

幼儿舞蹈教程

● 幼儿园大、中、小班
舞蹈辅导教材

许良华 编著



福建美术出版社

YOUNG WU DAO YOUNG WU DAO

幼儿舞蹈教程

许良华 编著

福建美术出版社

(闽)新登字 07 号

幼儿舞蹈教程

许良华

*

福建美术出版社出版

福建省新华书店经销

福州屏山印刷厂印刷

开本 787mm×1092mm 1/32 6.25 印张

1994 年 12 月第 1 版 第 1 次印刷

印数:1—5000

~~ISBN~~ 7—5398—0256—9

J·245 定价:6.80 元

前 言

本书为幼教工作者和幼儿提供幼儿舞蹈教学与练习，作为一种普及性启蒙教育，幼儿舞蹈与文体活动融为一体。诱导幼儿对世界各种事物的认识、拓宽视野、丰富想象并自小陶冶美的情操。通过模仿动、植物各种美的形态、模仿生活，这是十分符合幼儿心理特征为一种教育。同时，也是一种良好的体育锻炼方式，它寓教育于欢快的娱乐之中，富有浓厚的儿童情趣和特点。

本书原名《幼儿舞蹈》出版后，在各地各类幼儿师资培训活动中，取得良好的教学效果，深受广大幼教工作者的欢迎。《幼儿舞蹈教程》在原书基础上，新创编了第二部分，增至一百二十组舞蹈练习。在趣味性、表演性、民族性等方面更为丰富多样，是幼教工作者辅导幼儿舞蹈难得的教材。

作者简介

许良华女士，一九六一年毕业于福建艺术学校舞蹈专业，曾受训于中央舞蹈训练班，长期担任中国民族民间舞蹈教学，为各类成人和幼儿舞蹈培训班授课，为多项艺术活动排练舞蹈，培养了一批舞蹈艺术人才，同时为各类学校，尤其是为幼儿和幼师授课，在长期教学实践中积累了丰富的教学经验。本书为幼儿园舞蹈辅导教材，以歌舞的表演形式作为练习，培养、锻炼幼儿的审美、想象、观察和摹仿能力，并大胆吸取外来舞蹈，使之与民族、民间舞蹈相结合，并捕捉生活中的生动形象，开拓幼儿视野、增强趣味、充满新意。

作者现为中国舞蹈家协会会员、福建省儿童舞蹈学会理事，福建省舞蹈教学学会秘书长。

目 录

一、幼儿舞蹈的方位、符号和名称	(1)
1. 基本方位	(1)
2. 图例介绍	(1)
3. 常用的手位、脚位	(2)
二、幼儿舞蹈	(5)
小 班	
春光多美好	(5)
手腕练习	(7)
玩具进行曲	(9)
绣花	(11)
拉大锯	(13)
小蜻蜓	(15)
圆圈舞	(18)
快乐的节日	(21)
拍手唱歌笑呵呵	(23)
猫走	(26)
粉刷匠	(28)
种萝卜	(30)
进行曲	(32)

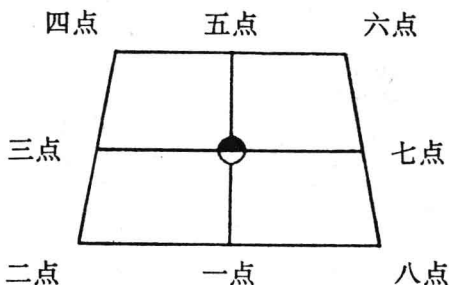
大雁飞	(34)
开拖拉机	(36)
中 班	
洗手帕	(38)
摘苹果	(40)
小狗跳	(42)
爱劳动	(44)
模仿动作	(46)
熊猫舞	(48)
舞曲	(50)
小燕子	(53)
扑蝴蝶	(56)
小杜鹃	(58)
加沃特舞曲	(60)
新疆好	(62)
欢乐舞	(64)
跑跳步	(66)
小螺号	(68)
大 班	
太阳出来喜洋洋	(70)
真善美的小世界	(73)
跳吧！跳吧！	(76)
铃儿响叮当	(78)
泥娃娃	(81)
葡萄园	(85)
杜鹃圆舞曲	(88)

