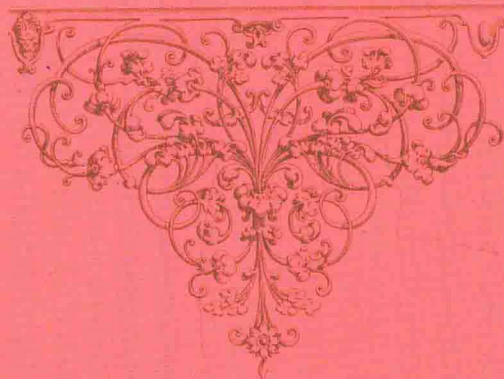
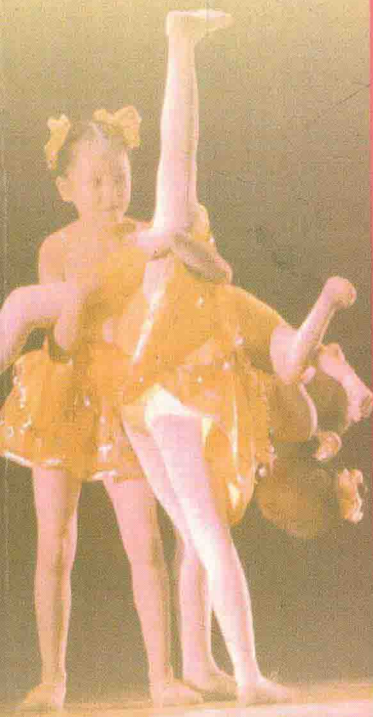


高等学校儿童艺术教育系列教材·舞蹈

幼儿舞蹈训练与幼儿舞蹈创编

YOUR WUDAO XUNLIAN YU YOUR WUDAO CHUANGBIAN

陈康荣 著



ZHEJIANG UNIVERSITY PRESS
浙江大学出版社

高等学校儿童艺术教育系列教材·舞蹈

幼儿舞蹈训练与幼儿舞蹈创编

YOUNG WU DAO XUN LIAN YU YOUNG WU DAO CHUAN BIAN

陈康荣 著



 ZHEJIANG UNIVERSITY PRESS
浙江大学出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

幼儿舞蹈训练与幼儿舞蹈创编 / 陈康荣著. —2 版.
—杭州: 浙江大学出版社, 2012. 3(2018. 1 重印)
ISBN 978-7-308-09722-2

I. ①幼… II. ①陈… III. ①儿童舞蹈—排练②儿童舞蹈—舞蹈编导—创作方法 IV. ①J722.3

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2012) 第 038036 号

幼儿舞蹈训练与幼儿舞蹈创编

陈康荣 著

丛书策划 黄宝忠
责任编辑 葛玉丹
封面设计 项梦怡
出版发行 浙江大学出版社
(杭州天目山路 148 号 邮政编码 310007)
(网址 <http://www.zjupress.com>)
排 版 杭州中大图文设计有限公司
印 刷 嘉兴华源印刷厂
开 本 787mm×1092mm 1/16
印 张 8
字 数 160 千
版 次 2012 年 3 月第 2 版 2018 年 1 月第 21 次印刷
书 号 ISBN 978-7-308-09722-2
定 价 26.00 元

版权所有 翻印必究 印装差错 负责调换

浙江大学出版社发行中心联系方式: 0571-88925591; <http://zjdxbs.tmall.com>

序

近年来,我曾给几套少儿舞蹈考级教材作过序,以为这仍然是常见的教材而已。当我仔细看来,发现它并非一般意义上的考级教材,它除了三级幼儿舞蹈课外,还有供舞蹈老师使用的“幼儿舞蹈创编基础知识”与“儿童舞步”。一种跳出窠臼的新颖顿时吸引了我。

的确,这本教材确有新颖独到之处。它目前的称谓是《幼儿舞蹈训练与幼儿舞蹈创编》,是幼儿的三级舞蹈训练课和有关幼儿舞蹈创编知识的汇集。它是一项大计划中的开篇作,其全套设计共十级,按此开篇做法,后七级想必还要配之以少年儿童舞蹈创编的有关内容。好!仅其想法就有新的创意。

自从北京舞蹈学院接受文化部委托创编第一套考级教材开始,我就了解个中的艰难与乐趣,我还曾与文化部教育科技司丁士中副司长亲自到香港、新加坡等地进行考察,并商谈在那里推广中国舞蹈考级事宜,那时候还没有预想到国内会有今天这般热闹景象。如今这项事业已经蓬勃发展于全中国和世界各地。由于考级本身还带有市场性,就不可避免地出现了竞争问题,目前多种版本舞蹈考级教材的出现就是这一性质的反映。文化部因势利导,大大推进了这一事业的发展。

