

多来咪丛书

唱唱跳跳玩玩

——律动、集体舞、歌表演精品



上海音乐出版社

青少年课外生活的良友
校园音乐活动的向导

唱唱跳跳玩玩

——律动、集体舞、歌表演精品

上海音乐出版社

(沪)新登字 105 号

《多来咪系列丛书》

主 编 李丹芬

副 主 编 胡晓耕

编辑委员会：(按姓氏笔划为序)

王天祥 王丽华 包菊英 陆桂芳

陈若莲 陈蓓蕾 郁文武 李亚丽

林百玲 张佩芬 黄亭秀

责 任 编 辑：王天祥

装 帧 设 计：陈达林

唱唱跳跳玩玩

——律动、集体舞、歌表演精品

本社青少年读物编辑室编

上海音乐出版社出版、发行

(上海绍兴路74号)

新华书店经销 吴县文艺印刷厂印刷

开本 787×960 1/16 印张 8.5 插页 2 谱、文 131 页

1995 年 5 月第 1 版 1995 年 5 月第 1 次印刷

印数：1—4,000 册

ISBN 7-80553-544-2/J·451 定价：7.90 元

前 言

为适应各地中小学开展第二课堂音乐活动之需要，我们特选编了这套《多来咪》系列丛书，奉献给爱好音乐的青少年及其教师、家长。这套丛书共分《校园金曲》、《快乐的小乐队》、《唱唱跳跳玩玩》、《音乐故事会》四种，本书是其中之一。

唱唱、跳跳、玩玩，这是儿童的天性。

顺应这个天性，施以艺术教育，这是教师尤其是音乐教师的天职。

我们选编的这本《唱唱跳跳玩玩》，既提供“金子”，又传授“点金术”，相信会受到读者的喜欢的。

所谓“金子”——第一部分，是一组实用性很强的活动材料。这四十余则简单易学、效果较好、便于推广并已发表过的作品，有不少还是获奖作品。这些作品题材广泛，形式多样，有游戏、律动、集体舞、表演舞、歌表演、小歌舞等，既能充实课堂音乐教学，又可用作课外音乐活动，是从历年来的《多来咪》上精选出来，并经过再加工的。

所谓“点金术”——第二部分，是一组指导性很强的经验总结文章。撰写者有的是专家、学者，也有的是富有实践经验的基层教师，他们根据自己的所长，提出了颇有普遍指导意义的观点和经验，值得一读，对于提高教师的业务能力很有帮助。

可以这样说：当读者熟读了本书，并能在实际工作中运用自如之时，便是事业成功之日。

编 者

1994.6

目 录

蜜蜂和小熊(模拟游戏)	郁凯乐曲 罗文琴编游戏(1)
小蝌蚪找妈妈(听音游戏)	陈蓓蕾曲、编游戏(3)
他是谁?(练耳游戏)	邓瑞弟编游戏(5)
汽车到站了(节奏游戏)	邓瑞弟编游戏(6)
小熊钻圈圈(节奏游戏)	朱翠珍词曲、编游戏(7)
我的位置在哪里?(音符时值组合游戏)	佚名编游戏(9)
音乐接龙(接龙游戏)	金 赛编游戏(10)
我是小小作曲家(作曲游戏)	佚名编游戏(11)
鸟儿飞呀飞(律动)	于美玉曲 季秋芹编动作(12)
进教室(律动)	何以佳曲 张 烈编动作(13)
拍手唱歌笑呵呵(律动)	寒 枫词 王正荣曲 陈蓓蕾编动作(14)
快跳起来(律动)	音乐选自奥尔夫教材 陈蓓蕾编动作(16)
龙首舞(集体舞)	慕 宴曲 蒋文焕编舞 孙鞞娟、段 镇整理(17)
篝火燃起来(集体舞)	蔡贡民词 尚志明曲 陈惠珠编舞(19)
红太阳闪金光(集体舞)	舒惊涛词 晓 洪曲 李培玲编舞(22)
壮乡娃娃爱桂花(集体舞)	徐承翰词 彭 超曲 刘琅琅编舞(24)
少先队员爱集体(集体舞)	金鸿为词 裴传威曲 李宝树编舞(27)
拍手舞(集体舞)	茂 方曲 刘剑萍编舞(29)
我们多快活(集体舞)	园 丁词 嘉 评曲 李美安编舞(31)
壮锦献给解放军(集体舞)	晓 洪词曲 李培玲编舞(34)
小牧民(集体舞)	王筱玲曲、编舞(36)
小火车(集体舞)	傅连仓词曲 孙新权编舞 周紫燕、许培红整理(38)
小苗苗(集体舞)	贾丽娃曲 严丽玲编舞(40)

