

初二《平谷大秧歌》校本课程

《教学大纲》



平谷区山东庄中学

二〇〇八年九月

《平谷大秧歌》校本课程 《教学大纲》

初二年级使用

主编：崔东光 编辑：卢艳红



目 录

前言	(1)
编写指导思想.....	(2)
编写原则	(2)
秧歌的教学内容与要求	(3)
平谷大秧歌简介.....	(4)
基本形体练习.....	(8)
秧歌基本步法练习.....	(9)
八月桂花遍地开.....	(11)
大中国.....	(12)
春节序曲.....	(13)
太阳出来喜洋洋.....	(14)

民间歌舞-----平谷大秧歌

前 言

为了贯彻教育部《基础教育课程改革纲要》、《普通音乐课程标准》和北京市实施教育部普通艺术课程方案、课程安排指导意见，形成符合课程改革基本要求，具有平谷特色、充满活力的普通音乐教育的课程和教育体系；为了弘扬平谷地区民族音乐优秀文化，加快我校的音乐教学改革步伐，使我校的学生了解、继承平谷的乡土优秀民族民间的文化传统，永葆民族奋发向上的精神和高尚的道德情操，成为热爱祖国、热爱家乡高素质中学生。学校结合本地地方特色，结合学校实际，以学生发展为本，以切实减轻学生的学业负担，促进学生的全面发展为目标，创造性地编定具有平谷地方特色的民间歌舞-----平谷大秧歌。

每当喜庆的日子，各种民间歌舞纷纷走上街头，扭秧歌、踩高跷、舞狮子、跑旱船等，花会一档接着一档，走了一街又一街，边走边表演，很多的群众出来观看。特别是我们本地的大秧歌，经过发展提高，既保持了鲜明的地方特色，又在一定程度上反映了新时代人们的精神面貌和审美要求，更是深受男女老少的喜爱，有不少秧歌队曾在全国或地方举办的民间艺术汇演中获奖。

我们的学生经常看到人们，在公园或街头广场扭秧歌，这些人主要是为了自娱自乐，有时也为了配合某种社会需要。但秧歌在舞蹈、伴奏音乐、服装、化装等方面，还存在不尽人意之处，在文化素质、审美修养等问题上有待大幅度提高。因此，教师在教学活动中应加强引导，使学生在欣赏高水平的秧歌表演的基础上，对这类社会文化现

象予以正确的认识与评价。

编写指导思想

在九年义务教育全日制中小学《音乐教学大纲》指导下，对学生进行地方民间音乐的教育，充分发挥音乐教育在学校教育中的作用，丰富学生的音乐文化知识，引导学生正确的审美观念，弘扬民族文化，树立民族自豪感。

编写原则

一、思想性和艺术性的统一。

音乐教育必须为培养热爱社会主义祖国和热爱共产党的四有人才这个总任务服务。因此，音乐教学既要向学生进行审美教育，也要进行思想教育。思想教育的内容，首先是帮助学生树立正确的审美观点，有一定的音乐鉴赏能力，培养学生热爱祖国优秀的民族文化，并使这种情感升华，以达到热爱祖国的目的。

艺术性，要求音乐作品有一定的艺术美，例如旋律优美、节奏鲜明等；思想性，要求内容健康，有积极的意义，能达到思想教育的目的。选择教材应着重于既有深刻的思想内容，又有感人的艺术魅力，把健康、积极的思想内容和尽可能完美的艺术形式统一起来。

二、民族风格和时代精神的结合

音乐是现实生活的艺术反映，既要有强烈的民族性，又要有鲜明的时代性。处理好传统文化与现代文化的关系，对于学习地方民间音乐是非常重要的。它是中华民族历史中经过确认的优秀音乐作品，随着历史和社会的不断前进，人们生活水平不断提高，对音乐艺术的欣赏要求也会逐步拓宽和提高。因此，在制作与教材配套的录音、录像资料时，特别注意了对传统音乐的艺术加工和现代技术运用。

三、重视音乐文化教育。

音乐教学应重视基础知识的学习和基本技能的训练，但更应重视音乐文化教育，因为它以美育为核心进行音乐教育，本教材非常重视音乐文化教育，在向学生介绍民间音乐作品时，都注意了历史知识、风土人情、音乐风格等的介绍，使学生对音乐及舞蹈有全面的了解。