舞蹈考级的发展,从小处讲是普及了舞蹈艺术,从大处讲它非常有利于中华民族身体素质的提高。看吧!今天普普通通的家长都知道让自己的子女有个像舞蹈家那样的身材和举止有多么重

要,不论他们将来从事何种行业,都需要有一个健康协调的肢体形象和精神面貌。舞蹈艺术对于孩子左右脑的全面开发和创造意识的培养更有其显著作用。从素质教育和多元智能理论来看,舞蹈教育确有音乐、美术和其他文化科学知识不可替代的功能。

我注意到,浙江省舞蹈家协会、浙江省教育厅艺术教育委员会组织的,由一大群舞蹈界专家和浙江文化音像出版社编辑参与策划、监制、制作的这套教材,最终编著工作都落实到陈康荣一人身上。他原是杭州歌舞团主要演员,曾出演过许多有影响的角色,还创作过大量舞蹈作品。调入浙江幼儿师范学校(现为浙江师范大学杭州幼儿师范学院)后,专门从事儿童舞蹈教育工作,又创作了大量少儿舞蹈,主编过全国学前教育专业系列教材《舞蹈基础》,撰写过《五年制幼儿师范大专系列教材——舞蹈》等。作为一位男教师,难得对少儿舞蹈有这般执著。从专业走向普及性教育,他也没有一般专业舞蹈者那种“大材小用”之感。一分耕耘一分收获,功夫不负有心人。看这本三级舞蹈教材,脉络清晰,体系完整;既符合幼儿年龄生理与心理特征,又上下贯通,由浅入深;既能练到“功”,又充满幼儿情趣。特别是每级后面都带出三四个带有节目性质的表演组合,将已学到的知识加以运用,这是其他教材想做而没有完全做到的独到之处。

幼儿师范舞蹈教师,特别是从专业团体下来的舞蹈教师,都有一个艰苦的转化过程,因为要培养从事幼儿舞蹈的舞蹈老师,照搬专业那一套,不仅不符合幼儿生理与心理需要,而且会压抑幼儿的天资与潜能,不利于孩子的全面发展。但对陈康荣来说这个转化自然而有成效,当“开胯与青蛙出水”、“翻腕与星星眨眼”、“手臂的柔韧与小鸟飞”联系在一起时,他已经把芭蕾舞、民族民间舞甚至古典舞糅进了训练、统一在幼儿的情趣之中。从这里透露一种艺术创造的智慧。

陈康荣将自己与别人的幼儿舞蹈创编中取得的一些经验,单列一篇,成为幼儿舞蹈教师难得的指导性教材。从一般编导常识到对幼儿舞蹈编导的特殊要求,从选材、构思,到具体编舞再到创编技法,尽管这仅仅是初步的,但已经非常难能可贵。我认为这一

做法一定会有益于幼儿舞蹈创作的发展,有益于幼儿舞蹈者创编水平的提高。

作为舞蹈界一名老舞蹈者,也作为中国关心下一代工作委员会教育促进会一名理事,我为浙江省这一成果感到由衷高兴。我衷心祝愿浙江省少儿舞蹈教育步上青云,成为全国的表率!

吕艺生*

2005年10月30日

* 作者为原北京舞蹈学院院长、教授。

前言

人类进入 21 世纪,随着物质文明的日益发达,人们对文化的需求也不断提高,就舞蹈艺术教育来讲,让我们十分鲜明地感受到从未像今天这样引起人们普遍的重视和关注。舞蹈作为一种动作艺术,集时间性、空间性、综合性为一体,又结合音乐的感受,审美的眼光,情感的表达,来表现人类丰富的感情世界。因此,舞蹈对于幼儿师范类学生来说,是在学习学前教育专业中不可缺少的一门课程,特别是在全国幼儿师范学校普遍升格为大专及本科层次的今天,舞蹈课程的定位、目标、内容、形式与特点、特征,也应引起我们深入的思考。几十年的教学实践说明,幼师舞蹈教育,是既同又不同于舞蹈专业院校及高等舞蹈教育的一种相对独立的训练体系,它自成一体的教学体系与目标,不是培养舞蹈演员与舞蹈编导,而是培养训练有素且具有专业知识的幼儿园教师,所以学习舞蹈主要是为了提高她们的素质,培养她们的创造性思维 and 创新能力,并能根据幼儿的生理和心理特点,进行幼儿舞蹈创编,把理论与实践紧密结合起来。在与不同形式、不同性质、不同类型和不同层次的学前教育之间建立起一种有机的联系,逐渐形成将普遍的艺术教育与艺术训练、审美教育与整体文化素质结合起来的一种幼师舞蹈教学理念。真正使非职业舞蹈教育以开发人的心理、情感、意志、道德和人类的整体和谐发展为前提,重视舞蹈人文思想的渗透和素质教育思想的熏陶。通过循序渐进的舞蹈学习,掌握一定的舞蹈素材和正确规范的教学方法,提高舞蹈的鉴赏能力,认

