

中央音乐学院图书馆藏书

书号

J / TCNe 1

总登
记号

154235

儿童民族舞蹈 组合选

朱 蘋

上海音乐出版社



儿童民族舞蹈组合选

朱 蘋

上海音乐出版社

(沪)新登字 105 号

责任编辑：黄惠民

封面、插图：李克瑜

儿童民族舞蹈组合选

朱 蕨

上海音乐出版社出版、发行

(上海绍兴路 74 号)

新华书店经销 祝桥新华印刷厂印刷

开本 350×1168 1/32 印张 4 插页 1 字数 88,000

1986 年 11 月第 1 版 1992 年 5 月第 6 次印刷

印数：29,001—37,000 册

ISBN 7-80553-005-X/J·6 定价：1.70 元



作者近影

前 言

我国是个多民族的国家，民族民间舞蹈绚丽多姿。多少年来，我和许多担任幼教、小教工作的老师不谋而合地采用我国各民族中有趣的、稚气盎然的舞蹈，作为孩子们启蒙教育的基本内容。在这本小册子里，我把三十余年来深入民间学到的，适合于发挥儿童天性，很有特点，又比较简单易学的各种民族的舞蹈动作编成小组合三十一例。共有汉、藏、蒙、维、朝鲜、苗、黎、彝、傣、鄂温克等十个民族。这些组合，有的是始于民间而稍加整理的，也有的是多年来在舞蹈学校低年级课堂上；在少年宫舞蹈班里行之有效的民间舞组合。我想力图通过这些组合体现出各民族舞蹈的基本特点和风格，并希望孩子们能在学习这些有趣的自娱性和游戏性的小组合中，培养一些我国民族舞蹈文化的意识。

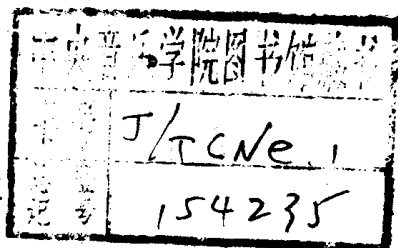
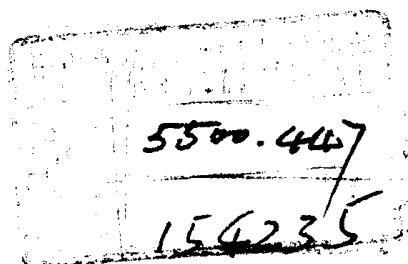
舞蹈是时空艺术，有很多只能意会而不能言传的细腻的韵味。尽管我在编写这些组合时，尽量使用比较确切的语言来讲述舞蹈动作的要领，并配有著名画家李克瑜同志的传神的舞蹈插图，但仍然难以完全正确地表达作者的意图。为此，我恳切希望从事儿童舞蹈教学的老师们用自己丰富的阅历、智慧及对民族舞蹈文化的透彻理解来充实这些组合，来传授这些组合。

另外，我在编写舞蹈组合时，虽然都是从基本动作开始，然后再进行组合，但在具体教学过程中不必呆板地按其顺序进行。如，藏族踢踏小组合“开火车”，只有一个基本步贯串始终。所以先让孩子们边回忆火车运行有规律的节奏“哒哒、哒哒、哒哒、

哒哒，边用小脚踩出节奏，然后拉起手来象一节节火车一样运行起来。可以走多种队形，如上山、下坡、穿山洞，让孩子们在有趣的模仿火车有节奏的运行中，找到膝盖松弛的脚踏点（藏族踢踏舞风格的基本要领），接着再找基本步的踏点 0 X X X，重拍时把脚抬起来。此外，一定要用生动的形象化的语言来启发和丰富孩子们的想象力。如黎族小组合“赶海去”（赶海，就是在海边拾贝壳，拣海菜，这是居住在海边的孩子们最乐于做的事，因为这既是游戏又是有收获的劳动）。在这个组合中，并没有具体的拾贝壳、拣海菜等动作，而是表现他们在去赶海路上急不可待的愉快心情。因此，在教此组合之前，最好先讲个小故事说明赶海的内容，让那些不住在海边的孩子想象出，他们在画册上或在银幕上看到的辽阔无边的大海在落日余辉中的美丽形象；带着一种憧憬的心情来学这个组合。又如汉族小组合“小蝴蝶”，动作简单，主要是踮起半脚尖轻盈地走碎步。老师可以让孩子们张开双臂模仿小蝴蝶舒展着斑斓多彩的翅膀，时而飞翔在万花丛中，时而滞留在花上吸吮花粉，让孩子们沉浸在美丽的想象中做动作，充分地表现他们自己对大自然的天真无邪的爱，切忌对孩子们的动作与表情要求划一。因此，对孩子进行舞蹈组合教学时，不要沿用刻板、千篇一律的教学方式，应当让孩子们在松弛、愉快、饶有趣味的气氛中学，这样一定会更符合孩子们的天性；孩子们也会显得更加可爱。

