



小荧星艺术学校通用教程

戏剧与表演高级教程

沈莹 主编

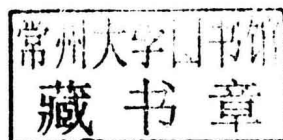


上海科学技术文献出版社
Shanghai Scientific and Technological Literature Press

 小荧星艺术学校通用教程

戏剧与表演高级教程

沈 莹 主编



上海科学技术文献出版社
Shanghai Scientific and Technological Literature Press

图书在版编目 (CIP) 数据

戏剧与表演高级教程 / 沈莹主编. —上海: 上海科学技术文献出版社, 2017

小荧星艺术学校通用教程

ISBN 978-7-5439-7303-9

I. ① 戏… II. ① 沈… III. ① 戏剧表演—艺术学校—教材 IV. ① J812.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2017) 第 014196 号

责任编辑: 梅雪林 李 峰 金聪颖 杨凯茹

封面设计: 李 峰 余大昌

内文插图: 姚 洁

丛书名: 小荧星艺术学校通用教程

书 名: 戏剧与表演高级教程

沈 莹 主编

出版发行: 上海科学技术文献出版社

地 址: 上海市长乐路 746 号

邮政编码: 200040

经 销: 全国新华书店

印 刷: 常熟市文化印刷有限公司

开 本: 787×1092 1/12

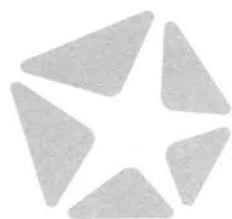
印 张: 9 ²/₃

版 次: 2017 年 1 月第 1 版 2017 年 1 月第 1 次印刷

书 号: ISBN 978-7-5439-7303-9

定 价: 48.00 元

<http://www.sstlp.com>



小金星

序

从1974年成立兴趣小组，1985年“小荧星”品牌创立，实际上，小荧星致力于少儿艺术教育已有四十多年，褪去青涩，陪伴一代又一代的上海小囡成长。蓦然回首，这个艺术的摇篮，已经培育出一批又一批的青年才俊，他们活跃在世界各地的各行各业。

把孩子培养成富有艺术修养、充满创造活力的时代人才，是小荧星一贯秉承的教育宗旨。“小荧星”品牌创立以来三十余载的辛勤耕耘，老师们认识到，只有让孩子们在学习艺术的过程中真正体验快乐，才能收获自信，从而激发他们的内在潜质。艺术的人生才是完整的人生，从小学会体验艺术，学会发现美，才会丰富人的心灵，从而提升一个人的修养。艺术教育的最终目的不是为了培养多少艺术从业人员，而是提高人的素养。要做到这点，少儿艺术教育必须根据少年儿童的心理与生理特点，并且将系统的、规范的教学理念，通过循序渐进的方法来指导他们的艺术活动，这样才能将

少儿趣味与艺术表现融为一体，使理论与实践一致、目标与成果统一。

正是这个愿望，小荧星团队的全体优秀教师、凝聚全社会艺术精英的小荧星艺委会全体成员，根据多年的教学积累，提炼、汇集教学中最为经典、最具训练价值的内容，编写了这套适用于少年儿童艺术基础训练和各种演出需要的读物，即“小荧星艺术学校通用教程”。这套教程集“歌、舞、演”三大类，其中包括了拉丁舞、芭蕾舞、民族舞、歌舞、主持、合唱、影视共七个不同的专业。同时，为方便大家更直观地学习和欣赏，教程中加入了二维码扫描功能，并设置了互动环节，以帮助家长与孩子之间的互动，将学习、游戏、教育融为一体。

艺术教育是点亮孩子们心智的火焰。希望这套教程犹如浩瀚夜空中萤火虫的闪闪光亮，照亮孩子们的艺术之路，陪伴着孩子们快乐成长。

A handwritten signature in black ink, consisting of two characters, '徐' and '浩', written in a cursive style.