识和理解舞蹈的运动特性,科学、安全地指导幼儿的舞蹈活动。而不是强调舞蹈技术技巧与专业舞蹈教育进行比较,或者说照搬硬套专业舞蹈院校的训练体系与方式方法来指导我们的学习。

本书分上、中、下三个篇章,即“幼儿舞蹈训练”(上篇)、“幼儿舞蹈创编基础理论”(中篇)、“幼儿舞步组合”(下篇)。它既适用于学前教育专业,也可作为学前教育专科和本科继续教育使用的教材。目的是提高幼师学生的舞蹈素质,帮助学生较好地掌握幼儿舞蹈训练和幼儿舞蹈创编的方法与观念,达到理论与实践的一致性、动机与效果的统一性,为幼师舞蹈教学作一定的参考。在教学过程中,教师们还可以创造性地丰富和发展它的内容,使教材更加完善,更好地发挥它的作用。

作 者

2005 年 12 月

C 目 录

CONTENTS

上篇 幼儿舞蹈训练

第一章 幼儿舞蹈基础训练	3
第一节 一级教学教程(4—5 周岁)	3
一、走步和行礼	3
二、勾绷脚	4
三、吸伸腿	5
四、蛙式开胯	7
五、压前腿	7
六、头肩动作	8
七、脚位	9
八、手位	10
九、绕腕	14
十、节奏练习	15
十一、蹦跳步	17
十二、小鸟飞	18
十三、小星星	20
十四、好妈妈	22
十五、结束动作	23
第二节 二级教学教程(5—6 周岁)	24

一、吸跳步和行礼	24
二、勾绷脚	25
三、吸伸腿	27
四、蛙式开胯	28
五、腰的动作	29
六、压旁腿	31
七、半蹲	32
八、轮指	34
九、手臂	36
十、节奏练习	37
十一、青蛙跳	39
十二、娃娃步	41
十三、后踢步	43
十四、小聪明	45
十五、结束动作	47
第三节 三级教学教程(6—7 周岁)	48
一、碎步走和行礼	48
二、勾绷脚	48
三、吸伸腿和压胯	50
四、腰的动作	51
五、压后腿	52
六、蹲和跳	53
七、朋友舞	53
八、波浪舞	54
九、娃娃舞	56
十、跑跳步	57
十一、踏点步	58
十二、进退吸跳步	59
十三、即兴和想象	60
十四、小红花	61
十五、结束动作	62

中篇 幼儿舞蹈创编基础理论

第二章 幼儿舞蹈创编基础知识	65
第一节 舞蹈编导与幼儿舞蹈编导的定义	65
第二节 幼儿舞蹈编导的专业要求	65
一、需要熟悉和研究幼儿的心理特征	66
二、需要广博的知识和舞蹈专业修养	68
三、需要丰富的生活知识和舞蹈素材	68
四、需要丰富的想象力和创作热情	70
五、需要提高音乐修养和鉴赏能力	71
第三节 舞蹈创作和演出的四个阶段	72
第三章 幼儿舞蹈创编的技术过程	75
第一节 构思	75
一、构思的基本概念	75
二、构思过程的三个步骤	76
第二节 题材	77
一、题材的基本概念	77
二、选择题材、发现题材的方法	78
三、幼儿舞蹈题材的种类	79
第三节 结构	79
一、结构的基本概念	79
二、常见的结构形式及其内涵	81
三、设计结构的基本原则	82
第四节 编舞	82
一、从生活中找形象	83
二、从生活中提炼和组织动作	84
三、舞蹈时序处理	85
四、编舞常用手法	85
第五节 构图	86
一、舞台线条和舞台画面的情感性	87