时代要求我们培养出大批开拓型的有创造性的优秀人材。我愿意和广大的从事专、业余舞蹈教学的老师们携起手来，为之而贡献出应有的知识和力量。由于自己的水平有限，书中如有不妥之处，望同志们批评、指正。同时，在此感谢对我工作给予帮助和支持的李克瑜同志。

朱 翊



目 录

前言.....	1
---------	---

黎族

穿梭舞.....	1
赶海去.....	3

朝鲜族

庆丰收.....	9
跳绳.....	11

苗族

踩鼓舞.....	16
斗鸡.....	18
谁的花鞋绣得好.....	21

鄂温克族

小猎手.....	26
小天鹅.....	29

彝族

手拉手.....	33
快乐的小诺苏.....	35
乐穿花.....	38

傣族

大青树下.....42

小孔雀飞来了.....44

维吾尔族

手铃舞.....49

好朋友.....53

藏族

邀请舞.....57

送珠子.....59

猴子对脚.....63

开火车.....66

换帽子.....70

蒙族

安代舞.....75

筷子舞.....77

小小摔跤手.....80

小小挤奶员.....84

小小巡逻兵.....88

汉族

拍大麦.....95

小蝴蝶.....99

荡秋千.....105

拾麦穗.....108

大秧歌.....113

编后119

黎 族

穿 梭 舞

此组合主要由黎族舞蹈中常见的“提胯点地步”、“提胯跳跼步”等动作组成。舞蹈时,注意动作腿的胯提起所形成的三道弯特点。可以反复跳。

基 本 动 作

提 胯 点 地 步

第1拍:左脚为重心,右膝微屈前脚掌点于正步位,身体稍向左,上身微后仰,右胯微提起,双手叉腰,面向正前方(如动作图1)。

第2拍:右脚向右上一步,身体转向正前方。

注:可换脚换方向做。



动作图2



动作图1

提 胯 跳 跼 步

第1拍:左脚原地跳跼一步,右脚成小前吸腿,右胯微提起,双手在胸前拍手(如动作图2)。

第2拍:右脚前脚掌向前迈一步,双手向身侧下方落下。

注：可换脚做。

音 乐

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

<u>5</u> <u>1</u>	<u>3</u> <u>6</u>	5	-	<u>6</u> <u>5</u>	<u>1</u> <u>5</u>	3	-	[4]
<u>6</u> <u>5</u>	<u>1</u> <u>3</u>	2 .	<u>3</u>	<u>2</u> <u>5</u>	<u>3</u> <u>2 1</u>	1	-	[8]
<u>1</u> <u>1</u>	<u>4</u> <u>6</u>	i	-	<u>7</u> <u>6</u>	<u>5 6</u> <u>2</u>	5	-	[12]
<u>6</u> <u>5</u>	<u>1</u> <u>5</u>	3 .	<u>5</u>	<u>2</u> <u>5</u>	<u>3</u> <u>2 1</u>	1	-	[16]

