

炫歌劲曲
全收录

天天 广场舞

朱浩军 ▲ 主编

+ 广场舞热歌 天籁草原金曲 合集

附 MP3 伴奏光盘
支持便携式播放设备拷贝



北京体育大学出版社



广场舞热歌 **合集**
+ **天籁草原金曲**

朱浩军 ▲ 主编

北京体育大学出版社

策划编辑：李 飞 董英双

责任编辑：刘万年 殷 亮

审稿编辑：董英双 李 飞

责任印制：陈 莎

图书在版编目(CIP)数据

火火广场舞：广场舞热歌+天籁草原金曲合集 / 朱浩军主编.

--北京：北京体育大学出版社，2013.12

ISBN 978-7-5644-1493-1

I. ①火… II. ①朱… III. ①流行歌曲 - 中国

- 现代 - 选集 IV. ①J642.1

中国版本图书馆CIP数据核字(2013)第302533号

火火广场舞

广场舞热歌+天籁草原金曲合集

朱浩军 / 主编.

本书作品著作权使用费由中国音乐著作权协会代理
北京市东单三条京纺大厦5层010-65232656

[本书参与排版设计整理者]

刘少兰/黄娟/王广吉/李玉莲/安方劲/聂小丽/焦慧明
边丽娜/罗枢/陈仕屹/王寒冰/邓建伟/潘琳/牟军
王宏/赵铭/崔金霞/王朝辉/甄浩然/赵君/杜孙红

出版：北京体育大学出版社

社址：北京市海淀区中关村北大街信息路48号

邮编：100084

网址：<http://web.bsu.edu.cn>

电话：010-62989572 62989438

印厂：北京昌联印刷有限公司

开本：880X1230mm 1/32

印张：13.5

版次：2014年01月第1版第1次印刷

定价：29.00元（随书附MP3伴奏光盘1张）

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；
联系电话010-62989572 新浪微博：TD音乐编辑。

（本书因装订质量不合格本社发行部负责调换）

关于广场舞

人民群众创造了广场舞，发展了广场舞，使这一民间艺术之花深深扎根于广大群众的社会生活之中。广场舞内容丰富多彩，从现有的表现形式来讲，学者将其分为三个类别：

原生态广场舞；加工整理的广场民间舞蹈；创作的新广场舞。

第一，原生态广场舞

这种在广场舞中占主体，数量最多。主要分布在乡村，包括汉族和少数民族。这种表演形式一般都在正月十五闹红火出现，群众自发表演为主体，这只是指汉族。少数民族会体现在生活的方方面面。但汉族广场舞形式广泛，种类众多，是我国广场舞的主体。

第二，加工整理的广场民间舞蹈

这种是在原生态舞蹈的基础上加以整理并有所创新的广场舞。这种广场舞历史不长，从延安新秧歌运动算起，有60多年的历史。但这种广场舞既保留了原生态最精华的东西又赋予了舞蹈新的时代感。能与当代文化同步成为使人民群众容易接受的艺术形式。

第三，创作的新广场舞

这种广场舞内容丰富，形式很多。当然在创作中决不能离开广场舞的特征。创作广场舞可以利用各种舞蹈种类。创作新广场舞好普及，可因人而创作，老少皆宜。

随着近年全民健身运动的兴起和文化下乡的倡导普及，广场舞作为大众最喜欢参与的健身活动之一受到了人们地热爱，发展得更加形式多样，丰富多彩，故又有以下细分：

■ 即兴广场舞

即兴舞是广场舞的一种。“即兴舞”是现代民间兴起的一种舞蹈，没有正规的策划和编排。带有随兴而舞，随机而舞的意识和思想内涵，是一种不受时间、空间、主题、意义等限制的自由舞蹈。即兴广场舞不要求动作统一，不需要练习成套动作，追求差异美。只要有音乐，人人可跳，随到随跳。适应人群极广，任何一个人，随时都可以到场和离场，是真正意义上的全民健身运动。