四、由浅入深，循序渐进。

整个教材完全按照教学内容的难易程度编排的，从基本的舞蹈步开始练习，再逐步加上一些难度，在整个教学中有重复，但又不是简单的重复，是教材的自然发展，由浅入深，循序渐进。

秧歌的教学内容与要求

一、教学内容

秧歌属于民间歌舞，与专业歌舞相对而言，泛指民间的各种歌舞艺术。平谷大秧歌载歌载舞与诗歌、音乐、舞蹈三者紧密结合。伴奏乐器以打击乐器为主，音乐富于舞蹈性，具有刚健明快、热烈红火的特点，也有一些具有优美抒情的特点。

二、教学要求

1、秧歌是由诗歌、音乐、舞蹈、美术、等融为一体的综合性艺术。教师应通过多种教学手段使学生全面地了解秧歌，如：听录音、看录像、观看演出等。

2、教师还可以根据学生的实际情况练习锣鼓点，学唱歌曲，表演秧歌动作。

3、我们的学生经常看到人们，在公园或街头广场扭秧歌，这些人

主要是为了自娱自乐，有时也为了配合某种社会需要。但是，在舞蹈、伴奏音乐、服装、化装等方面，还存在不尽人意之处，在文化素质、审美修养等问题上有待大幅度提高。因此，教师在教学活动中应加强引导，使学生在欣赏高水平的秧歌表演的基础上，对这类社会文化现象予以正确的认识与评价。

平谷大秧歌简介

教学内容：给学生看相关资料了解平谷秧歌的起源发展并让学生观看相应的音像资料。

教学目的：通过文字资料和音像资料，使学生了解平谷大秧歌，从而激发学生学习秧歌歌的兴趣。

平谷秧歌是北京地区流行的秧歌之一，它流行于平谷一带的农村，有着极其丰富的文化底蕴和质朴的泥土芳香，是农民抒发情感、陶冶情操的一种自娱自乐的大型广场舞蹈形式。平谷秧歌是舞、戏结合的秧歌，在当地亦叫大秧歌、地秧歌或耍秧歌等，它是在演唱的基础上吸收了外来的形式而具有了舞、戏结合的表演特点。它分为大场与小场(小戏)两部分，舞蹈部分是戏前的跑场，用来烘托气氛，招徕观众，然后才开始进入小戏部分。平谷秧歌中的舞蹈部分以女性最具特色。最初许多舞者都是男扮女，动作富有韧性的曲线美。从其风格和师承关系上，平谷秧歌有两大派系即文派和武派，一般是从农闲开始，农忙解散，其间热闹非凡。据《平谷县志》记载：“上元灯节，沿乡雉古俗……万灯攒押，代鼓鸣锣，在城镇则游行四街，在乡间则周游附近村落，至则男妇临观，途塞巷满。上元前后各一日，此三夜，真有金吾不禁之慨。”当时繁荣景象，可见一斑。至今平谷一带农村依然保留着当年的传统。特别是逢年过节，这种土生土长的农村秧歌

依旧深受当地群众的喜爱，并逐渐有向城市扩充的态势。当地农村的民谣说：“听见秧歌唱，手中活茬放一放；看见秧歌扭，拼着老命瞅一瞅。”平谷秧歌已经深深地扎根于广大人民群众沃土之中，成为世代相传的舞蹈形式，并在长期的自然选择中不断发展。

目前，在平谷区许多中小学都开始了秧歌教学，平谷秧歌是汉族民间舞蹈中动律最复杂、韵律最浓郁、表现人物情感最丰沛的一个支脉。它以其自身的律动特征给人一种坚韧、挺拔、舒展、利落的美感，更加完美地表达出舞蹈的内涵。“拾重、落轻、活动起来扭断腰”以及“碾、拧、抻、韧”鲜明的律动特点，使舞蹈形象更加突出。我们在教学过程中，要以平谷秧歌这些特点为中心，坚持“传统”与“现代”相结合，才能让平谷秧歌的魅力得以充分的体现。

