

教兒童學舞蹈

戴巧玲 著



北京广播学院出版社

教 儿 童 学 舞 蹈

戴巧玲 著

北京广播学院出版社

教儿童学舞蹈

戴巧玲 编著

北京广播学院出版社出版发行

(朝阳区东郊定福庄1号)

溧水县第二印刷厂印刷

开本787×1092 13/2 印张: 4.18 字数: 9.07千字

1993年6月——第1版 1993年6月 第1次印刷

印数: 5000

ISBN7—81004—554—7/G·212

定价: 2.90元

写在前面的话

《儿童学舞蹈》出版后（南京出版社，1990），受到广大读者的喜爱。不少朋友来信询问有关第二集的出版情况，无疑这对我是一个极大的鼓舞。朋友的来信，给了该书以极大的肯定，并提出了积极建议，这大大拓宽了我的思路。在此，对所有支持、关心我出书的朋友们表示衷心的感谢。

为此，我抓紧编排，力争在短期内，编出一些新的舞蹈。《教儿童学舞蹈》这本书，一部分是根据《红太阳》歌曲，编排了一些维族、藏族、蒙族、朝鲜族的民族舞蹈，还有一部分是成品的儿童舞蹈及舞蹈小品，这些舞蹈都可以作为上台演出的节目，也可以作为舞蹈训练的美育教材，教者可以灵活掌握。

限于本人水平，离大家的期望肯定有很大距离。有些同志希望磁带配套发行，因限于条件，未能如愿，十分抱谦。

本书定有许多不当和错误之处，敬请批评指正。

作者

93. 1. 20

目 录

一、律 动

嬉 水.....	1
手绢花.....	3
捕 鱼.....	7
多愉快.....	9
小木匠.....	21

二、红太阳颂舞蹈

(一) 维吾尔族舞蹈.....	15
伟大的北京.....	15
万岁毛主席.....	20
(二) 藏族舞蹈.....	24
毛主席的光辉.....	24
毛主席派人来.....	29
我心中的歌献给解放军.....	32
洗衣歌.....	36
(三) 朝鲜族舞蹈.....	41
延边人民热爱毛主席.....	41
(四) 蒙古族舞蹈.....	46
敬祝毛主席万寿无疆.....	46

三、舞 蹈

我的小藕娃.....	50
小青蛙.....	62
雪莲献北京.....	76
小螺号.....	79
采茶舞曲.....	82
小燕子.....	90
哆来咪.....	96
可爱的篮精灵	102
十个小矮人	104
少年先锋队队歌	111

四、舞蹈小品

椅子上的钉子	119
--------------	-----

一 律 动

♩ = F 2/4

嬉 水

陶斐 编动作

①

<u>5 3 5 3</u>	<u>5 1̣ 6</u>	<u>5 1̣ 6 5</u>	<u>5 3 2</u>	<u>5 3 5 3</u>	<u>5 1̣ 6</u>
⑤					
<u>5 1̣ 6 5</u>	<u>5 3 2</u>	<u>6 6 2</u>	<u>6 6 2</u>	<u>5 3 2 1</u>	<u>6 2 5</u>
⑨					
<u>6 5 6 3</u>	<u>2 3 2 7</u>	<u>6 2 7 6</u>	<u>5 5</u>	<u>5 3 5 3</u>	<u>5 1̣ 6</u>
<u>5 1̣ 6 5</u>	<u>5 3 2</u>	<u>5 3 5 3</u>	<u>5 1̣ 6</u>	<u>5 1̣ 6 5</u>	<u>5 3 2</u>
⑬					
<u>6 6 2</u>	<u>6 6 2</u>	<u>5 3 2 1</u>	<u>6 2 5</u>	<u>6 5 6 3</u>	<u>2 3 2 7</u>
⑰					
<u>6 2 7 6</u>	<u>5 5 6</u>	<u>5 6 5 6</u>	<u>5 6 5 6</u>	<u>5 5</u>	<u>5 —</u> <u>5 —</u>

动作说明:

预备: 坐地、双手后撑, 小腿和大腿成 90°, 上体直 (见图 1)

1—2 小节, 双手从两边经胸前打开到两侧四次, 似捞水状。



图 1

3小节 手同预备动作，双脚上下作打水状。

4小节 头左右两边摆动一下。

5—8小节 重复1—4小节动作。

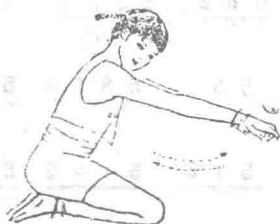


图 2

9小节 双膝跪地，双手在腹前拎起似拎手帕状，前后来回两次（似手帕在水中漂洗状）见图 2

10小节 双手叉腰，对左面点头两次。

11小节 与 9 小节动作相同。

12小节 作10小节对称动作。

13小节 起立、叉腰。

14小节 单手食指指对方，一手叉腰。

15—16小节 甲方作踏踢步，双手在两侧下方向泼水方向作泼水动作（见图 3）。乙方作踏踢步后退，同时双手在一侧上方，手心向外作挡水状，身体略向后退方向倾（见图 4）。



