ناحیه بین جایی که انگشتان به کف دست متصل شده اند تا قسمت گوشتی پایین انگشت شست). به هیچ وجه فشار زیاد وارد نکنید، چرا که ممکن است نتیجه برعکس داشته باشد. این کار را به مدت ۳۰ ثانیه ادامه دهید.



۳. همین کار را با دست چپ انجام دهید (با شست دست چپ، کف دست راست را ماساژ دهید).
۴. هر دو دست را به مدت چند ثانیه به صورت آویزان بلرزانید.

این تمرین برای گردش خون مفید است و به مرور زمان انعطاف انگشتان را بالا می برد.

گرد

ارزش زمانی گرد دو برابر سفید و
چهار برابر سیاه است.



۱-۲-۳-۴"

برای هر نت (با توجه به ارزش های زمانی) یک بار دست بزنید. با صدای بلند بشمارید.



Aura Lee



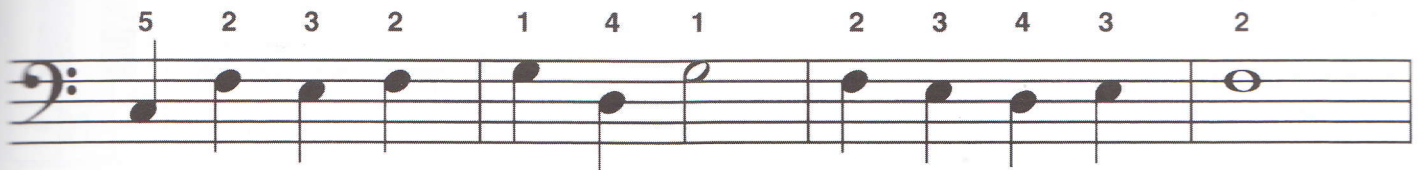
این ملودی در موسیقی های زیادی استفاده شده؛ از جمله الویس پریسلی آن را در یکی از آهنگ های معروف خود (Love me tender) به کار برده است. این قطعه را به این چند روش می توان تمرین کرد:

۱. ابتدا ریتم قطعه را با دست اجرا کنید و همراه آن بشمارید.

۲. قطعه را بنوازید و به همراه آن شماره انگشتان را بخوانید.

۳. بنوازید و بشمارید.

۴. بنوازید و نام نت ها را بخوانید.



Mary Ann 

Shiraz-Beethoven.ir

Calypso tune*

Allegretto



The score consists of four systems of piano music. Each system has a treble clef staff and a bass clef staff. The time signature is 4/4. The tempo is marked 'Allegretto'. The first system starts with a treble staff containing rests and a bass staff with a triplet of eighth notes (mf) and a half note. The second system continues the bass line with a triplet of eighth notes (4, 5, 4) and a half note. The third system continues the bass line with a triplet of eighth notes (3) and a half note. The fourth system continues the bass line with a triplet of eighth notes (4, 5, 4) and a half note. Chords are indicated in the treble staff: G7 in the first system, C in the second, G7 in the third, and C in the fourth. Fingerings are indicated with numbers 1-5. Dynamics include mf and p.

* موسیقی کالیپسو: موسیقی ایست دارای ریشه های آفریقایی-اروپایی که ابتدا در منطقه کارائیب بسیار رایج بوده و سپس به تدریج - در اوائل قرن بیستم - به آمریکا راه می یابد. تم های این موسیقی در سبک جاز توسط افرادی چون دوک الینگتون استفاده شده اند.



تئودور لشتیسی (۱۸۳۰ - ۱۹۱۵) یکی از اساتید مطرح و مورد احترام دوران خود بود. در میان شاگردان وی می توان به "پادروسکی"، "گابریلوویچ" و "آرتور اشنابل" (هر سه پیانیست هایی بسیار برجسته) اشاره کرد. وی نبوغ بسیاری در حل مسائل تکنیکی شاگردان خود داشت. یکی از موثرترین تمرین های پیشنهادی او تمرینی بود که برای ایجاد استقلال در انگشتان و رشد مساوی مهارت های هر انگشت طراحی شده بود. آنچه در پایین آمده شالوده تمرین ابتدایی لشتیسی برای غلبه بر ضعف انگشتان است که توسط اکثر نوازندگان و مدرسین دنیا به طور روزمره استفاده می شود.

