

ERTONGWU HE FUDAO

# 儿童舞和辅导

少先队活动从一





少先队活动丛书

# 儿童舞和辅导

本社编

少年儿童出版社

1955.5

少年儿童出版社

## 内 容 提 要

本集汇编了二十个优秀儿童舞蹈。这些舞蹈题材新、寓意深,场记说明详尽,易于学习推广,是初中、小学开展文艺活动的好材料。

本书附有《漫谈儿童舞蹈》一文,系长期从事儿童舞蹈教学的孙鞠娟撰写,有一定的参考作用。

少先队活动丛书

儿童舞和辅导

本社编

程顺发 装帧

少年儿童出版社出版

(上海延安西路1539号)

新华书店上海发行所发行

上海商务印刷厂排版 江苏上冈印刷厂印刷

开本787×1092 1/32 印张12.5 字数246,000

1986年10月第1版 1986年10月第1次印刷

印数1—2,800

统一书号: R8024·32 定价: 1.60元

## 出版说明

为了辅导少先队开展各项健康有益的活动，我们编了这套《少先队活动丛书》。本丛书结合少年儿童的思想、学习和生活实际，形象具体地介绍了文化娱乐、科学实验、体育锻炼以及举行队会、出版队报等各种有意义有趣味的活动。

我们对大力支持这套丛书出版工作的有关单位和作者表示感谢，并欢迎广大少年儿童和辅导员对这套丛书提出宝贵意见。

编者

## 目 录

|              |               |
|--------------|---------------|
| 快乐的红领巾·····  | 周丽娟 (1)       |
| 欢乐的节日·····   | 沈味芳 郑石梅 (6)   |
| 客人来了·····    | 孙鞠娟 (10)      |
| 拍手舞·····     | 唐玉凤 魏建国 (15)  |
| 红领巾旅行队·····  | 张佩珠 (20)      |
| 友谊舞·····     | 虞天慈 (24)      |
| 丰收乐·····     | 蒋国英 (28)      |
| 小马车·····     | 徐 申 (32)      |
| 拍大麦·····     | 张玉兰 (36)      |
| 穿越桥洞·····    | 唐如璩 (40)      |
| 苗苗·····      | 顾慧珍 石佩玮 (45)  |
| 藏汉儿童心连心····· | 黄依中 王克伟 (81)  |
| 花儿多美丽·····   | 史文娟 李蓓君 (108) |
| 小青蛙回来了·····  | 陈惠珠 (140)     |
| 大宝和小宝·····   | 汪建和 俊 鸣 (173) |
| 美不美·····     | 马明星 刘 满 (214) |
| 嬉球·····      | 胡蕴琪 陈兆鑫 (230) |
| 二比一·····     | 丁 苏 王克伟 (263) |

小水滴.....郭子徽 (286)

小孔雀和小雄鹰.....徐小萍 陈兆鑫 (321)

漫谈儿童舞蹈.....孙鞠娟 (378)



# 快乐的红领巾

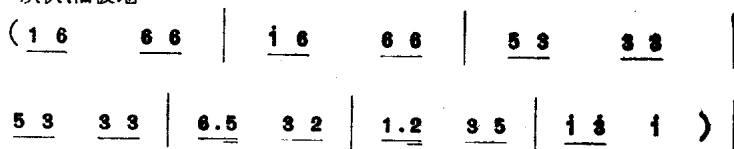
周丽娟 编舞

李永良 作曲

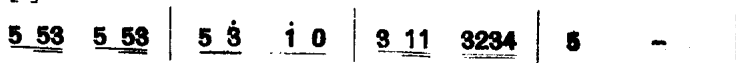
## 一 音 乐

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

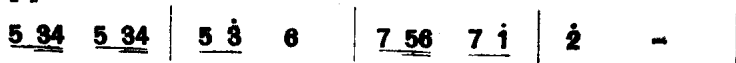
欢快、活泼地



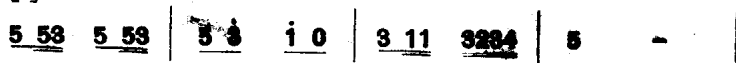
[1]



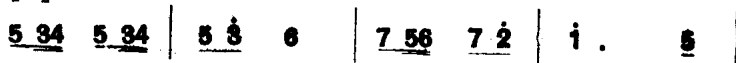
[5]



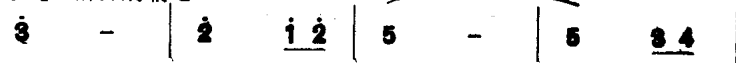
[9]



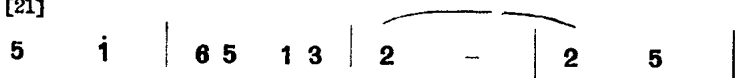
[13]



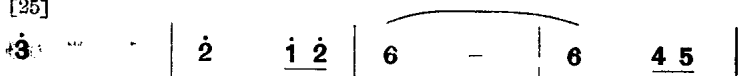
[17] 渐慢、抒情地



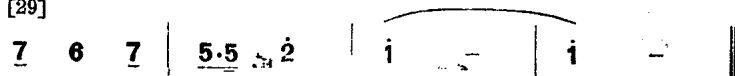
[21]



