

儿童歌舞

创编与实例

李嘉评 李美安 寒枫 编著

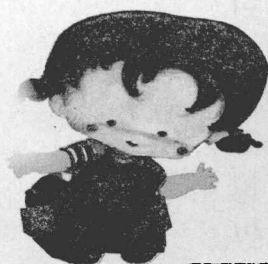


湖南文艺出版社

J642.6
22

儿童歌舞创编与实例

李嘉评 李美安 寒 枫 编著



江苏工业学院图书馆
藏书章

湖南文艺出版社

儿童歌舞创编与实例

李嘉评 李美安 寒枫 编著

责任编辑：王雨

*

湖南文艺出版社出版、发行

(长沙市河西银盆南路 67 号 邮编:410006)

湖南省新华书店经销 湖南省新华印刷二厂印刷

*

1999 年 3 月第 1 版 2000 年 5 月第 2 次印刷

开本:787×1092 1/16 印张:11

字数:245,000 印数:16,001—22,000

ISBN7—5404—1996—2

J.258 定价:16.50 元

若有质量问题,请直接与本社出版科联系调换

● 目 录 ●

一 儿童舞蹈的基本舞步及手位

(一) 儿童舞蹈的基本舞步

(二) 儿童舞蹈的基本手位及常用手位

二 律动与歌表演

(一) 幼儿歌舞律动的教育与创编

(二) 四岁——八岁儿童律动创编实例

1 小朋友爱祖国

2 金太阳银月亮

3 拍拍手抬抬脚

4 六一国际儿童节

5 外婆舅舅住新楼

6 唱支节日歌

7 吃汤圆

8 春天来了

9 找妈妈

10 小炮兵

11 迷路的小花鸭

12 点点头握握手

13 雁

14 慢慢走

15 浇花

16 蝴蝶

17 划船

18 欢迎春天来

19 点头招手

(三) 歌表演的创编

(四) 五岁——八岁儿童歌表演创编实例

20 国旗红红的哩

21 小朋友爱唱歌

22 都来感谢春姑娘

23 老师像妈妈

24 毛毛洗手

25 捉蝴蝶

26 小手绢

27 两只老虎

28 娃娃洗澡

29 我是勇敢的小娃娃

30 都做妈妈的好宝宝

31 友谊摔跤

32 小花猫和小黑猫

33 我们在梦里快长大

34 摇呀摇

35 小船尖尖

36 小猫睡觉

37 钓鱼

38 猴子种瓜

39 大木马

40 开汽车

41 风筝飘

42 火车跑

43 过大桥

44 快乐的小鸭子

45 拣豆豆

46 我是独生女

47 娃娃睡觉

三 儿童“即兴舞”

(一) 即兴歌表演创编设计指导

(二) 六岁——八岁儿童即兴歌表演创编实例

- | | |
|------------|--------------|
| 48 党的阳光照 | 57 幼儿园里什么多 |
| 49 祝贺你们新年好 | 58 哎啰啰 |
| 50 欢迎新年老人 | 59 幼儿园里朋友多 |
| 51 绿摇篮 | 60 捉虫虫 |
| 52 谢谢小娃娃 | 61 我的小小弟弟 |
| 53 公园里花儿开 | 62 大家过上了富日子儿 |
| 54 小金鱼 | 63 多愉快 |
| 55 小动物回家 | 64 燕子衔着花来了 |
| 56 小鸡 | |

四 集体舞与小歌舞

(一) 幼儿歌舞作品的创编

(二) 五岁——八岁儿童集体舞创编实例

- | | |
|-------------|----------|
| 65 小白手 | 69 春风吹 |
| 66 我给娃娃洗个脸 | 70 小猫找尾巴 |
| 67 洋娃娃和小熊跳舞 | 71 摘冬瓜 |
| 68 一对好朋友 | 72 太阳和月亮 |