图 3



图 4

17—18小节 甲乙双方交换动作。

19—20小节 小碎步，双手在胸前摊掌同时快速摇头，最后一拍在胸前击掌，同时正步蹦跳一次。

1 = G 2/4

手 绢 花

陶 斐 编动作

①

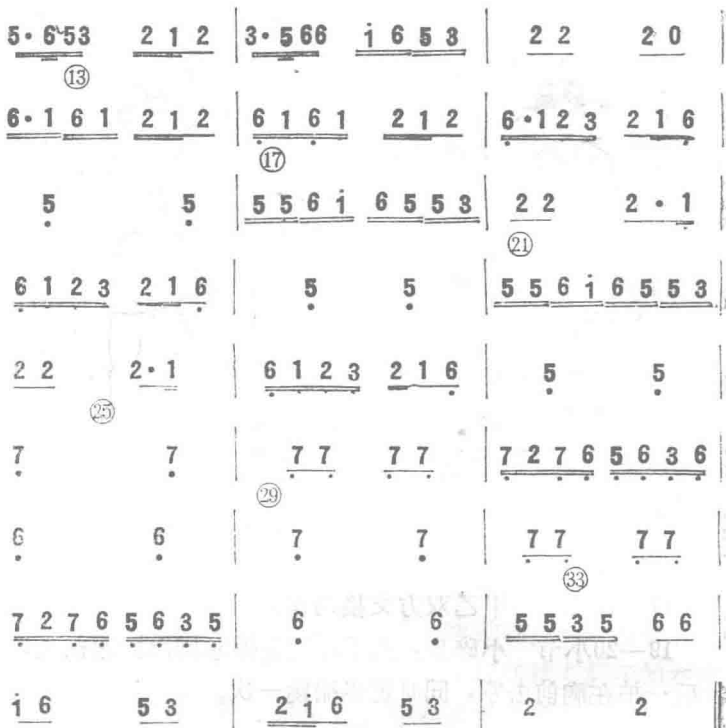
5 • 6 5 3 2 1 2 | 5 • 6 5 3 2 1 2 | 3 • 5 6 6 1 6 5 3 |

⑤

2 2 2 0 | 6 • 1 6 1 2 1 2 | 6 • 1 6 1 2 1 2 |

⑨

6 • 1 2 3 2 1 6 | 5 5 | 5 • 6 5 3 2 1 2 |



动作说明:

本律动是以练习转动手腕为目的。手帕制作最好是丝、平绒类，要稍有些重量。手帕转动的要点是在手腕转动同时由一股向前推动力，并立即再把手翻转成手心向上，这样手帕就能转成圆形。

