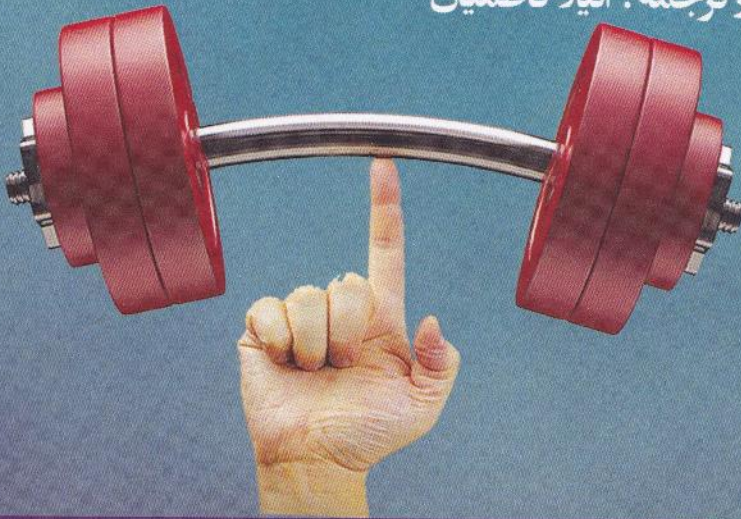


باشگاه انگشتان



گیتاریست ها

گردآوری و ترجمه: آتیلا کاظمیان



◀ تسلط کامل به تکنیک های نوازندگه گیتار

◀ برای گیتاریست های مبتدی، متوسط و پیشرفته

◀ قابل استفاده برای نوازندگان گیتار الکتریک و نایلون

◀ مهارت، استقامت و کنترل

◀ نت نویسه استاندارد و تبلچر



بتهوون

مرکز موسیقی بتهوون شیراز

انتشارات پنج خط



سرشناسه : پرت، سیمون
 (Pratt, Simon) (Guitarist)
 عنوان و نام پدیدآور : باشگاه انگشتان گیتاریست ها / سیمون پرات: گردآوری و ترجمه آتیلا کاظمیان.
 مشخصات نشر : تهران: پنج خط، ۱۴۰۳.
 مشخصات ظاهری : ۷۱ ص:، مصور.
 شابک : ۹۷۹-۰۰-۸۰۲۶۴۷-۱۷-۶
 وضعیت فهرست نویسی : فیبا
 موضوع : گیتار - آموزش و تمرین
 Guitar -- Studies and exercises
 گیتار -- روش های نوازندگی
 Guitar -- Methods
 شناسه افزوده : کاظمیان، آتیلا ۱۳۶۳- مترجم
 رده بندی کنگره : MT۵۸۵
 رده بندی دیویی : ۷۸۷/۸۷۰۷
 شماره کتابشناسی ملی : ۹۶۸۵۱۷۲
 اطلاعات رکورد کتابشناسی : فیبا

ناشر تخصصی کتب موسیقی

انتشارات پنج خط



باشگاه انگشتان گیتاریست ها

سیمون پرات

ترجمه و گردآوری: آتیلا کاظمیان

صفحه آرا: علیرضا تنهایی

طراح جلد: آتیلا کاظمیان

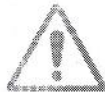
ناشر: پنج خط

نوبت چاپ: اول ۱۴۰۳

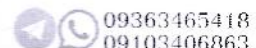
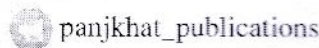
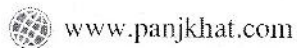
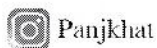
چاپ و صحافی: روز

تیراژ: ۵۰۰ جلد

شابک: ۹۷۹-۰۰-۸۰۲۶۴۷-۱۷-۶



کلیه حقوق مادی و معنوی این کتاب متعلق به انتشارات پنج خط است و هرگونه استفاده از کتاب و اجزای آن به صورت چاپی و الکترونیکی و ارائه در پایگاه های مجازی، نمایش، اقتباس، تلخیص، تبدیل، ترجمه، عکس برداری، نقاشی، تهیه فیلم و تکثیر به هر شکل و نوع، بدون کسب مجوز، ممنوع است و متخلفان تحت پیگرد قانونی قرار می گیرند.



