

非洲鼓备课包

一节课从选曲到发给学生 · 10 个能直接用的伴奏型 + 一套 45 分钟教案模板 | 手鼓宝 · shougubao.com

这个包怎么用 (3 步) :

1. 先在下面挑一个伴奏型 (按你的班的基础选) , 对着网格图打熟;
2. 用「45 分钟教案模板」把这一节课排出来, 课上就按它走;
3. 下课把谱做成「学员练习链接」发群里 —— 学生回家点开就能练, 不用装软件。

怎么看下面的网格: 一小节按拍分组, 每拍两格 (八分音符) 。 **B** = 低音 (手掌打鼓心) | **T** = 中音 (手指打鼓边) | **S** = 高音 (手指甩打鼓边) | **•** = 空 (不打) 。

一、10 个通用伴奏型

说明: 下面都是**通用伴奏型**, 不是某一首传统曼丁曲目的标准谱。传统曲目 (Kuku、Djole、Soli 等) 各流派记法不同, 请以你的老师或教材为准。这里给的是"上手就能用、能套大部分流行歌"的底子。

1 • 万用 4/4 (最常用, 先教这个)

B • T • S • T • | B • T • S • T •

速度 80–100。四个正拍落在 B、S、B、S 上, 中间的 T 是填充。**几乎能套所有 4/4 流行歌**, 学生第一节课就学这个。

2 • 民谣打法 (右手低音、左手高音)

B • T • S • S • | B • T • S • S •

速度 70–90。第二拍后半拍连两个 S, 听起来更"有劲"。适合节奏偏欢快的民谣 (《小宝贝》《一瞬间》这类) 。

3 • 轻音打法 (音量控制练习)

T • T • S • T • | T • T • S • T •

速度 90–110。整段不用 B, 全靠 T 和 S 的力度差。**这个型的教学价值不在节奏, 在"手轻重"**——让学生体会同一位置用力大小不同。

4 • 半拍推进 (八分连续)

B B T S | B B T S

速度 100–120。每拍两下都打, 密度大。**先让学生慢速打准, 再加速度**, 快起来容易糊。

5 • 切分重音 (有"顿一下"的感觉)

B • • T S • T • | B • • T S • T •

速度 85–105。第一拍后半的空格是关键, 别抢。**教这个型时一定要开着节拍器**, 否则学生集体往前赶。

6 • 6/8 民谣 (三拍感)

B · T · S · | B · T · S ·

速度按附点四分 60–80。一小节两个大拍，每大拍三小格。《成都》这类 6/8 歌全靠这个型。

7 • 12/8 曼丁基本型

B · T T · S | B · T T · S

速度 100–120 (按附点四分)。这是曼丁节奏最基础的一层伴奏，**传统曲目里大量用**。先慢打稳，别急着上速度。

8 • 过门 A (从前半拍起)

B T S T S T B B

速度同主型。用在段落之间 (进副歌、换节奏型之前)。**最后一拍的 B B 是"刹车"**，把大家拉回正拍。

9 • 过门 B (从后半拍起)

· B T S T S B ·

比过门 A 更"抢"，起手在半拍后。**教的时候先让学生数"空 打 打 打"**，数出来就对了。

10 • 3/4 三拍子

B T S | B T S

速度 90–110。一小节三拍，一拍一下。《雪绒花》这种**三拍子歌用它**，也适合做"变换拍号"的入门练习。

二、45 分钟教案模板

按这个填，一节课不用现想。方括号里换成你自己的内容。

时间	环节	具体做什么
0-5 分	热身	不打鼓，先拍腿 / 拍手，把 [B T S] 三个音的位置和手感过一遍。学生手冷的时候直接上鼓，音是散的。
5-12 分	复习	上节课的型，慢速过两遍 → 原速过两遍。 检查上节课发的链接有没有人练 （谁没练，这节课多盯一眼）。
12-22 分	新内容	今天教 [第 N 个伴奏型]。先"听"（你打三遍，他们只听）→ 再"跟"（慢速一起打）→ 再"自己打"（你去听每个人）。这一段别赶。
22-32 分	套歌	把新伴奏型套进 [歌名]。先只打伴奏不加花，稳了再加过门。
32-40 分	合奏 / 轮	分两组：一组打伴奏，一组打 [Dunun / 打拍子]。8 小节一换。 这段是学生最有成就感的时候。
40-45 分	收尾 + 布置	把今天的谱做成学员练习链接发群里（见第三节）。 说清回家练什么：练哪一段、练到多快—— "回去练一下"等于没布置。

三个班的教案怎么不一样

- **零基础第一课：**只教第 1 个型。45 分钟里 30 分钟在纠"手型"和"音色"，不追速度。布置：练到 60 BPM 打满 16 小节。
- **有基础的班：**主型 + 过门 A，套一首歌。布置：主型 80 BPM，过门接上去不断。
- **进阶 / 演出班：**12/8 曼丁基本型 + 过门 B，练"换手不塌"。布置：录音自己听，听哪里赶了。

三、下课那 2 分钟：把谱发到群里

1. 软件里把今天的谱改好（敲 **B / T / S** 就行，不用找符号）；
2. 点顶栏最右边的绿色「学员链接」→ 生成；
3. 点「复制链接」，粘贴到班级群；或者点「复制二维码」，到群里直接发图；
4. 配一句话：“这段节奏的谱我做好了，点开就能看、能跟着播放，手机上练不用装软件。”

为什么这一步比多讲十分钟有用：学生回家不练，八成不是懒，是"练起来麻烦"。发视频他翻不到、发图片他看不清；发一条能播放、能变速的链接，**点一下就开始了。**

四、谱面上常被问的四件事

问题	怎么办
谱子打印出来超出一页	软件里先点「预览打印效果」，每页上方会标占比。 超过 100% 就把字号调小一档 ，或者在小节里加个分页符（写 P：）。

想让学生慢练	学员链接里自带节拍器和变速（50%–140%），学生自己就能调，不用你另做一版。
同一首给不同班上	存两份，文件名带班名。发给学生的链接是"快照"，改谱不会影响已发出去的链接——所以要重新生成一次。
一学期想装订成册	改好的谱都在「我的鼓谱库」里，用整册导出（标准版功能），自动带封面、目录、页码。

关于这个包：10 个伴奏型是通用打法，可以随使用、随便改、随便发给你的学生。

想要更多：手鼓宝内置 48 条节奏型（自建还能加 10 条），点一下就能覆盖到小节里，不用手敲。

手鼓宝 · 由武汉市江夏区乐贝音乐工作室（个体工商户）提供 | shougubao.com | 微信客服与邮箱见官网