平谷秧歌的教材与教法，亦即中国民间舞的教材与教法，目前舞蹈界存在不同的认识。一种认为，民间舞教材应当传统化，保持原样，这是一种民间舞的“珍藏版”；另一种则认为民间舞应当现代化，摒弃传统。我们既不能一味“现代”而失去传统，也不能只要传统而不求发展；既不能扔下祖先留给我们的原生态的宝贵遗产，也不能脱离时代一味地照搬传统。平谷秧歌应当与时代的审美同步发展，只有这样，平谷秧歌才能保持旺盛的生命力。平谷秧歌的权威代表郭凤玲老师在课堂上十分注意舞蹈组合的编排，特别强调传统与现代的有机结合，让传统的动作素材经过深思熟虑的加工，使其具有时代气息。动作与动作的连接自然流畅，组合贴近现代人的心理要求，动作的风格韵律鲜明，且浓缩地方特色，具有时代特征。同时很适合大众的审美情趣，既让传统的精华与现代意识紧密联系在一起，又延续历史的血脉。在组合音乐的选择上，她精选的几乎全是当今流行的、具有浓郁地方风格特色的音乐，气势浓烈，短小精悍，活跃了课堂气氛，调动了学生学习的积极性，收到了很好的教学效果。只有将平谷秧歌的教材与教法创新发展，让“传统”与“现代”有机结合，才会使平谷

秧歌这支舞坛上的奇葩，放射出耀眼的光辉。

把“即兴舞”纳入秧歌的课堂训练中，是我们在秧歌教学中的一大尝试。“即兴舞”是舞者不经过事先酝酿排练或预习，根据音乐的旋律和节奏，即席进行舞蹈表演的一种创作演出活动。即使根据相同的音乐来舞蹈，也因客观环境和舞蹈者主观情感思想的变化差异使每一次表演都不尽相同。“即兴舞”在我国已有上千年的历史，已经成为编导课堂训练的重要手段之一。但是过去在秧歌的课堂上，却几乎没有利用这一形式。在“即兴舞”中，舞者可以根据个人内心情感、个人的身体条件和对音乐的理解去发展动作，淋漓尽致地将自己的长处展示给观众。“即兴舞”还可以较好地把握秧歌等民间舞的动作定势与内在情感有机结合在一起，从而使舞者进入一种自由的境界。我们的做法是：首先在老师的规范指导下，让学生掌握一定的民间舞语汇和素材后，使之成为其改善动作定势而寻求个性风格所运用的一种训练手段。它要求学生必须在牢固地掌握了秧歌的动律特点和风格特征后，运用自己对它的理解和个人的审美情趣发挥个人所长，开拓思维去即兴，从而达到创新、再创造的目的。当然，必须强调的是，平谷秧歌即兴舞的前提，绝不可脱离它的风格特征而无目的的、无拘束地去“超常”即兴，那样会失去平谷秧歌即兴舞训练的独有价值。在即兴中把握好“碾、拧、抻、韧”以及由它们的动力而引起的身体曲线美，在动作中强调大小、动静、高低、紧张、松弛的对比调度上根据个人情感需求有的放矢，让即兴的舞蹈流畅起来。

平谷秧歌课堂即兴舞训练的方法，完全可以借鉴编导课即兴舞训练的方法，如：指定一个单一的动作进行变化发展，打破原有节奏型变化，设定角色即兴训练等等。这样的训练既可调动起学生的主体意识和主观能动性，为以后创作打下基础，又可达到“传统”与“现代”的结合，收到最佳的教学效果。