■ 踏歌广场舞

这种广场舞是最近几年兴起的一种中老年喜爱的流行广场舞。踏歌广场舞的全称是：紫蝶踏歌广场舞，又称紫蝶广场舞，踏歌广场舞。随着音乐高低音节奏而有序踏出舞步。是一套广泛流行于网络、民间的广场健身舞蹈。踏歌广场舞，简洁明快、舒缓柔美，特别适合中老年人群做健身、娱乐活动。踏歌广场舞一般有：快三、中三、慢三、快四、中四、慢四。主要节目有：《秋风无情》，《哥哥妹妹》，《凤凰姑娘》，《月光》，《我的渴望》，《为你等待》，《红雨伞》等等。

■ 广场健身舞

随着人们主体意识，参与意识的增加和广场文化活动的广泛开展，广场健身舞正越来越受到社会各界的关注和重视。成为城市文化生活中不可或缺的重要形式和内容。与此同时，广场健身舞又以崭新的姿态为21世纪人们的美好生活而发挥着其它艺术形式所无法替代的积极作用。

本书主要针对踏歌广场舞和广场健身舞中大众用到的歌曲音乐进行了搜集整理，尽可能做到新老曲多而全，快三、中三、慢三、快四、中四、慢四都能查用。欢迎读者拨打本书信息页上服务电话，给以意见或建议。

草原歌曲

富饶美丽的内蒙古大草原历来被世人誉为歌的海洋舞的故乡。尤其是以长调、古乐、民歌、赞谣、呼麦、潮尔、二人台、漫瀚调等丰富资源为特色，以诸多唱响大江南北、传遍五洲四海的经典歌曲为代表的音乐艺术，更是素享盛誉，蜚声中外。近年来建设民族文化大区的热潮，激扬了万马奔腾的时代节奏，激发了铁蹄雄风的民族气概，激活了草原文化纵横天下的强悍因子，也激励了草原儿女再创辉煌的壮志豪情。这些丰富多彩的优秀歌曲，全面反映了内蒙古乃至今日中国朝气蓬勃蒸蒸日上的盛世气象，也充分抒发了他们热爱祖国热爱家乡草原热爱新生活的美好情感。

草原歌曲基本上是以不带半音的五声音阶构成，其五阶中每个音皆可作为调式主音。以徵音和羽音作主音的调式更为常见。曲调起伏较大，音域也较宽，一首歌曲常常包含十四、五度，给人以辽阔、奔放的感觉，表现了草原人民豪放的性格特征。演唱方法为真假嗓分别使用，并且由于定调较高，更显得音调高亢、嘹亮、富有变化。演唱者常在演唱悠缓的长音时加入一些装饰音或装饰性的颤音，以造成活泼的情绪或委婉的风格，并往往以长音后的短小上滑音结束句，使曲调柔和圆润。

草原歌曲大多是空旷的，纯洁的嗓音，仿佛清新的风，涤荡您久历尘世的心灵，深受全国人民喜爱，本书收集整理了从德德玛、腾格尔至阿穆隆、乌兰托娅等等数十位我们喜爱的草原优秀歌手演唱的歌曲。



目录

A

阿玛拉·····	001
爱琴海·····	002
爱的思念·····	003
爱情错觉·····	005
爱情买卖·····	006
爱我西藏·····	008
敖包相会·····	010
爱情乞丐·····	011
阿瓦尔古丽·····	013
爱在大草原·····	014
阿尔斯楞的眼睛·····	015
敖包再相会·····	017
爱的世界只有你·····	020
爱上草原爱上你·····	022

C

草原恋·····	025
彩云之南·····	027
草原醉·····	029
草原凤凰·····	031
草原姑娘·····	033
草原恋曲·····	036
草原绿了·····	037
草原牧歌·····	039