2016年6月

编辑委员会

主 编：沈 莹

统 筹：王勤东 杨方禹

执行主编：孟祥麟 易爱博

编 委：（按姓氏笔画排名）

王 鹏 水 芳 叶 姬 史思静 邹树金 张家雄

张 楠 陶渊超 曹烨菁 崔 颀 蔡来艺 魏 蕾

指 导：（按姓氏笔画排名）

万纪敏 王珊珊 孙 虞 杨 进 邹 晟 汪 岩

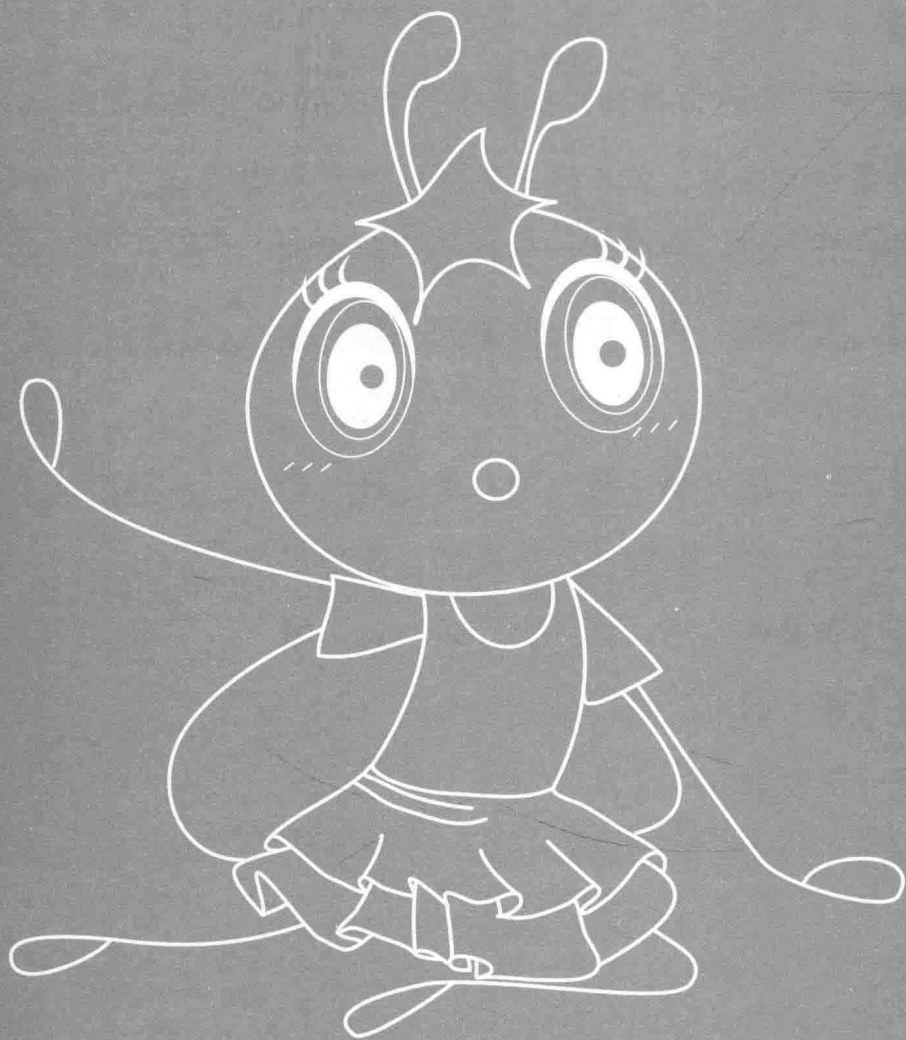
沈邦平 张大维 张 凤 张伟民 张薇倩 陈建民

范 莉 范笑旻 季彦栋 周 颖 郭 昕 黄 婧

曹燕芸 戚超平 谢 菲

本册撰稿：范 莉 张家雄 史思静

美 术：余大昌



目录

1 编者的话

第一单元

- 7 练一练 《牛牛要吃河边柳》
- 8 念一念 《幸运儿花老鼠》《小老鼠和小鸟》
- 10 玩一玩 《无实物练习》《规定情景练习》
- 10 跳一跳 《节奏律动》《挫冰进行曲》
- 11 演一演 《羊和狼》
- 13 学一学 《无实物练习》《规定情景练习》

第二单元

- 17 练一练 《满天星》
- 18 念一念 《狮子的假发》《会唱歌的屋子》
- 21 玩一玩 《百变金刚》《故事接龙游戏》
- 22 跳一跳 《伸展训练》《挫冰进行曲》
- 23 演一演 《老鼠说大话》
- 25 学一学 《中国戏曲的孕育与形成》

第三单元

- 29 练一练 《十道黑》
- 30 念一念 《一只笨老狼》
- 32 玩一玩 《它是什么》《背靠背不走样》
- 33 跳一跳 《跑跳训练》《Bar Bar Bar》
- 34 演一演 《狐狸分肉》
- 37 学一学 《中国戏曲最早的成熟形式——宋元南戏》
《中国戏曲史上的大事——京剧形成》