[25]



[29]



## 二 跳 法

参加人数不限,但必须是双数。成里外两圈。

**前奏:** 舞伴相对站立,双手叉腰,两脚作小八字步,身体随音乐节拍左右摇摆,并微微曲膝,每小节摇摆一下,至最后一小节的最后一拍时,左脚收回成立正姿势,行少先队队礼。

**第1小节:** 第一拍: 双手叉腰,右脚伸向前,脚跟着地,左脚曲膝(图1)。第二拍: 左脚直立,右脚伸向左,脚尖点地。



图 1



**第2小节：**第一拍：右脚、左脚分别向后踢跳一下。第二拍：与第1小节第一拍的动作相同。

**第3小节：**右脚向右后方跨出一步，紧接着左脚也向右旁跟上一步，右手经胸前向右转一圈，左手也自左向右转一圈，身体向右自转一圈(图2)。

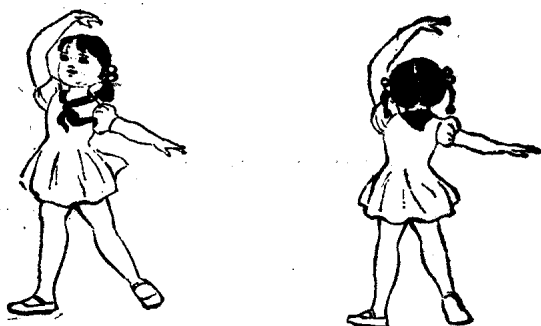


图 2

**第4小节：**双手斜上举，手心相对，头微仰(图3)。

**第5~8小节：**与第1~4小节动作相同，方向相反。

**第9~10小节：**重复第1、2小节的动作。

**第11小节：**右脚向右横跳一步，左脚跟上前，随后成右脚曲膝着地，左脚曲膝旁站，双手叉腰。

**第12小节：**在胸前右侧拍手三下，节奏为 X X X。头略向右侧(图4)。

**第13~16小节：**与第9~12小节动作相同，方向相反。

**第17小节：**双手由身旁向右摆动至右手向右侧平伸，左手在胸前，手心向下，右脚着地，左脚在旁虚站。

**第18小节：**双手向左摆动至左手向左侧平伸，右手在胸前，



图 3



图 4

手心向下。左脚着地,右脚在旁虚踮。

**第 19 小节:** 重复第 17 小节的动作,左手手心向下,换做左手在胸前擦红领巾的动作。眼睛看左前方。

**第 20 小节:** 保持第 19 小节的动作(图 5)。

**第 21~24 小节:** 与第 17~20 小节动作相同,方向相反。

**第 25 小节:** 里圈同学左腿单腿跪,左手向左平伸,右手高举。外圈同学左手向左平伸,右手握住里圈同学的右手,右脚在前着地,左脚在后虚踮(图 6)。



图 5

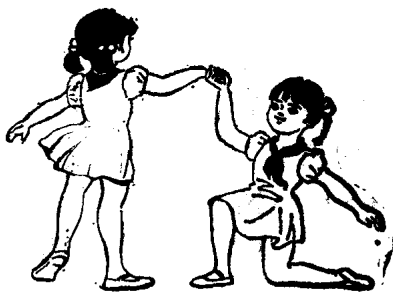


图 6

**第26~28小节：**第一拍：外圈同学左手向左平伸，作交替步向右绕圈至里圈同学的背后，两人互相对视。

**第28小节：**第二拍：里圈同学站起，并向后转身180°，两人面对面站立。

**第29~30小节：**双方左手都向左平伸，右手高举对握，共同作交替步绕一圈，成第28小节第二拍的位置。

**第31~32小节：**双方都立正，敬少先队队礼。

第二遍时，舞伴已调换了里外的位置，再从前奏开始跳。

(肖 谷 吴震芹 插图)

# 欢乐的节日

沈咪芳 编舞  
郑石梅  
莫桂英 作曲

## 一 音 乐

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

欢跃

5 55 5 1 | 7 176 6 | 5 55 5 1 | 7 176 2 |

[5]

4 44 4 6 | 5654 3 | 2 23 2 7 | 1 1 1 |

[10]

5 1 | 7 6 | 5 1 | 7 2 |

[15]

4 6 | 5 3 | 2 3 | 2 7 |

[20]

5 5 1 | 7 6 6 | 5 5 1 | 7 6 2 |

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

[28]

5.5   5 i | 7 6   6 | 5.5   5 i | 7 6   2 |

[30]