(三) 六岁——八岁小歌舞

- | | |
|----------|--------|
| 73 应该这样走 | 75 拾豆豆 |
| 74 分苹果 | |

五 儿童音乐游戏

(一) 儿童音乐游戏的创编

(二) 四岁——六岁幼儿音乐游戏创编实例

- | | |
|-----------|-----------|
| 76 小鸟快回家 | 86 海豚钻火圈 |
| 77 娃娃睡觉 | 87 猫妈妈找小猫 |
| 78 蜗牛爬 | 88 狗熊掰棒子 |
| 79 小熊猫找妈妈 | 89 狮子滚绣球 |
| 80 囡囡在舞蹈 | 90 翻跟斗 |
| 81 小手 | 91 狗熊能打篮球 |
| 82 我会 | 92 打电话 |
| 83 两只蚂蚁 | 93 青蛙找窝 |
| 84 小猫玩耍 | 94 小兔看姥姥 |
| 85 火车钻山洞 | 95 握握手 |

- | | | | |
|----|---------|-----|-------|
| 96 | 幼儿园里真热闹 | 100 | 小熊照相 |
| 97 | 一双小手 | 101 | 那是什么 |
| 98 | 笑嘻嘻 | 102 | 小熊和小猴 |
| 99 | 怎样叫 | 103 | 蹦蹦跳跳 |

(三) 六岁——十岁儿童音乐游戏创编实例

(一) 跳跳跳的基本舞步

- | | | | |
|-----|----------|-----|---------|
| 104 | 跳跳跳 | 124 | 碰碰船 |
| 105 | 大青蛙 | 125 | 小冬冬坐飞机 |
| 106 | 蘑菇小兔大灰狼 | 126 | 晚风 |
| 107 | 滚环环 | 127 | 白云 |
| 108 | 打夯 | 128 | 排成一行向前飞 |
| 109 | 摸泥鳅 | 129 | 青蛙做操 |
| 110 | 小花狗 | 130 | 大金鱼 |
| 111 | 螃蟹走 | 131 | 打狐狸 |
| 112 | 打乒乓 | 132 | 刨白薯 |
| 113 | 找地雷 | 133 | 拔萝卜 |
| 114 | 华侨阿姨来拍照 | 134 | 两只白兔 |
| 115 | 请你快快告诉我 | 135 | 母鸡和小鸡 |
| 116 | 长颈鹿 | 136 | 花儿开 |
| 117 | 大门开二门开 | 137 | 兔子蹬 |
| 118 | 盖楼房 | 138 | 敲锣又打鼓 |
| 119 | 小蝌蚪找妈妈 | 139 | 做得好 |
| 120 | 跳圈圈 | 140 | 送给布娃娃 |
| 121 | 小朋友爱上幼儿园 | 141 | 大白鹅 |
| 122 | 跑来一个小姑娘 | 142 | 搭窝 |
| 123 | 快活的小企鹅 | 143 | 莲娃娃 |

附录

一 儿童舞蹈的基本舞步及手位

(一) 儿童舞蹈的基本舞步

儿童舞蹈基本舞步是根据儿童动作发展的一般规律及我国儿童舞蹈中常用的舞步归纳、整理、选编的。儿童舞蹈包括幼儿舞蹈、学童舞蹈、少年舞蹈，在掌握运用基本舞步时，要按照不同年龄阶段，选择适合其年龄特点的舞步。随着时代的发展，儿童舞蹈的基本舞步，也在不断发展和创新。要掌握儿童舞蹈创编规律，首先要学好、用好儿童舞蹈的基本舞步。