即兴表演.....	(9 1)
郊游.....	(9 4)
在卡吉德洛森林里.....	(9 6)
舞曲.....	(9 9)
快乐的小金鱼.....	(1 0 1)
植树苗.....	(1 0 3)
幸福的花朵.....	(1 0 6)
进行曲.....	(1 0 9)

一、幼儿舞蹈的方位、符号和名称

1. 基本方位

每一个舞蹈者必须懂得表演的基本方位，使每一个舞蹈动作都具有一定的方位和角度。并且，要构成不同体态，头、身体、脚还必须具有各自不同的方位和角度，无论是在舞台上、教室或空地，以面向观众为一点，将舞台分为八个方位，这八个方位称呼如下：



2. 图例介绍

●黑面表示头部，白面表示面部

①、②音乐符号，例如第 1、2 小节就用①②表示。在 $\frac{2}{4}$ 节

奏中，每一小节中包含二拍，在 $\frac{3}{4}$ 节奏中，每小节中包含三拍，在 $\frac{4}{4}$ 节奏中，每小节中包含四拍， $\frac{6}{8}$ 节奏中，每小节包含二拍。

3. 常用的手位、脚位

(1) 芭蕾手位：



一位
图 1



二位
图 2



三位
图 3



四位
图 4



五位
图 5



六位
图 6



七位
图 7

(2) 中国古典手位：



单按掌
图 8



单山膀
图 9



山膀按掌
图 10



顺风旗
图 11



托按掌
图 12



双扛手
图 13



双托掌
图 14

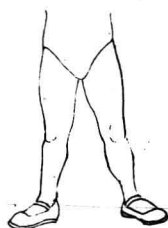
(3) 脚位:



正步
图 15



小八字步
图 16



大八字步
图 17



踏步
图 18



弓箭步
图 19

二、幼儿舞蹈

小 班

春光多美好

1=C $\frac{2}{4}$ 中速

① ② ③ ④

1 3 1 3 | 5 5 3 | 5 5 3 1 | 2 3 2 |

⑤ ⑥ ⑦ ⑧

1 3 1 3 | 5 5 3 | 5 4 3 1 | 2 3 1 |

⑨ ⑩ ⑪ ⑫

6 . 6 | 4 . 5 6 | 5 . 5 | 3 . 4 5 |

⑬ ⑭ ⑮ ⑯

6 5 4 3 | 2 1 2 | [5 1 2 3 | 1 - :||

⑰ ⑱

[5 5 6 7 | i - ||

准 备：坐着，双手平放在大腿上。

动作说明：

第一种组合：

①第一拍在胸前拍掌，第二拍不动。

②第一拍双手同时拍在两大腿上，第二拍不动。

③第一拍双手交叉于胸前，手心搭于肩前，头左摆一下，第二拍不动。(图 20)

④重复③的动作，头右摆一下。

⑤—⑩重复①—④的动作。三遍。

第二种组合：

①第一拍双手拍掌于左肩前，头左摆，第二拍不动。

②第一拍双手拍掌于右肩前，头右摆，第二拍不动。

③第一拍双手同时拍在两大腿上，第二拍右手托住左手肘，左臂肘曲向上，手心向后。(图 21)

④第一拍左手搭在左肩上，提腕状，第二拍不动。(图 22)