预备，正步，双手拿手绢，（亦可在椅上）（大中食指拿住手绢的中心）。

1—4 小节 正步，左手叉腰，右手从右侧经胸前向右



图 5



图 6

侧划一椭圆形后，向右侧推去，同时转腕作花（见图 5）。

5—8 小节 作 1—4 小节对称动作。

9 小节 第一拍左手在左下后方，右手在右前下方，转手腕作花。第二拍，作第一拍的对称动作。（见图 6）。

10 小节 同 9 小节动作相同。

11 小节 第一拍，双手从两侧到胸前转腕，再向前推作花，第二拍，重复第一拍动作。（见图 7）

12 小节 同 3 小节动作相同。

13—14 小节 重复 9—10 小节动作。

15—16 小节 重复 11—12 小节动作。

17 小节 双臂屈肘在胸前相抱，身体略向右斜前方。

（见图 8）



图 1



图 3

18小节 双臂向两侧上方打开后在两侧上方转腕作花，身体略向左斜前方。

19—20小节 重复17—18小节动作。

21小节 第一拍手臂交叉在胸前手心向里，然后向外翻腕作花，第二拍两手向两侧打开在侧面手腕向外转腕作花。

22—24小节 重复21小节动作。

25小节 双手在左侧方转动手腕作两个花。

26小节 作25小节对称动作。

27—28小节 重复25—26小节动作。

29—30小节 同9小节动作相同。

31小节 第一拍左手在左后下方，右手在右上方转腕作花，第二拍作第一拍对称动作。

32小节 同31小节动作相同。

33—36小节 重复17—20小节动作。

1=C 2/4

捕 鱼

①

(3̣ 2̣ 3̣ 5̣ 2̣ 3̣ 1̣ 7̣ | 6̣ 5̣ 6̣ 1̣ 5̣ 0̣ 4̣ | 3̣ 3̣ 5̣ 4̣ 3̣ 2̣ |

1̣ . 6̣ 1̣ 2̣ 3̣ 5̣) | 6̣ 6̣ 1̣ 3̣ 5̣ 2̣ 3̣ | 5̣ 3̣ 5̣ 5̣ 1̣ |

1̣ 6̣ 3̣ 5̣ 2̣ 3̣ | 3̣ 1̣ . | 1̣ . 2̣ 3̣ 2̣ 3̣ 5̣ 3̣ |

2̣ 7̣ 6̣ 0̣ 5̣ | 6̣ 6̣ 1̣ 3̣ 5̣ 2̣ 3̣ | 5̣ . |

③

1̣ 1̣ 6̣ 5̣ 6̣ 1̣ 7̣ | 6̣ 6̣ 0̣ 5̣ 6̣ | 1̣ 1̣ 6̣ 5̣ 6̣ 1̣ 7̣ |

6̣ 6̣ 0̣ 5̣ 6̣ | 6̣ 6̣ 1̣ 5̣ 6̣ 1̣ 7̣ | 6̣ . 1̣ 5̣ 3̣ |

⑤

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

5̣ 6̣ 1̣ 5̣ 3̣ | 1̣ 0̣ 3̣ 0̣ 2̣ 1̣ 6̣ | 5̣ 6̣ 5̣ 3̣ 5̣ |

⑦

1̣ 1̣ 6̣ 1̣ | 2̣ . 1̣ 2̣ | 3̣ 3̣ 5̣ 2̣ 1̣ |

⑨

1̣ 6̣ . 1̣ 5̣ 3̣ | 1̣ . 6̣ 3̣ 5̣ 2̣ 3̣ | 3̣ 1̣ — |

动作说明,

1—4 小节预备起立

5 小节看天气。小碎步, 右手从右上方向右侧打开到右下方, 掌心向下, 眼看天空。

6 小节作 5 小节的对称动作。

7—8 小节叉腰、点头。

9 小节 撑篙。小碎步, 双手握空拳, 从右上方摆到左侧下方, 同时眼跟手走。(见图 9)

10 小节 第一拍, 双手仍在左侧, 左手从右手下方移到右手上方, 第二拍, 右手从左手下方移到左手上方。

11—12 小节 重复 9—10 小节的撑篙动作。

13 小节 摇橹。弓箭步, 第一拍身体前倾双手握拳平伸在左前方。第二拍, 身体重心移侧到后脚, 双臂屈肘在左前方。

14—16 小节 重复 13 小节摇橹动作。

17—18 小节 捕鱼。第一拍右手向前方作撒网状, 身体前倾。第二、三、四拍, 双手轮流往回拉网。同时重心后移。

19—20 小节 同 17、18 小节动作。



图 9

21—24小节 单数小碎步，双手在体侧下方摆动，作鱼游，随双数自转一圈。双数双臂在两侧打开，高兴地围小鱼转一圈。

25—28小节 单数、双数动作交换。

29小节 叉腰点头。

30小节 拍手三下。

1 = G 2/4

多 愉 快

①	③		
<u>5 1 2</u>	<u>3 5</u>	<u>4 2</u>	<u>3</u>
<u>4 3</u>	2	× ×	×
<u>5 1 2</u>	<u>3 5</u>		
⑦			
<u>6 6</u>	<u>6 4</u>	<u>5 5</u>	<u>5 3</u>
<u>4 4</u>	<u>3 2</u>	5	—
<u>6 6</u>	<u>6 4</u>	<u>5 5</u>	<u>5 3</u>
⑪			
<u>4 4</u>	<u>3 2</u>	<u>1 0</u>	<u>1 0</u>
×	×	×	×
<u>×</u>	<u>×</u>	×	
⑮			

动作说明:

第一遍音乐

1小节 第一拍，双手向右斜方伸出，五指张开，第二拍收回胸前。

2小节 重复1小节动作

3小节 按节奏拍手。

4—5小节 作1小节的对称动作。

6小节 按节奏跺脚。

7小节 第一拍双臂上举，第二拍收回肩上。

8—10小节 重复7小节动作。

11—14小节 双手经胸前和上方向两边打开到两侧下方。

15—16小节 按节奏拍手。

第二遍音乐，

1小节 两臂屈肘两侧，两肘向两侧打开放下两次，身体对左侧方（见图10）

2小节 重复1小节动作。

3小节 拍手

4—5小节 作1—2小节对称动作。

6小节 跺脚。

图10

7小节 第一拍左手上举，右手在肩上，第二拍左右手换。

8—10小节，重复7小节动作。（见图11）

11小节 第一拍双臂在上方交叉，第二拍双臂上举。（见图12）



图11



图12

12—14小节 重复11小节动作

15—16小节 拍手

第三遍音乐：

1小节 双手在左侧下方，两手指尖向下，五指张开，手指向下插动，收回两次，同时左脚跺脚两次。（见图13）

2小节 重复1小节动作。

3小节 拍手。

4—5小节 作1—2小节对称动作。

6小节 拍手。

7小节 左手左侧方平伸，右手托帽式。

8小节 作7小节的对称动作。

9—10小节 重复7—8小节动作。

11小节 第一拍，双手盖住脸，手心向里（图14），第二转脸，手心向外，手向两侧打开（图15）



图12



图14



图15

12—14小节 重复11—14小节动作。

15—16小节 拍手。