پیش از اجرا، راهنمایی های زیر را - که توسط خود لشتیسی نوشته شده - به دقت بخوانید:

با چهار انگشت نت های گرد را بنوازید و با یک انگشت باقیمانده نت های سیاه را اجرا کنید. هر میزان را چندین بار تمرین کنید.

۳. روال اجرای انگشت ۲ را برای انگشت ۳ نیز تکرار کنید.
 ۴. حال نوبت انگشت ۴ است. برای رسیدن به حداکثر استقلال در انگشت ۴، آن را هر بار تا جایی که می توانید بالا ببرید و سپس دوباره کلید را فشار دهید.
 ۵. انگشت ۵ نیز مانند انگشت ۴ نیاز به توجه ویژه دارد؛ آن را تا جایی که می توانید بالا ببرید. به این صورت قدرت بیشتری پیدا می کند.
- دقت کنید که در کل این تمرین عضلات منقبض نشوند و گردی انگشتان حفظ شود.

۱. در میزان اول با هر ۵ انگشت ۵ کلید (سل، لا، سی، دو، ر) را فشار دهید. سپس در حالی که چهار انگشت (از ۲ تا ۵) همچنان کلیدها را پایین نگه داشته اند، انگشت شست را رها کنید تا کلید بالا بیاید (در این مقطع شست همچنان در تماس با کلید باشد). حال دوباره کلید را با انگشت شست فشار دهید. لحظه ای صبر کرده و سپس آن را رها کنید تا کلید به سطح اولیه برگردد.

۲. همین کار را با انگشت دوم انجام دهید؛ فقط با این تفاوت که زمانی که انگشت ۲ را بالا می آورید آن را در حدود یک سانتیمتر از کلید بالاتر برده سپس دوباره کلید را فشار دهید.

Handwritten musical notation for the first part of the exercise. It consists of five measures on a treble clef staff in 4/4 time. Measure 1: Quarter notes G4, A4, B4, C5 with fingerings 4, 5, 2, 3, 1. Measure 2: Quarter notes D5, E5, F5, G5 with fingerings 1, 1, 1, 1. Measure 3: Quarter notes G5, F5, E5, D5 with fingerings 5, 3, 2, 1. Measure 4: Quarter notes C5, B4, A4, G4 with fingerings 4, 4, 4, 4. Measure 5: Quarter notes F4, E4, D4, C4 with fingerings 3, 4, 1, 2, 5, 5, 5, 5.

نکات گفته شده را در نواختن این تمرین برای دست چپ رعایت کنید.

Handwritten musical notation for the second part of the exercise. It consists of five measures on a bass clef staff in 4/4 time. Measure 1: Quarter notes G3, F3, E3, D3 with fingerings 3, 2, 1, 5, 4. Measure 2: Quarter notes C3, B2, A2, G2 with fingerings 1, 1, 1, 1. Measure 3: Quarter notes F2, E2, D2, C2 with fingerings 1, 3, 4, 5. Measure 4: Quarter notes B1, A1, G1, F1 with fingerings 1, 4, 4, 4, 4. Measure 5: Quarter notes E1, D1, C1, B0 with fingerings 2, 1, 5, 4, 3, 5, 5, 5.

Alouette



Shiraz-Beethoven.ir

(موقعیت دو)

ترانه عامیانه فرانسوی

Brillante

The musical score is written in 4/4 time and consists of four systems of two staves each (treble and bass clef). The tempo is marked 'Brillante'. The key signature is C major. The score includes the following elements:

- System 1:** Treble clef starts with a *f* dynamic. Chords are C (1) and G7 (2). A slur covers the first two measures. The bass clef has chords 1 3 5 and 1 2 5. A fermata is placed over the end of the first measure.
- System 2:** Treble clef has a *p* dynamic. Chords are G7 (2) and C. A slur covers the first two measures. The bass clef has a melodic line in the first measure and rests in the second and third.
- System 3:** Treble clef has a *f* dynamic. Chord is C. A slur covers the last two measures. The bass clef has a melodic line in the first two measures and rests in the third.
- System 4:** Treble clef has a *p* dynamic. Chords are G7 and C. A slur covers the first two measures. The bass clef has chords 1 3 5 and 1 2 5. A fermata is placed over the end of the first measure.