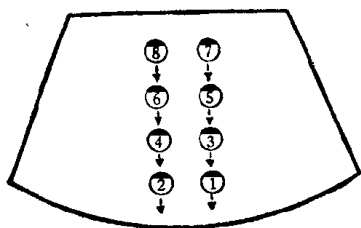
跳 法

先两排起舞，后四人成一组交错互换位置而舞。

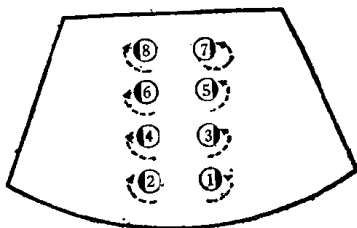
第一遍音乐

[1~4] 成两直排，做四次“提胯点地步”向前（见场记图一）。

[5~8] 做四次“提胯点地步”后退。



场记图一



场记图二

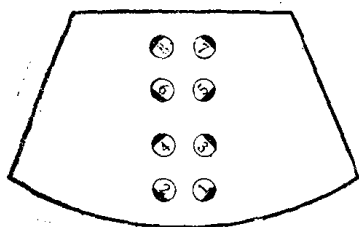
〔9~12〕 做四次“提胯跳跼步”向前。

〔13~15〕 做三次“提胯跳跼步”，同时两排向外转身变成面对面（见场记图二）。

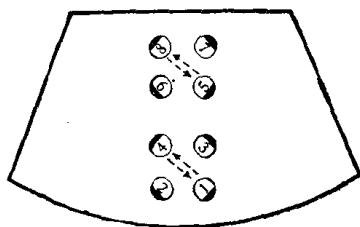
〔16〕 右脚为重心，左脚前脚掌点于正步位，双手自头上向两旁打开，手心向上。

第二遍音乐

〔1~4〕 四人为一组，面对面做四次“提胯点地步”（见场记图三）。



场记图三



场记图四

〔5~8〕 再做四次“提胯点地步”后退。

〔9~12〕 1、4号，5、8号做四次“提胯跳跼步”互换位置（见场记图四），两人擦左肩而过，顺势向左转身又成面对面。2、3号，6、7号原地做四次“提胯跳跼步”。

〔13~16〕 2、3号，6、7号做〔9~12〕中1、4号和5、8号的动作。1、4号，5、8号原地做四次“提胯跳跼步”。

赶 海 去

此组合主要由黎族舞蹈中常见的“跳步”、“跳跼步”及“上扬

托手”等动作组成,表现小朋友去赶海时的愉快心情。注意,舞蹈迈步时,膝盖有松弛的直屈;重心在哪个脚,哪边的胯就稍向外突出。

基 本 动 作

跳 步

第1拍: 上身微前倾,右腿微屈向前跳落一步,左小腿向后稍抬,左小臂自身前悠向身侧,右小臂自身侧抬向身前(如动作图1)。



动作图1

第2拍: 换手脚做第1拍动作。

注: 做此动作时,两腿始终半蹲,上身微前倾。

跳 踏 步

第1拍: 左脚前脚掌向前迈一步,右脚自然离地,双手在身前拍手。

第2拍: 左脚原地踏跳一步,右脚向左斜前方踢出,双手经头前向两侧打开成上扬托手,手心向上(如动作图2)。

注: 可换脚做。



动作图2

音 乐

1 = $\flat B$ $\frac{2}{4}$

$\dot{1}$ $\dot{3}$ $\dot{2}$ $\dot{1}$ | $\dot{3}$ $\dot{2}\dot{1}$ $\dot{2}$ | $\dot{1}$ $\dot{3}$ $\dot{2}$ $\dot{1}$ | $\dot{1}\dot{6}\dot{5}\dot{6}$ 5 ^[4]

$\dot{1}\dot{2}\dot{3}\dot{5}$ $\dot{2}$ | $\dot{5}$ $\dot{1}$ $\dot{3}$ $\dot{2}$ | $\dot{1}$ $\dot{3}\dot{2}$ $\dot{1}$ 5 | $\dot{1}$ $\dot{3}$ $\dot{2}$ $\dot{1}$ ^[8]

$\dot{1}\dot{6}\dot{5}\dot{6}$ 5 | $\dot{1}\dot{2}\dot{3}\dot{2}$ $\dot{1}$ | $\dot{3}$ $\dot{1}$ $\dot{2}$ $\dot{1}\dot{2}$ | $\dot{6}$ 5 5 ^[12]

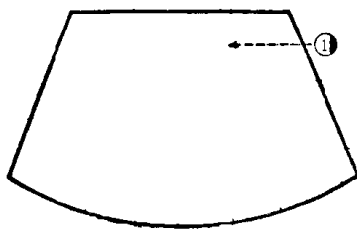
$\dot{3}$ $\dot{1}$ $\dot{2}$ $\dot{1}\dot{2}$ | $\dot{6}$ 5 $\dot{1}$ ^[14] ||