舞步在舞蹈中占有很重要的位置。创编者通过对基本舞步的运用、变化和发展，根据所要表达的儿童思想感情，进行多种多样的创新，也为进行儿童舞蹈的创编积累更多的素材。

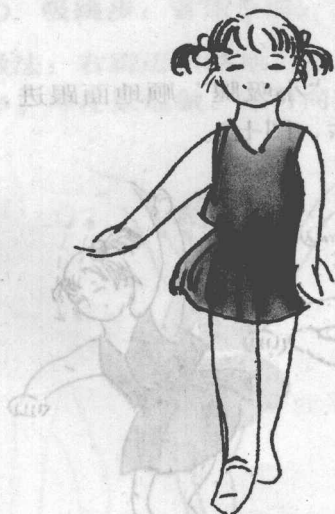
下面具体介绍 24 种舞步及其做法：

1. 走步：音乐 $\frac{2}{4}$ 拍或 $\frac{4}{4}$ 拍。

做法：每迈出一步都全脚掌落地，可前进、后退、横移，也可以原地“转体”一周。一般是左、右脚交替做(见图一)。

2. 踮脚走：音乐 $\frac{2}{4}$ 拍。

做法：右脚直膝绷脚向前迈步，用前脚掌着地，脚跟立起，重心移至右脚。然后左脚再向前迈步，两脚交替向前走(见图二)。



图一



图二



3. 拧身走：音乐 $\frac{3}{4}$ 拍。

做法：右脚向前迈步的同时，向右拧身，成左肩向前，右肩向后，头不动，接做对称动作，两脚交替进行。可做一步拧身走和三步拧身走(见图三)。

4. 小跑步：音乐 $\frac{2}{4}$ 拍或 $\frac{4}{4}$ 拍。

做法：两腿交替屈膝小跑。步子应小而轻快，身体平稳，速度均匀。也可根据需要逐渐加快速度，给人以紧张轻盈之感(见图四)。



图三



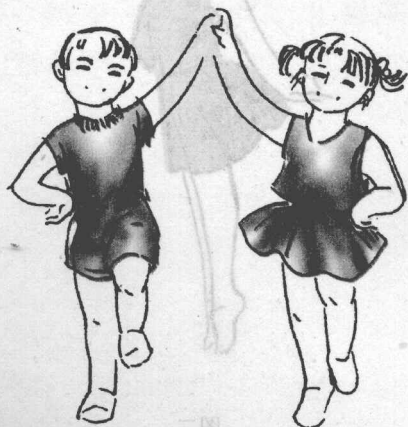
图四

5. 跑跳步：音乐 $\frac{2}{4}$ 拍或 $\frac{4}{4}$ 拍。

做法：“正步”准备，左脚向前轻跳，同时右腿屈膝自然提起，右脚向前落地，接做对称动作。左右脚交替连续做。可行进做，也可原地“转体”做(见图五)。

6. 跑马步：音乐 $\frac{2}{4}$ 拍或 $\frac{4}{4}$ 拍。

做法：双手勒马式，左腿跨跃迈出，同时右腿“小吸腿”顺地面跟进，连续以同样跃进式步伐迈出。两腿交替前迈跑动(见图六、图七)。



图五



图六



图七

7. 蹦跳步：音乐 $\frac{2}{4}$ 拍或 $\frac{4}{4}$ 拍。

做法：“正步”准备，双腿起跳，双脚落地，屈膝半蹲。可向前进、后退，横移或原地做，也可连续做以及“转体”做(见图八)。

8. 辗步：音乐 $\frac{2}{4}$ 拍。

做法：“正步”准备，双脚跟为轴，向右辗，双脚掌为轴，向右辗，连续反复做(见图九)。



图八



图九

9. 碎步：音乐 $\frac{2}{4}$ 拍或 $\frac{4}{4}$ 拍。

做法：“正步”准备，用半脚掌着地交替快速移动，可前进、后退、横移，也可“碎步”“转体”。做时膝关节要放松(见图十)。

10. 吸跳步：音乐 $\frac{2}{4}$ 拍。

做法：右脚迈出踏地，然后轻轻跳起，同时左腿吸起成“前吸腿”，接做对称动作。可在原地做，亦可向前行进做(见图十一)。



图十



图十一

11. 悄悄步：音乐 $\frac{2}{4}$ 拍。

做法：“正步”准备，“旁双按手”，左腿半蹲，同时右腿稍屈膝绷脚抬起，向左前伸直轻落地，接做对称动作。可连续做，也可向前、向旁行进做(见图十二)。

12. 追步：音乐 $\frac{2}{4}$ 拍。

做法：以右脚开始为例，节拍是 | 右. 左 右 |，走三步，可以前进、后退、横移。做时应有一点跳跃感。前追步(见图十三)，横追步(见图十四)。



图十二



图十三



图十四

13. 垫步：音乐 $\frac{2}{4}$ 拍或 $\frac{3}{4}$ 拍。

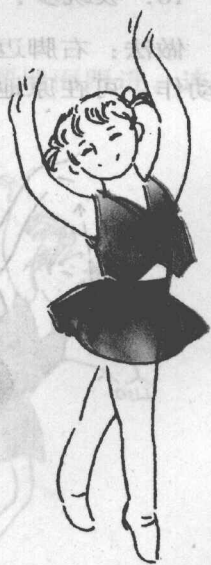
做法：以右脚开始为例，节拍是 | 右左右 | 左右左 | 三拍舞步，每拍一步，第二步的垫步是半脚掌着地。可向前、向旁和“转体”做，做时应有波浪起伏的感觉(见图十五)。