快乐的课间十分钟(集体舞)·····	丁荣华词 李嘉评曲 卢青生编舞	(42)
青春的旋律(新编十六步集体舞)·····	佚名曲 云杉编舞	(44)
小天鹅(表演舞)·····	瞿琮词 徐思盟曲 郑忠华编舞	(48)
欢庆(表演舞)·····	佚名词曲 胡蕴琪编舞	(52)
小孔雀(舞蹈组合)·····	佚名曲 刘剑萍编舞	(55)
小草(舞蹈组合)·····	佚名曲 杨惠茹编舞	(57)
小水兵(男生舞蹈组合)·····	杨存德曲 石佩玮、顾惠珍编舞	(59)
河水笑起酒窝窝(队形组合)·····	陈镒康词 徐东蔚曲 胡蕴琪编舞	(61)
两只小象(歌表演)·····	常瑞词 汪玲曲 朱惠毓编动作	(65)
螃蟹歌(歌表演)·····	熊静词 黄有异曲 熊静编动作	(67)
母鸡和小鸡(歌表演)·····	寒枫词 贾云曲 何瑞英编动作	(69)
小雨沙沙(歌表演)·····	许竞词 王天荣曲 杨惠茹编动作	(71)
火车开啦(一歌多种表演)·····	匈牙利儿童歌曲 吴静译词 欧阳斌配歌 杨惠茹编动作	(73)
我爱雪莲花(小歌舞)·····	赵超越词 黄虎威曲 丁苏编舞	(75)
彝家娃娃真幸福(小歌舞)·····	黄有异词曲 李培玲编舞	(78)
洋娃娃(小歌舞)·····	汪体明词 张仲实曲 周青秋编舞	(81)
小朋友,你好!(小歌舞)·····	郭定华词 李群曲 胡蕴琪编舞	(85)
老师笑了(小歌舞)·····	郎太根词 桑陆曲 严丽玲编舞	(90)
少先队植树造林歌(小歌舞)·····	管桦词 张文纲曲 沈立忠编舞	(95)

二

儿童歌舞的形式与特点·····	杨书明	(99)
儿童歌舞常用语汇·····	顾也文	(102)
怎样为孩子们编集体舞·····	黄亭秀	(116)
低幼儿童舞蹈常用模仿动作·····	云杉	(118)
(一) 动物部分(十三种)·····		(118)
(二) 生活部分(十种)·····		(120)
儿童舞蹈的动作设计·····	郭子微	(123)
谈谈男生舞蹈的训练·····	石佩玮	(125)
浅谈儿童的舞蹈美·····	杨书明	(127)
浅谈儿童演出时的面部化妆·····	朱效琰	(129)

游 戏

蜜蜂和小熊

(模拟游戏)

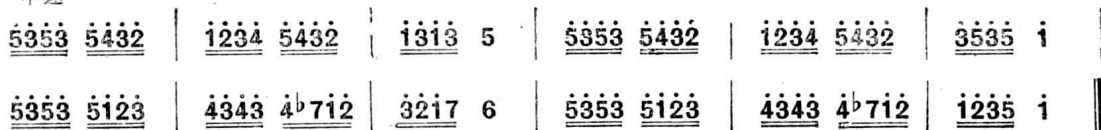
郁凯乐曲

罗文琴编游戏

曲 一 (蜜蜂音乐)

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

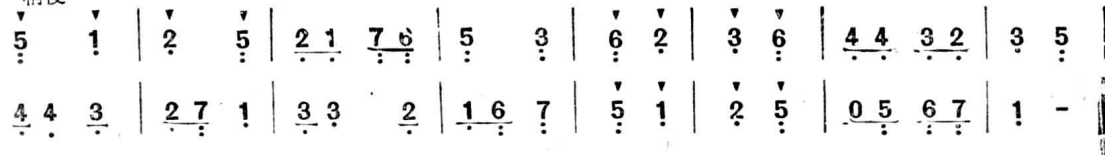
中速



曲 二 (小熊音乐)