4.4   4 6 | 5 4   3 | 5 6   7 2 | i i   i ||

## 二 说 明

这个集体舞吸取了新疆民族舞蹈的风格。舞蹈者人数不限,但必须成双数,分里外两圈。为了加强节奏感,增添欢乐气氛,可以让其中几个同学手持铃鼓等乐器。

## 三 跳 法

**准备:** 里外圈舞蹈者相对站立。

**第1~2小节:** 外圈人原地拍手,一拍一下,里圈人左脚起步作跑跳步,按逆时针方向跑圆场,双手先在胸前拍一下,然后左手经胸前至头左上方,右手弯曲在胸前,手心向上(图1)。

**第3~4小节:** 外圈人动作同上,里圈人脚步不变,双手动作与第1~2小节相反。

**第5~8小节:** 重复第1~4小节动作。音乐结束时找到自己的舞伴。

**第9~10小节:** 两人面对面,右脚向右跨出一小步,左脚脚尖点地,放在右脚后侧,双手在胸前拍一下,经胸前举至头上方,手心向上,然后由两侧而下,放平(图2)。



图 1



图 2

第 11~12 小节：脚步相反，双手动作同第 9~10 小节。

第 13~14 小节：脚步同第 9~10 小节，双手在胸前拍一下以后，手心向下放在下颌处，头部随节拍摇两下(图 3)。

第 15~16 小节：脚步相反，双手动作同第 13~14 小节。

第 17~18 小节：里圈人双手拍一下，同时右脚向前踏在左脚尖前，双膝微曲，左脚脚尖点地(图 4)。到第 18 小节时，右脚收回至左脚后侧，脚尖点地，右手举至头右上方翻掌。左手在胸前翻掌，眼睛看着舞伴。



图 3



图 4

第 19~20 小节：脚步不变，手的动作相反。

第 21~24 小节：重复第 17~20 小节动作。但里圈人要围绕

舞伴转一小圈。外圈人在第 17~24 小节时,右腿跪地,双手动作与里圈人相同,到第 24 小节时站起(图 5)。

**第 25 小节:** 第一拍: 双脚立正,双手自拍一下。第二拍: 双脚半蹲,里、外圈人相互对拍右手一下。



图 5

**第 26 小节:** 重复第 25 小节的动作。对拍时改用左手。

**第 27 小节:** 第一拍: 双脚立正,双手对拍一下。第二拍: 双脚半蹲,双手拍一下自己的双膝。

**第 28 小节:** 重复第 27 小节的动作。

**第 29~30 小节:** 双脚作跑跳步,双手在胸前拍一下以后,右手举至头右上方,左手打开,放平(图 6)。

**第 31~32 小节:** 两人立正,然后相互敬礼。

敬礼动作女同学为: 右脚放在左脚后侧,脚尖点地,双膝微曲,右手放在胸前,左手打开放平。男同学除双脚改为立正外,其他动作与女同学相同(图 7)。



图 6



图 7

(季 平 吴震芹 插图)

# 客人来了

孙鞠娟 编舞

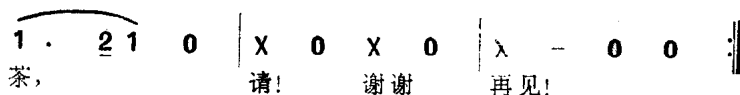
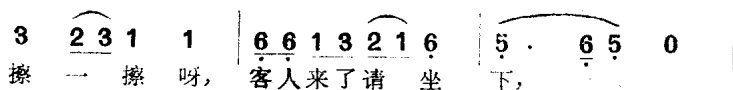
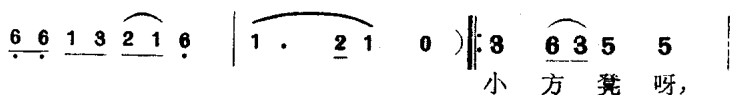
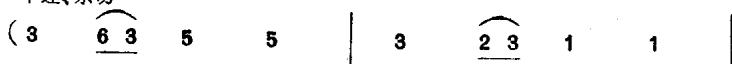
常福生 作词

吴振华 作曲

## 一 音 乐

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

中速、亲切





## 二 说 明

这是一个适合课堂教学中跳的集体舞蹈，是音乐课及游戏课中的集体歌舞教材；同时也适合儿童课余校外时间在里弄中、院子里乘凉、晒太阳时跳的集体舞蹈。它利用儿童们坐的小凳子或小椅子，可以排成圆形、也可以排成横排或方形，边唱边跳。通过这个简短的集体歌舞教育儿童讲文明、有礼貌。

**人数：**男儿童 2~40 人都可，分别扮演小主人和小客人，这里以十六人为例。八人扮演小主人，八人扮演小客人。

**符号：**小主人 ● 小客人 ▼

## 三 场 记

**第一种跳法：**将凳子排成圆形。

**前奏：**八名小客人分别坐在小凳子上，双手放在双膝上，将小手帕的一只角绕在右手中指上。八名小主人也排成圆形站在八名小客人坐的小凳子后面，左手插腰，右手中指上也绕上小手帕的一只角。

“小方凳呀，擦一擦呀！”小客人起立，双手在腹前左右自然摆动，左脚起步向顺时针方向作小跑步，一拍一步共跑八步，一直跑到右侧邻近的一张小凳子前。小主人双膝轻微有弹性地半蹲，每拍半蹲两次。同时左手插腰，右手用小手帕在凳子上左右挥动，作擦灰动作(图 1)。