14. 滑步：音乐 $\frac{2}{4}$ 拍或 $\frac{4}{4}$ 拍。

做法：以右脚开始为例，左腿半蹲，右脚绷脚“擦地”向前滑出一大步，左脚跟上，右脚脚尖再“擦地”向前。

15. 秧歌十字步：音乐 $\frac{2}{4}$ 拍或 $\frac{4}{4}$ 拍。

做法：左 3 — 1 左，在原地扭四步踏成十字形。可

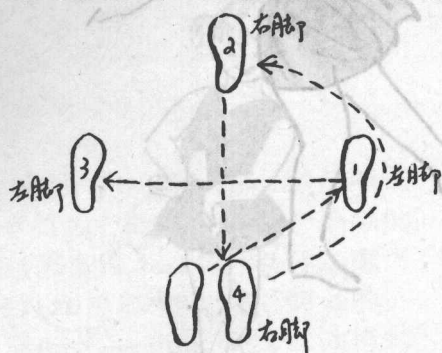


图十五

单人在原地独扭，亦可两人在原地相对扭(见图十六、图十七、图十八)。

16. 后踢步：音乐 $\frac{2}{4}$ 拍或 $\frac{4}{4}$ 拍。

做法：“正步”准备，绷脚，双腿交替匀速后踢小腿。可向前、向旁行进做，做时上身略前倾，小腿要有力(见图十九)。



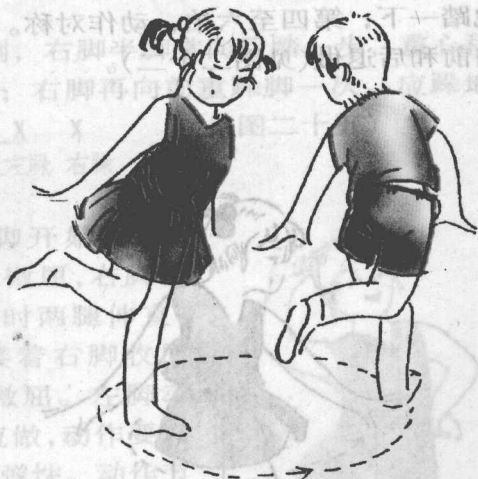
图十六



图十七



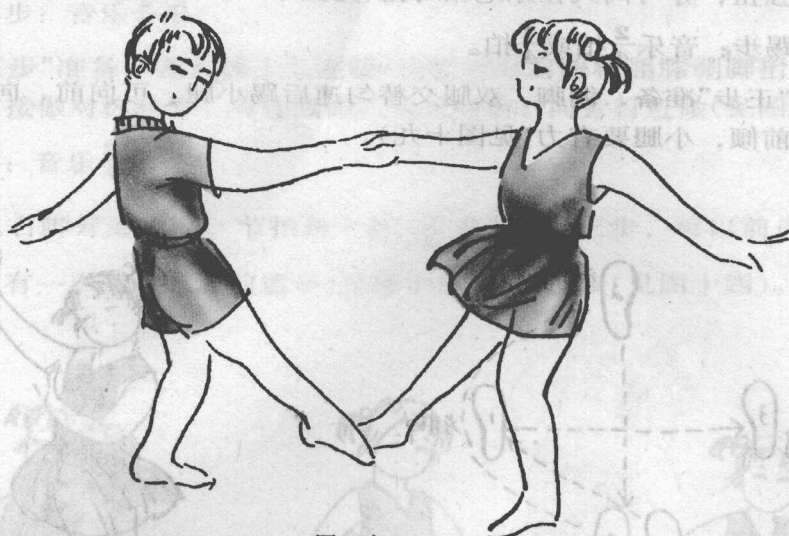
图十八



图十九

17. 前踢步：音乐 $\frac{2}{4}$ 拍或 $\frac{4}{4}$ 拍。

做法：“小八字步”准备，动作时两脚交替向前绷脚直腿踢起，身体稍后仰。可前进做，也可后退做(见图二十)。



图二十

18. 三步旋转步：音乐 $\frac{3}{4}$ 拍。

做法：以右脚开始为例，节拍是“右左右 | 左右左 | ”三拍舞步，每拍一步，每小节三步。向右或向左用三步原地转一周(见图二十一)。

19. 交替步：音乐 $\frac{3}{4}$ 拍。

做法：第一拍，右脚向右跨一步；第二拍，左脚踏于右脚后；第三拍，右脚原地踏一下；第四至六拍，动作对称。动作时，双膝要自然放松。可原地做，也可向前和后退做(见图二十二)。



图二十一