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

稍慢



人 数：教学班全体学生。一部分扮演小熊，另一部分扮演蜜蜂。

准 备：道具(1) 蜜蜂、小熊头饰若干只。

(2) 蜂箱一只(大纸箱或用几块大积木代替)。

方 法：

教师先是弹奏蜜蜂与小熊的曲调，让学生分辨哪首曲子的音高，哪首曲子的音低，并讲出哪首音乐形象像蜜蜂，哪首音乐形象像小熊。

然后讲故事：森林里住着蜜蜂和小熊。蜜蜂很勤劳，整天忙着采蜜(弹奏蜜蜂音乐，请扮演者模仿蜜蜂飞翔，同时，嘴里轻微地发出“嗡嗡嗡”的声音)。可是小熊却很懒，整天只知道吃。所以长得很胖，走起路来懒洋洋的(弹奏小熊音乐，请扮演者模仿小熊走路)。有一天，蜜蜂辛辛苦苦采了蜜，围着蜂箱睡着了。这时，小熊出来想偷蜜吃，但笨重的脚步却

把蜜蜂吵醒了。蜜蜂很勇敢，齐心协力赶走了贪吃的小熊。

全体学生围一圈而坐，扮演蜜蜂的学生围蜂箱蹲下，扮演小熊的学生分散在位子上坐着。教师弹奏蜜蜂音乐，扮演蜜蜂的学生就在圈内做蜜蜂飞翔动作。音乐停，蜜蜂飞回蜂箱周围蹲下。然后出现小熊音乐。扮演小熊的学生就在圈内围着蜂箱来回走动。当蜜蜂音乐再度出现时，小熊马上回原位。如果蜜蜂飞出来时发现还有小熊在圈内，则可群起攻之。被“刺”的小熊退回原位，同时被罚停止一次游戏。如此反复进行，然后，学生互换角色，游戏继续进行。

注：蜜蜂飞翔时互不碰撞。游戏熟练后，乐曲不必从头弹到尾，游戏中可以随时弹奏曲一或曲二，以增加紧张气氛。



游 戏

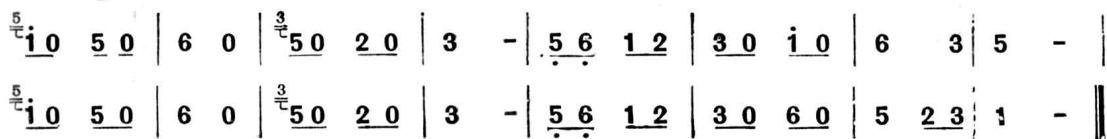
小蝌蚪找妈妈

(听音游戏)

陈蓓蕾曲、编游戏

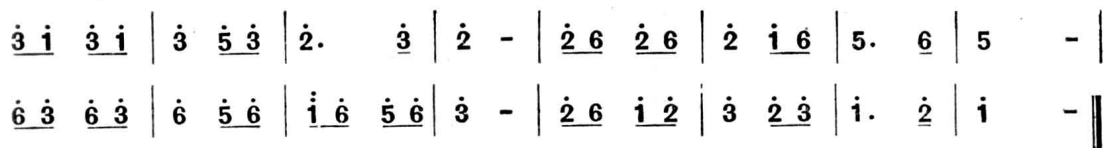
曲 一

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



曲 二

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



人 数：十五人以上。

准 备：扮演青蛙妈妈的七人，头上分别戴着写有do、re、mi、fa、sol、la、si 单音的头饰。扮演小蝌蚪人数不限。

方 法：

曲一开始，青蛙妈妈即兴蹦跳。

曲一结束，青蛙妈妈原地不动。接着，老师弹单音“do”。第一个“蝌蚪”立即唱出“do”，并摆动双臂，游到头戴“do”头饰的青蛙妈妈后面。老师不断弹sol、mi……小蝌蚪纷纷寻找自己的青蛙妈妈（找错了可以重找）。当听了一定数量的单音后，老师弹奏曲二。