草原情思	·040
草原舞曲	·041
草原之夜	·044
长歌一曲	·045
灿烂的行走	·046
草原母亲河	·047
草原情哥哥	·050
草原上的风	·052
草原是首歌	·055
草原小姐妹	·056
草原夜色美	·058
草原迎宾曲	·059
草原在哪里	·061
慈祥的母亲	·062
苍天般的阿拉善	·064
唱首情歌给草原	·065
成吉思汗的传说	·067
草原上升起不落的太阳	·069
草原上有一个美丽的传说	·070

D

大草原	·072
大高原	·074
点燃圣灯	·077
东纳姑娘	·079
等爱的玫瑰	·080
雕花的马鞍	·082

F

- 风吹草原·····084
放歌大草原·····085
父亲的草原母亲的河·····088

G

- 格玛·····090
高原蓝·····092
高原红·····094
格桑拉·····095
嘎达梅林·····097
格桑花开·····098
格桑美朵·····100
广场Style·····102
高原的回忆·····104
姑娘你真美·····105
姑娘我爱你·····108
姑娘走过的地方·····110
高原明珠香格里拉·····112
共产党来了苦变甜·····115

H

- 哈达·····116
鸿雁·····117
火苗·····119

哈达情·····	120
好妹妹·····	121
黑骏马·····	123
红雨伞·····	125
回家吧·····	127
荷塘月色·····	129
红尘情歌·····	131
怀念战友·····	133
火火的姑娘·····	134
花瓣下的种子·····	137
火红的萨日朗·····	138
呼伦贝尔大草原·····	140

J

吉祥·····	142
家乡·····	144
家园·····	145
金杯·····	147
吉祥三宝·····	148
今夜舞起来·····	149
金色的草原·····	151
借点情借点爱·····	153
金瓶似的小山·····	154
吉祥的藏北草原·····	155
敬你一碗青稞酒·····	157
骏马奔驰保边疆·····	159

K

快乐广场	161
开着车去草原	163
看透爱情看透你	166

L

龙图腾	168
绿旋风	170
郎的诱惑	172
老婆最大	175
莲的心事	178
蓝色的故乡	180
蓝色的牧歌	182
辽阔的草原	183
蓝蓝的马莲花	184
蓝色的蒙古高原	186
离太阳最近的地方	188

M

牧歌	191
马兰花	192
蒙古人	194
蒙古新娘	195
玛尼情歌	197
牧人之歌	199
梦中的额吉	200

妈妈的羊皮袄·····	201
美丽的布达拉·····	202
马背上的骑手·····	204
梦中的唐古拉·····	206
美丽姑娘卓玛拉·····	208
美不过我们的西藏·····	210
美丽的草原我的家·····	212

P

陪你一起看草原·····	213
漂亮的姑娘就要嫁人啦·····	215

Q

青海湖·····	216
全是爱·····	218
牵手草原·····	221
青青草原·····	222
青藏高原·····	225
青藏女孩·····	226
请到草原来·····	228
请喝一杯下马酒·····	230
青藏高原的金珠玛·····	231
全世界最伤心的人·····	233

R

乳香飘·····	234
日光城之恋·····	236

S

山里红	238
伤不起	240
思密达	243
桑吉卓玛	245
奢香夫人	246
圣洁天堂	248
思念母亲	250
神奇的九寨	252
思念的姑娘	254
傻傻的爱傻傻等待	256

T

天边	257
天路	259
天堂	261
天仙	262
天音	264
唐古拉	267
套马杆	269
唐古拉风	271
天籁传奇	273
唐古拉夜歌	276
天边的骆驼	278
天籁之爱	280
天边的格桑花	282

天越蓝我就越想你·····284

W

- 网络情缘·····286
- 为你等待·····287
- 为你祝福·····288
- 为你飞歌·····291
- 我的九寨·····293
- 我从草原来·····294
- 我从雪山来·····296
- 我的马头琴·····298
- 我要去西藏·····299
- 我在草原上·····301
- 无尽的思念·····303
- 为内蒙古喝彩·····304
- 我的根在草原·····306
- 我是珠穆朗玛·····308
- 乌兰巴托的夜·····309
- 我的家乡内蒙古·····312
- 我在草原等你来·····314
- 我和草原有个约定·····316
- 乌兰巴托的爸爸·····318