大胆地向现代舞借鉴是我们在平谷秧歌教学中运用的方法之一。

起源于西方的现代舞现在越来越受到人们的青睐，它打破了古典芭蕾程式化的体系，注重人的个性发挥、身体各器官的解放和身心的开放与松弛，它强调的是群体中每个人的价值。而以往平谷秧歌的课堂训练追求的是整齐划一、动力定势，而忽略了舞者的主体意识和内心感受，具有古典芭蕾程式化的特点，把舞者全部都规定在一个“模子”里，调动不起学生的主观能动性和创造性，使课堂训练效果停滞不前，不能适合当代学生的审美心态。因此，秧歌的课堂训练应当向现代舞借鉴。在教学中，当学生掌握了民间舞风格特征后，融入现代舞技能训练，让学生“由内而外、以情带动”，感受力与力之间的关系，感受紧张、放松、主动、被动等心理体验，体会多方位小角度的空间变化。这样才能全方位地训练学生，开发人的潜能，真正达到身体的解放，这样才能帮助学生发现个性并使之与众不同。现代舞在打破程式化方面确实有它自己的过人之处，它可以将原来的具有一定系统性、逻辑性的某种原状，打碎并重新组合，它可以将平谷秧歌中弯曲的体态、步态等动作基本要素分解拆开，之后再用其颇具特色、出人意料的连接与组合方式处理动作之间的分与合，结果是只见某个熟悉的动作的影子，已不识庐山真面目了，但是这些被分解拆散的动作在重新整合、组构之后又展现了全新的收敛与夸张，形成了具有独特风格的现代民间舞。不管怎样，就其动作本身来讲，更多加入的恐怕是纯动作以外的人文精神。一举手、一投足、一顾盼都根据创作的需要蘸足了情感。因此，平谷秧歌对现代舞广泛吸收与利用之后，不论是其纯技术或视觉上的画面感、冲击力，还是动作的情感表达，都上升到一个全新的层次。

基本形体练习

教学内容：基本的形体练习。

教学目的：通过基本形体练习，使学生能有一个正确的体态。

要想跳出优美的秧歌，首先我们要有好的形体姿态，面带笑容，挺胸抬头，给人以挺拔向上的感觉，这在扭秧歌时是非常重要的。

那么挺胸抬头的标准是什么？怎么练习呢？

首先，每个找到一个墙面，两手自然下垂，挺胸抬头，身体四个部位靠墙，即头、两肩胛骨，臀部、脚后跟靠墙，这就是最基本的站立姿势。课上让每位学生靠墙练习，老师逐个纠正。

上课队形：双排插空

0 0 0 0 0 0 0

0 0 0 0 0 0 0 0

秧歌基本步伐练习

教学内容:

1、通过学习《秧歌步》十字步，了解汉族人民在喜庆的日子里载歌载舞的表演形式，来表达欢乐、高兴、愉快的心情。

2、学习《秧歌步》培养学生在形体上表演、协调、手脚配何的能力和兴趣，让每一个学生都学会表现自己，听节奏练习舞蹈。

教学目的:

1、《秧歌步》是汉族人在喜庆的日子常用动作，跳的一种舞步，在欢快的乐曲中边跳边扭动、相互配合表演的形式，用身体的扭动来表达自己心里高兴和喜悦。也可称《大秧歌》步。

2、歌曲的特点，欢快、跳跃、活泼的情绪。

节奏，为附点音附节奏。

节拍，为 2 / 4 拍子。

5·6 5·6 | 1·6 1 | 5·1 6·5 | 3 2 3

||

这种节奏；动感强，舞起来、跳跃性也很强。

一、复习舞蹈基本手位和基本站姿:

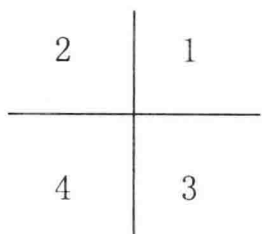
1、古典舞手位

2、芭蕾舞手位

二、学跳：《秧歌步》

1、《秧歌步》是汉族人在节日庆祝中跳的一种舞蹈形式，以十字步为主，跳出各种不同步伐和花样。在练习时，先是双手插腰，“走十字步”。在走十字步的时候，四步为一组，变动不同的队形和动作，