图二十二

20. 进退步：音乐 $\frac{2}{4}$ 拍或 $\frac{4}{4}$ 拍。

做法：第一拍，右脚上一步，左脚在后提起，重心在右脚；第二拍，左脚踏地，右脚提起，重心至左脚；第三拍，右脚退一步，左脚在前提起，重心在右脚；第四拍，左脚踏地，重心至左脚(见图二十三、图二十四)。



图二十三



图二十四

21. 退踏步：音乐 $\frac{2}{4}$ 拍。

做法：藏族踢踏舞步。以右脚开始为例，右脚半脚掌向后踏一步，重心移至右脚；左脚原地轻跺脚一次，重心至左脚；右脚再向前重跺脚一次。应跺地有声，膝部的颤动要均匀。踏地节奏是 | X X X | (见图二十五)。

右退左跺 右跺

22. 弹簧步：音乐 $\frac{2}{4}$ 拍。

做法：以右脚开始为例，“正步”准备，双膝微屈，右脚快速向前稍提起，同时两腿伸直，左脚跟贴起，紧接着右脚收回“正步”，并双膝微屈。左脚动作相同。两脚轮流做，动作要连贯，双膝颤动要有弹性。动作节奏是 | X X | X X |
弹右 弹左 弹右 弹左
(见图二十六)。



图二十五



图二十六

23. 点步：音乐 $\frac{3}{4}$ 拍。

做法：新疆维族舞步。“小八字步”准备，动作时，主力腿(以左腿为例)原地屈伸或向任意方向上步，同时动力腿

(移动的右腿)用脚尖按音乐节拍点地,一拍点一次或两拍点一次。按点地的方向可分为前点步、后点步、旁点步和侧点步四种。还可以两脚交替做点步(后点步见图二十七)。

24. 娃娃步: 音乐 $\frac{2}{4}$ 拍。

做法: 第一拍, 左腿屈膝向旁抬起, 小腿向上翘, 勾脚, 同时两手五指张开向左摆动, 头和上身向左倾, 右脚轻跳一下。第二拍, 做对称动作。动作时, 两臂有力地左右摆动, 并随手的动作左、右“倾头”(见图二十八)。