跳 法

由六人表演。

第一遍音乐

[1~2] 由 1 号带队做四次“跳步”出场(见场记图一)。



场记图一

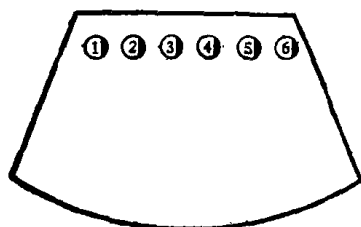


动作图 3

〔3~4〕 做两次“跳跼步”。

〔5〕 做“双按跳步”，左脚跳向左斜后方脚掌点地，右脚稍抬，左胯微向外突出，双手手心向下按于右胯前，身对右斜前方，头眼随手(如动作图3)。

〔6~7〕 右脚开始做四次“跳步”。



场记图二

〔8~9〕 做两次“跳跼步”。

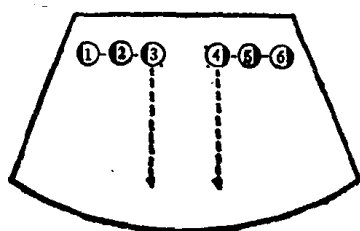
〔10〕 两脚跳向右斜后方，双手在左胯前自里向外翻腕成手心向上。

〔11~12〕 左脚开始做四次“跳步”，六人全部出场成一横排(见场记图二)。

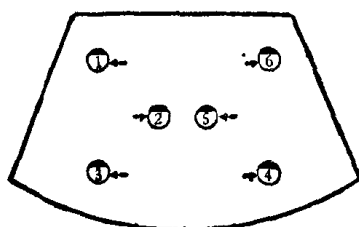
〔13~14〕 做三次“跳步”，上身直起，各自边做边向左转身。最后一拍，两脚向后跳落成正步，面对观众。

第二遍音乐

〔1~2〕 由3、4号带着做“三步一点”(先做三次“跳步”。第四拍右脚前脚掌点地于正步位)，移动位置(见场记图三)。



场记图三



场记图四

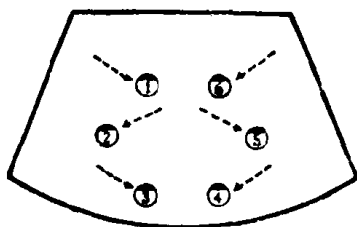
〔3~4〕 3、4号与1、6号向外做一次“三步一点”，2、5号向里做一次“三步一点”(见场记图四)。

〔5〕 各在原位做一次“跳跼步”。

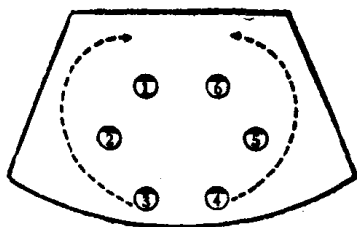
〔6~7〕 3、4号及1、6号向里，2、5号向外，各做一次“三步一点”（见场记图五）。

〔8~9〕 动作同〔3~4〕。

〔10〕 各自在原位做一次“双按跳步”。



场记图五



场记图六

〔11~14〕 由3、4号带着做七次“跳步”移动位置（见场记图六），最后一拍点地，面对观众。

第三遍音乐

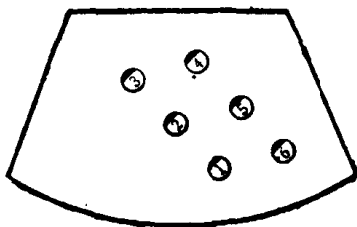
〔1~2〕 左脚开始做“三步一点”成两斜排（见场记图七）。

〔3~4〕 向后退走“三步一点”。

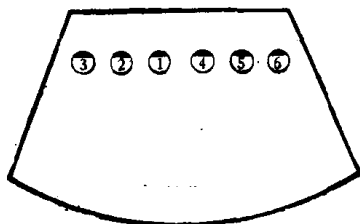
5) 右脚做一次“跳踮步”。

〔6~10〕 右脚开始做〔1~5〕动作。

〔11~12〕 右脚开始做两次“跳步”和一次“跳踮步”，边做边向右转身。



场记图七



场记图八

〔13~14〕 边换脚换方向做〔11~12〕动作，边移动位置成横一排（见场记图八）。

第四遍音乐

〔1~2〕 做两次“跳踏步”。

〔3~4〕 做两次“跳踏步”，第一次双手按于右胯前，第二次双手在左胯前自里向外翻成手心向上。

〔5〕 第1拍：两脚踏半脚尖，往远处看。第2拍：两腿半蹲，互相交流：表示快到了！

〔6~9〕 动作同〔1~4〕。

〔10〕 第1拍：两脚踏起半脚尖，往前看。第2拍：有的指着前面，告诉伙伴“到啦”！有的向前看。



动作图4

〔11~12〕 做一拍两步的“跳步”，向前快走。

〔13〕 各自边做一拍两步的“跳步”，边向左走一小圈。

〔14〕 两脚向前跳落成右脚微屈膝为重心，左脚前脚掌点于右脚旁，右胯稍向旁突出，双手稍抬于身侧（如动作图4）。

朝鲜族

庆 丰 收

此组合主要选用朝鲜族人民喜庆丰收时，跳的《农乐舞》中的“跑跳步”、“平步”等动作。动作简单、诙谐。可以反复跳。

基 本 动 作

拍 手 跑 跳 步

第 1 拍：左脚做一次跑跳步，双手在胸前拍手后顺势推向身前，上身向前，头稍低（如动作图 1）。



动作图 1



动作图 2

第 2~4 拍：右脚开始轮换做三次跑跳步，右手自身前经头上向身旁落下，左手自身前向身旁落下，身体随手的动作逐渐直