X

- 兄弟·····318
- 西藏人·····320
- 洗衣歌·····322

香格里拉	324
想起了你	326
向往神鹰	328
新套马杆	331
雪山彩云	333
雪域天堂	335
雪山阿佳	337
幸福花儿开	338
弦子的传说	340
小妹听我说	342
雪山上的卓玛	344
心花开在草原上	345
雪山有颗明亮的星	347

Y

呀拉索	349
原香草	351
依恋草原	352
游牧情歌	354
月亮之上	356
一路格桑花	358
永远的牧歌	360
又见山里红	362
远去的母亲	364
月光上行走	366
云中的月亮	368

雅鲁藏布情歌·····	370
有情有爱有花·····	372
一万个舍不得·····	373
一个妈妈的女儿·····	376
永远的香格里拉·····	377
遇上你是我的缘·····	379

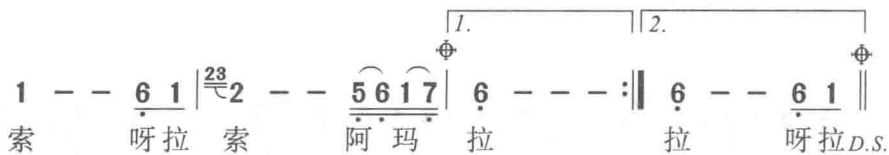
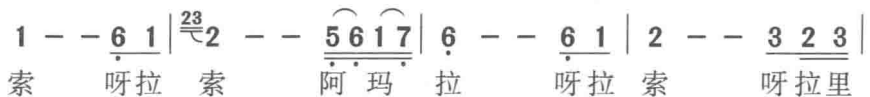
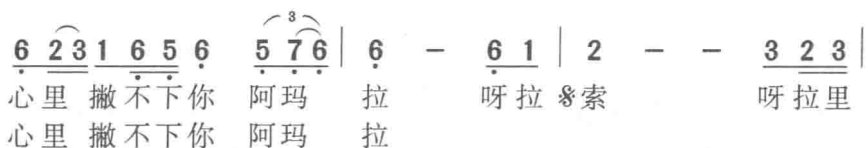
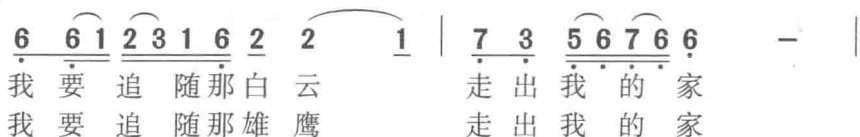
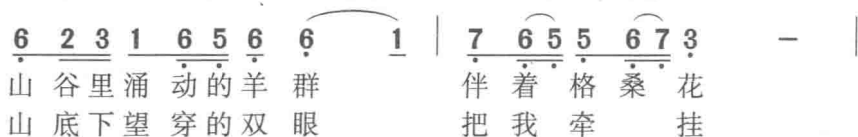
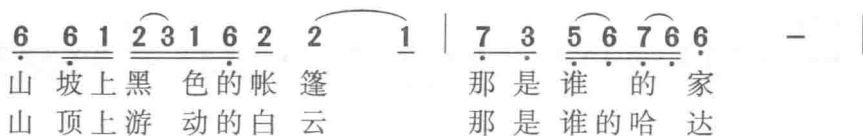
Z

赞歌·····	380
卓玛·····	382
祝酒歌·····	384
走天涯·····	387
扎西德勒·····	389
藏族姑娘·····	392
珠穆朗玛·····	393
自由飞翔·····	395
走进西藏·····	397
这片草原·····	399
最炫民族风·····	401
在那草地上·····	403
最美的情歌·····	405
在那东山顶上·····	407
在那遥远的地方·····	408
战士放歌走高原·····	408
坐上火车去拉萨·····	411

阿 玛 拉

王 蓓 词曲

1=bA $\frac{4}{4}$



渐慢