تهران - خیابان دانشگاه - خ وحید نظری نرسیده
 به فخر رازی پلاک ۶۱ ط هم کف واحد A2

۰۲۱-۶۶۴۰۷۶۶۳

تلفن مرکز نشر و پخش: ۰۲۱-۶۶۹۶۲۶۹۶

۰۲۱-۶۶۴۶۱۵۲۸

۰۲۱-۶۶۴۶۰۷۳۹



قابل صوتی کتاب را از طریق سایت انتشارات پنج خط
 و یا کانال تلگرام به صورت رایگان دانلود فرمایید

@panjkhat_audio

فهرست مطالب

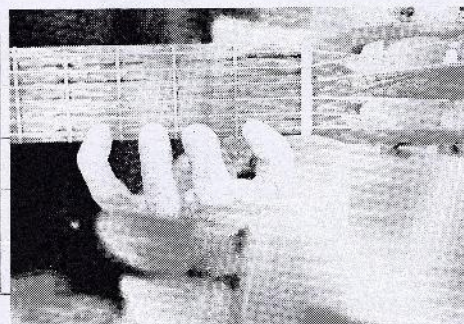
۴	مقدمه
۵	توضیحات درباره پیک و فینگر نوازی، فرم ناخن و تمرینات کششی
۹	فصل اول: مهارت و هماهنگی
۱۸	فصل دوم: قدرت و کنترل
۱۹	لگاتو چکشی (Hammer-ons)
۲۲	لگاتو کششی (pull-offs)
۲۵	ترکیب لگاتوی چکشی و کششی
۲۷	فصل سوم: استقامت و تحمل
۳۱	سازندگان جمله‌های کوتاه در نوازندگی
۳۳	سریع و انفجاری
۳۵	فصل چهارم: توالی گام
۴۳	فصل پنجم: آرپژ و آکورد
۴۴	آرپژ
۵۰	آکورد
۵۳	فصل ششم: نوازنده ماهر
۵۵	فصل هفتم: ساختن تمرین کامل
۵۶	نمونه تمرین ۱۰ دقیقه‌ای
۵۷	نمونه تمرین ۱۵ دقیقه‌ای
۵۸	نمونه تمرین ۳۰ دقیقه‌ای
۵۹	نمونه تمرین ۶۰ دقیقه‌ای
۶۰	نتیجه گیری
۶۱	ضمیمه: گام‌های رایج و شکل‌های آرپژ
۶۷	شکل‌های رایج تریاد (سه گانه یا ۳ صدایی) و آرپژ

یک انگشت در هر فرت

هنگام یادگیری این مثال‌ها به قانون یک انگشت در هر فرت توجه کنید، مگر اینکه انگشت گذاری خاصی در نظر باشد. ایده پشت این قانون این است که شما یک انگشت را به هر فرتی که می‌نوازید اختصاص دهید. به عنوان مثال، اگر نت‌هایی را بین فرت‌های اول تا چهارم می‌نوازید از انگشت اول برای نت‌های فرت اول از انگشت دوم برای همه نت‌های فرت دوم و به همین ترتیب برای انگشتان دیگر استفاده می‌کنیم. این را می‌توانید در نمودار یا شکل زیر مشاهده کنید.

انگشت در هر فرت

1	2	3	4	
1	2	3	4	
1	2	3	4	
1	2	3	4	
1	2	3	4	
1	2	3	4	
1	2	3	4	



استفاده از مترونوم

هنگامی که در حال توسعه تکنیک خود با استفاده از این تمرینات ورزشی برای انگشت‌هایتان هستید، سعی کنید همیشه از مترونوم استفاده کنید. هر بخش تمرین را بسیار آهسته با مترونوم تنظیم شده در ۵۰ bpm (۵۰ ضربه در هر دقیقه) شروع کنید و مطمئن شوید که هر نت تمیز و قابل شنیدن است. توجه داشته باشید دست راست (چه در بیک نوازی و یا فینگر نوازی) با دست چپ هماهنگ باشد.

هنگامی که توانستید یک مثال را به طور کامل سه بار پشت سر هم با مترونوم ۵۰ اجرا کنید، سعی کنید مترونوم را ۳ تا ۳ تا افزایش دهید. به عنوان مثال از مترونوم ۵۰ به ۵۳ افزایش دهید. سرعت مترونوم را ۳ تا ۳ بالا ببرید. ادامه دهید تا سرعت ۸۰. این شکل از تمرین ساختاریافته به این معنی است که شما فقط زمانی سرعت خود را افزایش می‌دهید که تمرین و اتود مورد نظر را به درستی اجرا کرده اید.



من هرگز بدون مترونوم تمرین نمی‌کنم.

اولین مثال، یک تمرین گرم کردن محبوب است. با مترونوم ۵۰ شروع کنید و مطمئن شوید که هر ضربه به موقع است. در اجرای تمرینات این کتاب حتماً نوبت با پیک و انگشتان i, m رعایت شود.

مثال 1a

مثال 1b برعکس مثال 1a است. شروع از روی انگشت چهارم می تواند کمی دشوارتر از شروع با انگشت اول باشد. اما با تمرین منظم، تمامی انگشتان شما پیشرفت داده خواهند شد.