第四单元

- 41 练一练 《数城门》
- 42 念一念 《猪的生活态度》《翘嘴巴的小姑娘》
- 45 玩一玩 《半命题即兴小品》
- 46 跳一跳 《音乐想象力训练》《Bar Bar Bar》
- 47 演一演 《我有一个家》
- 50 学一学 《儿童戏剧的分类》



第五单元

- 55 练一练 《轻声练习》《喇嘛和哑巴》
57 念一念 《谁跟小羚羊去避暑》
59 玩一玩 《角色扮演》
60 跳一跳 《感知训练》《宠爱》
61 演一演 《抢车》
63 学一学 《中国第一部戏剧电影》《中国第一部话剧》

第六单元

- 67 练一练 《“一”“不”的变调规律》
《东东打碎一个花瓶》
69 念一念 《爱听故事的陶陶》
71 玩一玩 《视向训练》
71 跳一跳 《肢体感受力训练》《宠爱》
72 演一演 《一个人的世界》
77 学一学 《话剧舞台中常见的几个关键词》

第七单元

- 81 练一练 《鸡鸭猫狗》
83 念一念 《熊的长尾巴哪里去了》
85 玩一玩 《表演元素训练》
85 跳一跳 《爵士组合训练》《Good Boy》
86 演一演 《别人家的孩子》
90 学一学 《表演情绪》《行为动作》

第八单元

- 95 练一练 《报菜名》
96 念一念 《奇怪的镜子》
97 玩一玩 《元素证实训练》
98 跳一跳 《爵士组合“蹲”的训练》《Good Boy》
99 演一演 《大上海》
103 学一学 《舞台剧的创作来源》《舞台的设计与配备》
104 后记
105 星星墙

戏剧表演是一门培养孩子综合素质的学科。让孩子从小学习戏剧表演，是赋予他们一种社会技能，在将来能成为有魅力的社会角色。

戏剧表演课程是丰富多彩的，具有游戏性、创造性的特点，它带给孩子快乐和满足，让他们在“玩”的过程中塑造性格、发展语言，产生浓厚的兴趣，并在表演与语言的训练中搭起一座桥梁；潜移默化地把课堂上的知识、技能、技巧运用到生活中，积极反馈后又循环往复，在不知不觉中提升孩子的情商。坚强的意志和良好的性格将在孩子今后的社会活动中，起着动力、引导、调节等作用，并能提高孩子学习成功、立志成才的信心。将来，他们无论从事何种职业，良好的语言表达能力和对戏剧表演艺术的了解都将成为其成功的要素。

戏剧是表现艺术，有流露则必由汲取。戏剧来源于生活，因此也必定要去生活中汲取。让孩子主动从生活中去观察，了解人以及与人有关的事物，这将成为孩子们在生活中乃至一生的习惯及赏心乐事。

教学目标：“个体化”培养，释放表演天性；团队协作，完成戏剧作品

结合前两学年的基础练习，高级教程主要为“个体化”表演训练，以个人技巧为主，运用个体教学手段，最大限度地释放孩子的表演天性。高级教程的课程从“个性化”教学过渡到团队协作的戏剧排练阶段，通过一系列剧目片段的排演，演绎不同的人物角色，让孩子更好地了解自己，懂得换位思考，富有同理心。通过戏剧表演的学习能够让孩子变得更加自信，勇敢并大方地展示自我，同时更善于表达和与人沟通。