通过单人扭动、双人扭动、集体配合扭，达到一起扭起来。



走十字步的步伐，先出第一步左脚踩在 1 的位子上，第二步右脚踩在 2 的位子上，第三步左脚踩在 3 的位子上，第四步右脚踩在 4 的位子上。

2、十字步走好后，练习双摆手，（左一次、右一次）一直在身体旁边摆双手，带动全身各部位扭动起来。

五、队形变化设计：

1、■男同学，▲女同学。

2、全班同学面向前走《秧歌步》。

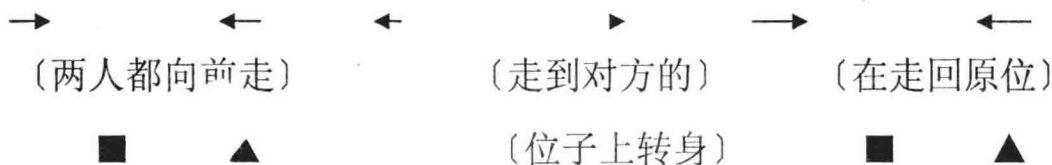
〔准备动作〕 〔第一步〕 〔第二步〕 〔第三步〕 〔第四步〕

3、全班同学会后，开始队形变化。（先是两人对脸）跳。

〔男同学〕〔女同学〕 〔面对面走十字步〕 〔互相看着〕



4、 变队形。（交换位子、来回走四次）



5、男同学为一组跪在地上，女同学为另一组围着，跪在地上同学转一圈。

〔围着同学转一圈〕

〔相反方向在围着同

学转一圈〕

八月桂花遍地开

缘分简谱: www.yf66.com

江西民歌

1 = \flat E

八 月 桂 花 遍 地 开，
 鲜 红 的 旗 帜 迎 风 摆，
 破 锣 又 打 鼓 呀， 张 灯 又 结 彩 呀，
 红 色 政 权 委 员 建 起 新 世 界。
 跟 着 毛 委 员 打 出 新 世 界。

结束句

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

大 中 国

(高 枫 演唱)

高 枫 词曲

(5 5̣ 6̣ 2 - | 1 1̣ 6̣ 2 - | 5 5 6̣ i 6̣ 5 | 1 1̣ 6̣ 2 - || 5 2 5 5 - |

5 2 5 5 - || 5. 6̣ 5 6̣ i. 6̣ i | 3. 5 6̣ i 5 - | 5. 6̣ 5 6̣ i. 6̣ i |

我们都 有一个家 名字 叫中国， 兄 弟 姐 妹 都 很 多

5. 6̣ i 3 2 - | 2. 3 2 3 5 3 5. 3 | 2 5 3 2 1. 6̣ | 5. 6̣ 1 2 3 5 6̣ i |

景 色 也 不 错， { 家 里 盘 着 两 条 龙 是 长 江 与 黄 河 呀， 还 有 珠 穆 朗 玛 峰 儿
看 那 一 条 长 城 万 里 在 云 中 穿 梭 呀， 看 那 青 藏 高 原 比 那

6 5 3 2 1 - || 5 5 3 2 1 2 3 5 5 0 6 | i 2 3 2 1 6 $\frac{6}{5}$ 5 - |

是 最 高 山 坡。 我 们 的 大 中 国 呀， 好 大 的 一 个 家，
天 空 还 辽 阔。

i i 0 6 5 i i 0 6 5 | 5 5 6 $\frac{5}{3}$ 3 3 2 2 - || 5. 5 6 5 3 2 | i - - i 2 |

经 过 那 个 多 少 那 个 风 吹 和 雨 打。 我 要 伴 随 她。 中
永 远 那 个 永 远 那 个

3 - - 2 i | 2 - - 3 2 | i. i i 6 5 | 5 - - i 2 | 3 - - 2 i | 2 - - 3 2 |

国， 祝 福 你， 你 永 远 在 我 心 里， 中 国， 祝 福 你， 不 用

i. i 6 5 | i - - - | i - - X | (5. 6 5 6 i 6 i | 5. i 6 5 3 2 3 | 3. 6 5 3 2 1 2 |

千 言 和 万 语。 嘿！

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

语。 中 国， 祝 福 你， 你 永 远 在 我 心

5 - - i 2 | 3 - - 2 i | 2 - - 3 2 | i. i 6 5 | i - - - | i - - 0 ||

里， 中 国， 祝 福 你， 不 用 千 言 和 万 语。

春节序曲

Allegro 幸福之歌

5 *f* *mp*

10 *mf* *f*

15 *f*

17 *mf*

23 *f*

30 *mf*

35 *f*

40 1.

46 *cresc.* *f* *mf* To Coda 2.

51 *f*