مثال 1b

مثال 1c معمولاً اولین الگو و تمرین برای گرم کردن من هنگام به دست گرفتن گیتار است. در مثال 1a از الگوی بالا رونده و در مثال 1b از الگوی پایین رونده استفاده شده است. اما اگر فقط زمان تمرین یکی از این الگوها را دارید تمرین 1c را به شدت توصیه می کنم. قسمت برگشت یا پایین رونده از یک فرت بالاتر اجرا شده است.

مثال 1c

من پس از تماشای اجرایی از استاد برجسته جو ستربانی که در حال گرم کردن انگشتان بود شروع به اختصاص زمان برای هماهنگی و مهارت خود کردم. مثال 1d الگویی است که او اغلب هنگام آماده شدن برای یک اجرای زنده از آن استفاده می کند.

مثال 1d - گرم کردن به سبک ستربانی (۱)

The musical notation for Example 1d consists of a treble clef staff with a key signature of one sharp (F#) and a 2/4 time signature. The melody is written in eighth and sixteenth notes. Below the staff are two systems of guitar tablature for strings T, A, and B. The first system covers measures 1-4, and the second system covers measures 5-8.

مثال 1e معکوس الگوی مثال 1d است. یک بار دیگر به آرامی با مترونوم شروع کنید و فقط زمانی سرعت مترونوم را افزایش دهید که بتوانید الگو را سه بار پشت سر هم به درستی اجرا کنید.

مثال 1e - گرم کردن به سبک ستربانی (۲)

The musical notation for Example 1e consists of a treble clef staff with a key signature of one sharp (F#) and a 2/4 time signature. The melody is similar to Example 1d but in reverse. Below the staff are two systems of guitar tablature for strings T, A, and B. The first system covers measures 1-4, and the second system covers measures 5-8.

در مثال 1f الگوی مثال 1d را با الگوی 1e ترکیب کنید. این یک عامل ایجاد مهارت و هماهنگی مفید است.

مثال 1f - ترکیب سبک ستیریانی (۱)

Musical notation for Example 1f, showing a treble clef staff with a key signature of one sharp (F#) and a common time signature. The melody is composed of eighth and sixteenth notes. Below the staff is a guitar tablature with six lines labeled T, A, B, A, B, T from top to bottom. The tablature includes fingerings (1-4) and a repeat sign at the end.

معکوس کردن مثال 1f به ما یک تمرین گرم کردن و مهارت بخشیدن چالش‌انگیز به سبک ستیریانی می‌دهد.

مثال 1g - ترکیب سبک ستیریانی (۲)

Musical notation for Example 1g, showing a treble clef staff with a key signature of one sharp (F#) and a common time signature. The melody is composed of eighth and sixteenth notes. Below the staff is a guitar tablature with six lines labeled T, A, B, A, B, T from top to bottom. The tablature includes fingerings (1-4) and a repeat sign at the end.

مثال 1h از انگشت اول به عنوان نت پایه و تکیه استفاده می‌کند. هدف این است که هر نت را تا حد امکان یکنواخت و تمیز نگه دارید. برای یک چالش سخت‌تر از لگاتو چکشی (hammer_ Ons) و لگاتو کششی (pull_ Offs) استفاده کنید.

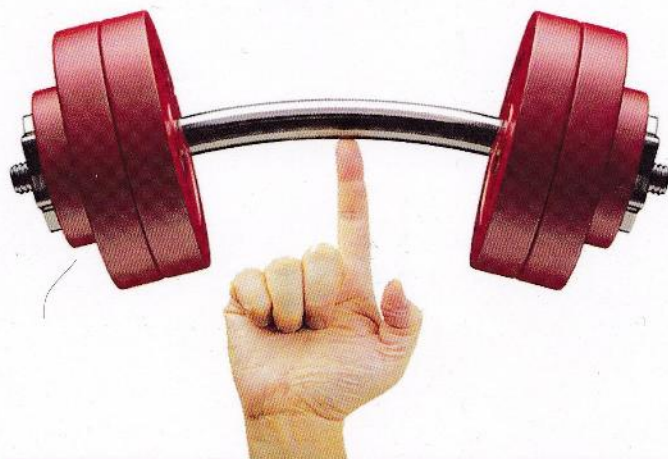
مثال 1h - نت پدال یا پایه

Musical notation for Example 1h, showing two systems of musical notation. Each system has a treble clef staff with a key signature of one sharp (F#) and a common time signature. The first system shows a melody with eighth notes and a guitar tablature with fingerings (1-2, 1-3, 1-4, 1-2, 1-3, 1-4). The second system shows a more complex melody with eighth and sixteenth notes and a guitar tablature with fingerings (1-3, 1-4, 1-2, 1-3, 1-4, 1-2, 1-3, 1-4, 1-2, 1-3, 1-4).



GUITAR FINGERGYM

Build Stamina, Coordination and Dexterity on the Guitar



Simon Pratt

Ateela Kazemiyan



انتشارات پنج خط

WWW.PanjKhat.COM