教学要求

第三学年第一学期：以故事讲述为重点，从“念”“背”中解放出来，进入自如的讲述过程。

第三学年第二学期：通过两、三人小品，激发孩子表演激情。

第四学年第一学期：进行片段的排演，在剧情进展过程中，寻找戏剧矛盾、行为冲突。

第四学年第二学期：组织剧目演出，增加孩子团队协作能力，完成舞台戏剧作品。

语言方面：要有较强的表现力，能够绘声绘色地表现角色语言特点；通过视向和眼神，做到传情达意。

形体方面：肢体舞动是释放天性的一种手段，解放天性从解放肢体开始，为语言表达及肢体配合打下基础。

肢体辅助情感表达，懂得用肢体表现语言，达到肢体松弛，增强舞台上的表现力。

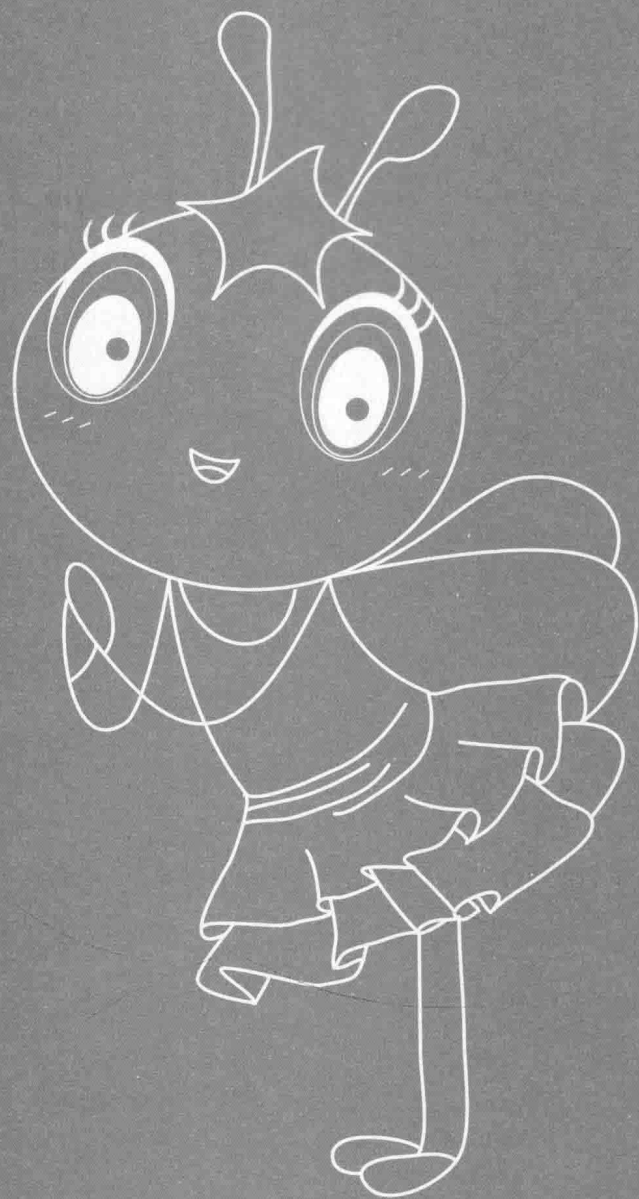
学习戏剧表演相关历史和知识，提高孩子的综合素质。

给家长的建议

提起戏剧表演，大多家长可能会立刻想到荧屏上、舞台上耀眼的明星，他们的风采足以让人羡慕。但是，戏剧表演带给人们的不仅仅是这些，表演艺术的训练是磨炼孩子心理素质、培养良好性格，最终通向人生舞台必不可少的重要课程。艺术培养需要学习环境和艺术氛围的熏陶，家长可以带孩子多去观摩戏剧表演节目，多带孩子们出去走走。丰富多彩的生活联系能不断激发孩子们的想象力和创造力。表演训练能锻炼和培养他们的观察力、理解力、注意力、感受力、适应力和肢体语言的表现力以及形象感、节奏感、幽默感等等。这对他们将来步入社会后与人交流、竞聘上岗等都有很大的帮助。无论在学校还是社会，当孩子们面对激烈的竞争和挑战时，能不再措手不及，而是自信满满地接受人生中的所有挑战，这就是最大的成功。

《小荧星艺术学校通用教程》编写组

2016年4月



萤火虫
的话

DI YI DAN YUAN

第一单元

亲爱的小朋友们，

萤火虫看着大家慢慢进步成长可高兴了！

现在让我们一起在艺术的世界里自由翱翔吧！

在这一单元，

我们加强了阴平、阳平、上声、去声的语音训练

以及贯口绕口令的练习。

语言方面从儿歌表演转换到故事讲述。

肢体训练将会带领大家完成一个有律动感的舞蹈。

liàn yi liàn

1. 练一练

基础知识

普通话共有阴平、阳平、上声和去声四种声调。阴平是高平调，阳平是高声调，上声是降升调，去声是全降调。声调使语言高低起伏，像音乐一样动听。

牛牛要吃河边柳

牛牛要吃河边柳，妞妞赶牛牛不走。

妞妞护柳扭牛头，牛牛扭头瞅妞妞。

妞妞扭牛牛更拗，牛牛要顶小妞妞。

妞妞捡起小石头，吓得牛牛扭头走。