图二十七



图二十八



图二十九



图三十



图三十一

图三十二

(二) 儿童舞蹈的基本手位及常用手位

我国儿童舞蹈常用的手的位置,以传统的中国古典舞的八个手位为主。在舞蹈中也可相互组合演化成丰富多彩的舞姿。

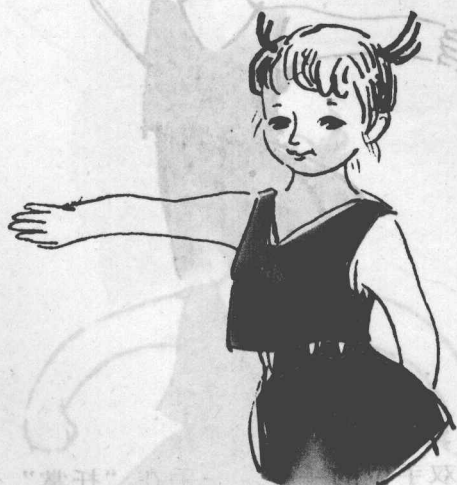
下面具体介绍八个手位及其做法:

1. 单山膀

一手叉腰,另一手向身旁抬起,高度与肩平。小臂、手腕微向里弯,整个手臂保持微微弧线(见图一)。

2. 双山膀

双手均在“山膀”位上称“双山膀”,双手与头合起来好似一个形象的“山”字(见图二)。为了表现儿童天真的性格,还可做一种双手朝上的,“上翘指双山膀”,更具有儿童性格特征。



图一 单山膀



图二

3. 顺风旗

双手位的一种。一手在“托掌”位,另一手在“单山膀”位,形成一个风吹旗扬的舞姿(见图三)。

4. 双托掌

双手位的一种。双臂都在“托掌”位上,手指相距约一拳,手臂保持微微弧形(见图四)。



图三



图四

5. 托按掌

双手位的一种。一手在“托掌”位，另一手在“按掌”位，即“托按掌”。有左“托按掌”，右“托按掌”之称，如左手在“托掌”位，称左“托按掌”（见图五）。

6. 山膀按掌

双手位的一种。一手在“山膀”位，另一手在“按掌”位，即“山膀按掌”。有左“山膀按掌”，右“山膀按掌”之称，如左手在“山膀”位，称左“山膀按掌”（见图六）。



图五



图六

7. 冲掌

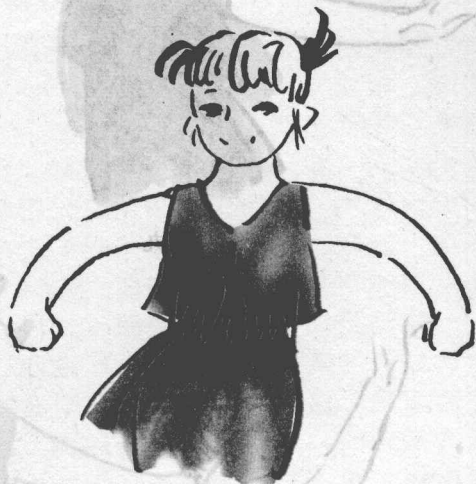
右手伸向右斜下方，左手同时提起到左腰间，上身稍往前冲(见图七)。儿童们运用这一手位时，要自然一点，舞蹈化一点，不要僵化。

8. 双提襟

双手半握拳提在胯旁，手臂保持弧形，好似手提衣襟(见图八)。此手位来自中国京剧艺术，儿童舞蹈较少使用。



图七



图八

以上八个手的位置，在舞蹈中结合手型与身体、头的方位，以及配合各种舞步，可灵活多变。在塑造不同的儿童形象时，可根据不同情绪的表达，做出不同的要求，进行相应的变化。

下面再介绍几个常用手位及其做法：

常用手位是由以上手位演变出来，在舞蹈中用得比较多的手位。

1. 斜托掌

双臂成斜托掌。另一种一臂在“山膀”位，掌心向上，另一臂成斜托掌(见图九)。

2. 提襟扬掌

一手在“提襟”位，另一手臂旁举斜上方，掌心向斜上方，肘微屈即“扬掌”(见图十)。

3. 手右斜上、左斜下

右手伸右斜上方，左手伸左斜下方，成〔\〕型，掌心向上(见图十一)。另一种“手左斜上、右斜下”，动作对称。还可做掌心向下的舞姿。

4. 高低手

双臂前抬，一臂向前举斜上方，另一臂平抬于胸前，双臂相距同肩宽，掌心