曲二开始，青蛙妈妈带着自己的孩子游来游去。青蛙妈妈做蛙泳动作，后面的“小蝌蚪”右手搭在前面人的肩上，左手做划水动作。

曲二结束，老师说：“小蝌蚪脱掉了尾巴，长出了四条腿，变成小青蛙啦！”场内的小朋友，即兴随着音乐自由舞蹈，呱呱叫唤。

注：此游戏适合低年级听音练习，也可改成节奏练习，如在青蛙头饰帽上写上 $\times \times$ 、 $\times \times \times$ 或 $\times \times \times \times$ 等节奏型，老师根据这些节奏，即兴弹奏旋律，让小蝌蚪去找相同的节奏。



游 戏

他 是 谁？

(练耳游戏)

邓瑞弟编游戏

人 数：教学班全体同学。

方 法：

老师先叙述：“森林里住着兄弟俩，他俩勤劳善良，乐于助人，走到哪里就给哪里带来欢乐。”请大家注意用耳朵来分辨他是谁？是哥哥还是弟弟。如：1、3 代表弟弟，2、4 代表哥哥。

接着，老师弹一组音(1、3 或 2、4)，请学生听辨后把音名唱出来。所听的音，既可以单音形式出现，也可用旋律音程或和声音程形式出现。

这个练习可根据对象不同略作变动。低年级可用单音，如 1 代表弟弟，3 代表哥哥。高年级可用和弦，如 1、3、5 代表弟弟，2、4、6 代表哥哥。熟练以后，也可以换几个音。这样的练习，持之以恒，很有效果。



游 戏

汽车到站了

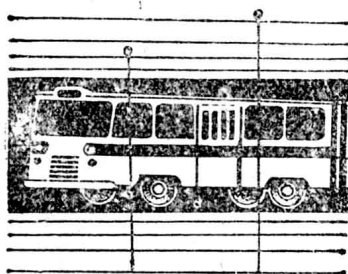
(节奏游戏)

邓瑞弟编游戏

人 数：教学班全体同学。

方 法：

将全班同学分成若干小组，每一小组为一个车站(如第一组为一号站)。要求学生眼看前方，手做握方向盘状。音乐一起(老师弹琴或放录音)，表明汽车开动了。一段音乐后，老师举起一张示意汽车到站的牌子，学生即以“笛笛”一声，表示汽车停了。这时，老师可边走边说：“汽车到了某号站，看谁节奏拍得好。”然后出示几组节奏卡片，由某组的学生集体拍出节奏。接着“汽车”再朝前开，游戏继续下去。由于学生的注意力高度集中，对掌握不同的节奏组合，有很好的教学效果。



游 戏

小 熊 钻 圈 圈

(节奏游戏)

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

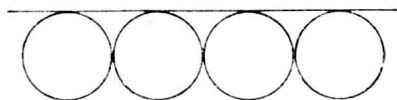
朱翠珍词曲、编游戏

<u>5 5</u>	<u>3 3</u>	<u>1 1</u>	1		5	3	1 -		<u>6 6</u>	<u>4 4</u>	<u>2 2</u>	2		6	4	2 -	
小熊	小熊	钻圈	圈,		钻	圈	圈,		圈圈	上的	小音	符		眯	眯	笑,	
<u>3 5.</u>	<u>4 6.</u>				<u>3 5</u>	<u>6 7</u>	6 -		<u>5 i</u>	<u>7 6</u>	<u>5 4</u>	3		<u>5 4</u>	<u>3 2</u>	1 -	
蹦蹦	跳跳,				蹦蹦	蹦蹦	跳,		小熊	小熊	真可	爱,		钻	圈	圈。	

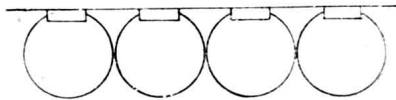
人 数：教学班全体学生。

准 备：小熊头饰两只、体操圈四只、竹竿一根，写有节奏音型的硬卡片若干张。

1. 用四只体操圈连环扎在竹竿上(如图一)。竹竿两头固定，使四只圈垂直于地面。
2. 每只圈与竹竿交界处可挂节奏卡片(如图二)。卡片上写着各种简短的节奏。



(图一)



(图二)