二、舞蹈编导的画面处理技巧	88
---------------------	----

第四章 幼儿舞蹈创编技法	89
--------------------	----

一、步伐变化练习	89
----------------	----

二、动作变化练习	90
----------------	----

三、节奏变化练习	90
----------------	----

四、造型变化练习	91
----------------	----

五、音乐即兴练习	91
----------------	----

六、音乐结构练习	92
----------------	----

七、舞句的接力练习	93
-----------------	----

八、舞蹈小品练习	93
----------------	----

下篇 幼儿舞步组合

第五章 幼儿舞步组合选	97
-------------------	----

组合一《跑跳步》	97
----------------	----

组合二《后踢步》	100
----------------	-----

组合三《走步》	101
---------------	-----

组合四《十字步和错步》	103
-------------------	-----

组合五《小鸟飞》	105
----------------	-----

组合六《蹦跳步》	108
----------------	-----

组合七《小跑步》	110
----------------	-----

组合八《踵趾步》	112
----------------	-----

幼儿舞蹈训练

上篇



第一章 幼儿舞蹈基础训练

第一节 一级教学教程(4—5 周岁)

创编依据:本教程是根据幼儿年龄和心理特点,以人体自身各部位动作能力为基础,通过舞蹈动作的训练,培养幼儿掌握人体动作规律,提高身体各部位的协调性,使之由无意识逐渐向有意识、艺术化的动作过渡。

教学目的:通过较为单纯、简洁、短小的动作组合,小舞蹈,使幼儿逐渐认识肢体、认识身体大关节部位。舞蹈时养成良好的坐姿、站姿与体态,达到身体的直立并能敏感地意识与学会动作之间的连接与变化。在认识自我、参与学习的热情中使愉快积极的情绪转变成喜欢舞蹈、接受舞蹈的动力。

教学要求:明确目标,熟悉教材,注意幼儿从单一动作到手、脚协调的规范性。通过“开”、“绷”、“直”、“压胯”以及儿童化的“头”、“肩”、“手位”、“脚位”、“踏步”、“蹦跳步”的练习,促进幼儿模仿力、节奏感、协调性的发展,基本达到音乐与动作的吻合。

教学安排:以 30—35 课时学完教学内容。学习进度由教师自行安排。

一、走步和行礼

准备:面向舞台 3 点。

前奏 1×8

两竖排正步位站姿。

踏步 4×8

左脚开步,向前踏步走。双手握拳,双臂自然前后摆动,16 拍(见图 1)。向左转身,面向舞台 1 点,踏步向前走,8 拍。后排踏步从前排左边插空向前走,与前排形成 2 人一组,面对面,8 拍。

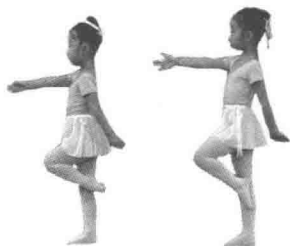


图 1



拍手击掌

2×8

“拍手”、“半蹲”、“击掌”同步进行,两人左右手击掌时,另一手于体侧 90 度立掌(见图 2)。4 拍 1 次,4 次。



图 2

双臂摆动

1×8

一人双臂经下弧线向右、左摆动,左手摆至胸前,右手摆至与肩平,右脚向旁一步,经过屈伸(配合手的摆动)移动重心,2 拍。另一人双臂经下弧线向左、右摆动,右手摆至胸前,左手摆至与肩平,左脚向旁一步,经过屈伸,(配合手的摆动)移动重心(见图 3、图 4),2 拍。

动作相同,依次反复。



图 3



图 4

踏步

1×8

两人分别右、左转身,面向舞台 1 点,原地踏步。

行礼

1×8

双手从胸前打开,直膝 90 度鞠躬,双手下合,脚正步位。

二、勾绷脚

准备:面向舞台 1 点。

前奏

1×8

正步位坐姿(见图 5)。

双脚勾绷

4×8

勾 8 拍。

绷 8 拍。

勾 8 拍。

绷 8 拍。



图 5



双山手勾绷 4×8



图6

手旁起与肩平,勾脚(见图6),8拍。

手旁落,中指点地,绷脚,8拍。

手旁起与肩平,勾脚,8拍。

手旁落,中指点地,绷脚,8拍。

双脚勾 1×8

1拍勾,7拍保持。

双脚绷 1×8

1拍绷,7拍保持。

双山手勾绷 4×8

手旁起与肩平,勾脚,8拍。

手旁落,中指点地,绷脚,8拍。

手旁起与肩平,勾脚,8拍。

手旁落,中指点地,绷脚,8拍。

双脚勾 1×4

3拍保持不动,最后1拍勾脚。

三、吸伸腿

准备:面向舞台1点。

前奏 1×8

正步位坐姿。

双腿吸伸 4×8

低头含胸,合抱双吸腿,脚尖点地,脚跟离地(见图7),8拍。

抬头展臂,双脚绷直,8拍。

低头含胸,合抱双吸腿,脚尖点地,脚跟离地,8拍。

抬头展臂,双脚绷直,8拍。



图7

单腿吸伸 4×8

右吸腿25度(见图8),4拍。

右腿伸直,4拍。



图8