⑤—⑧重复①—④的动作，做相反方向。

⑨—⑩重复①—⑧动作。



图 20



图 21



图 22

手腕练习

1=G $\frac{4}{4}$ 中

5 . ^①1 2 3 | 4 3 2 ^②2 2 |

2 4 ^③4 3 2 | 1 2 2 ^④2 2 |

2 5 ^⑤5 5 4 | 3 3 1 ^⑥7 6 7 |

7 1 2 ^⑦7 6 7 | 7 5 5 ^⑧5 5 :||

准 备：站立、并脚，双手自然垂直。

动作说明：

第一种组合：

①第一拍两手臂于一位，手腕向前翘起，手心向下头左摆，第二拍不动（图 23）。第三拍两手腕向后翘起，手心向上，头右摆，第四拍不动。

②重复①的动作。

③第一拍两手臂于二位，与肩平，两手腕向上翘起，手心向前，头左摆第二不动。第三拍两手腕向下垂，手心向里，头

右摆，第四拍不动。(图 24)

④重复③的动作。

⑤第一拍两手臂往两旁打开于七位，手腕翘起，手心向外，头左摆，第二拍不动。第三拍两手腕向下垂，手心向里，头右摆，第四拍不动。

⑥重复⑤的动作。

⑦第一拍两手臂向后侧方抬，上身前倾，手腕向外翘起，手心向下头始终向左方，第二拍不动。(图 25) 第三拍两手腕向内翘起，手心向上，第四拍不动。

⑧重复⑦的动作。

第二组合：

节奏、手的位置同第一组合一样，手腕的动作不同。

绕腕：兰花手，手心向上，由手指带动里绕一周，成兰花手、手心向下。(图 26)

第三组合：

节奏、手的位置同第一组合，手腕的动作不同。

摆腕：兰花手按掌状，手腕向上翘起，摆左、摆右，同时头随同摆左、摆右。

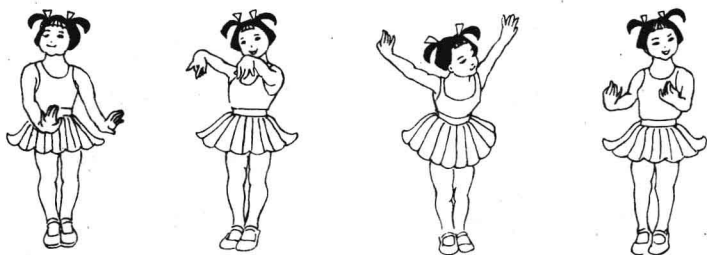
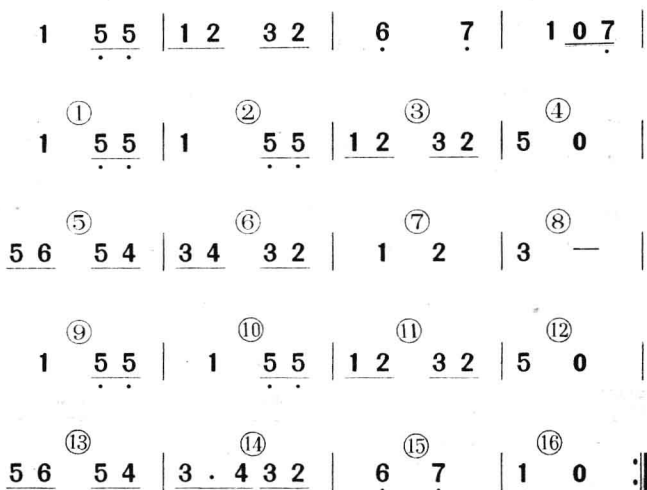


图 23 图 24 图 25 图 26

玩具进行曲

1=F $\frac{2}{4}$

日本儿童歌曲



准 备：站立，两臂垂直，两手心贴住大腿外侧。

动作说明：

前奏的第三小节两肘向后微抬起，卡通式。（图 27）

①第一拍左脚前跨一步，右手曲肘状向前举与头平，左臂向后侧方抬起，上身前倾，赛跑状，脸向左侧方，同时点头一下，第二拍上身略仰起。（图 28）

②向左侧方又点头一下，带动上身，第二拍上身略仰起。