方 法：

1. 游戏开始，两位小朋友在音乐声中(音乐自选)，走到前面，带上头饰，站于圈圈两侧。
2. 老师说：“小熊小熊听节奏。”紧接着选择四只圈上的一组节奏以拍手形式打出来。

如：

X X X | X X X X ||

3. 全班学生模仿老师节奏打一遍。
4. 根据节奏，小熊钻过相关的那只圈圈。同时，全班学生表演唱《小熊钻圈圈》(见上谱例)。

5. 唱完,两只小熊依次钻圈,一只小熊钻圈时,另一只小熊要闭上眼睛。然后回到座位上。

6. 师生评一评:谁钻得对。

全班学生在座位上表演。

[1~2]小节:五指分开,手心向前,平放于胸前,同时左右侧腰与跺脚,两拍一次(如图三)。

[3]小节:右手点前方的圈圈,左手放于腰后,按节拍点头点手(如图四)。

[4]小节:两手交叉,以食指点两面颊,按节拍左右侧点头(如图五)。

[5]小节:头、腰左侧,两手放于8点,按节拍拍手。

[6]小节:头、腰右侧,两手放于2点,按节拍拍手(如图六)。

[7~8]小节:同[1~2]小节。



图三



图四



图五



图六

游 戏

我的位置在哪里？

(音符时值组合游戏)

佚名编游戏

人 数：二十人左右。

队 形：围成一个圆圈(见右图)。

准 备：二十个学生各自戴上各种时值的音符头饰。

方 法：

一开始可由老师或请一学生拍出一个节奏音型，如 $\text{X} \ \underline{\text{X} \ \text{X}} \ \text{X} -$ 。听到这一节奏后，有关的同学迅速组合排成 $\text{♪} \ \text{♪♪} \ \text{♪}$ 的队形。站错队的学生要表演一个小节目。

然后由表演者拍出一个新节奏，游戏继续进行。



游 戏

音 乐 接 龙

(接龙游戏)

金 赛 编 游 戏

人 数：六人以上。

方 法：

一、参赛者五个人一组抽号，按①、②、③、④、⑤顺序先后进行接龙。如：主持人出题：

2.1 2 3 5 3 2 3 | 6. 1 2 3 1 6 5. |

第①号应接唱： 5 3 5 3 | 5 3 1 | 2 4 3 2 | 5 - |

第②号应接唱： 5 .5 5 6 | 5 - | 6 3 2 | 1 - |

第③号应接唱： 1 1 | 5 5 | 6 6 | 5 - | 4 4 | 3 3 | 2 2 | 1 - |

以此类推。

二、主持人出题后，每一个接唱者应在五秒钟内接唱出一句现成的乐句，超时者淘汰；

三、后一个学生所接唱的第一个音必须是前一个学生的最后一个音，否则被淘汰；

四、接唱过程中，如出现“4、7”音结尾的，可不接唱，由主持人另行出题；

五、每一个人所接唱的乐句彼此不可重复出现，违者淘汰；

六、接唱者音要唱准，节奏要稳。不然，也将被淘汰；

七、每组所剩下的最后一个接唱者为优胜者。

注：参照上述方法，还可以组织节奏接龙等。

游 戏

我是小小作曲家

(作曲游戏)

佚名编游戏

人 数：教学班全体学生。

方 法：

一开始可以只提一个要求,规定用几个音来创作两小节或四小节的旋律(节奏、节拍等要求可暂不提)。以后,可根据学生的实际能力逐步增加要求。下面这例是在较长时间地开展了作曲游戏后进行的。

例：用1、3、5、5̣四个音，X、X、X - 三种节奏， $\frac{2}{4}$ 或 $\frac{3}{4}$ 节拍：

①写一首雄壮的进行曲(4~8小节)。

例：1=G $\frac{2}{4}$

5̣ 1 3 | 5 - | 3 5 | 3 - | 5̣ 1 3 | 5 - | 5̣ 5̣ | 1 - ||

②写一首优美的舞曲(4~8小节)。

例：1=G $\frac{3}{4}$

5 5 3 | 5 5 3 | 1 3 1 | 5̣ - - |
5 5 5 3 | 5 5 5 3 | 5 3 5 | 1 - - ||