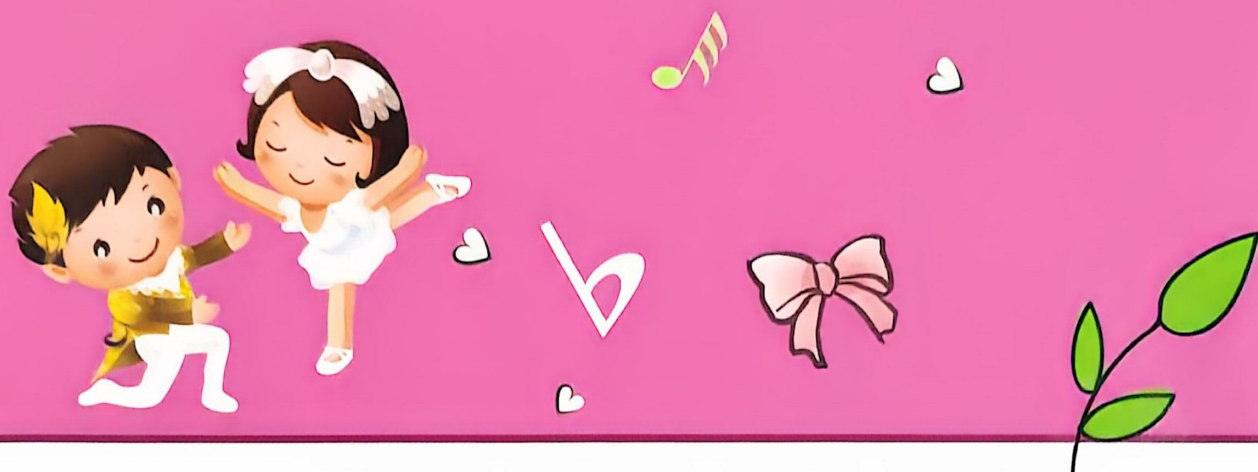




“十四五” 职业教育国家规划教材



# 舞蹈基础

( 第2版 )

韩 云 主编



**资源丰富：**88个视频资源，扫一扫二维码轻松展示

**新颖结构：**遵循任务驱动编写模式，每个任务由我的目标、我来学、拓展延伸、思考探究构成

**愉悦学习：**宽松、有趣的版式，图文结合相得益彰，彩色的内文愉悦感官



 **北京理工大学出版社**  
BEIJING INSTITUTE OF TECHNOLOGY PRESS

图书在版编目 ( CIP ) 数据

舞蹈基础 / 韩云主编. -- 2 版. -- 北京 : 北京理工大学出版社, 2022.2 ( 2025.8 重印 )  
ISBN 978-7-5763-1040-5

I. ①舞… II. ①韩… III. ①舞蹈-教材 IV.  
① J7

中国版本图书馆 CIP 数据核字 ( 2022 ) 第 029315 号

---

---

责任编辑: 张荣君      文案编辑: 张荣君  
责任校对: 周瑞红      责任印制: 边心超

---

出版发行 / 北京理工大学出版社有限责任公司  
社 址 / 北京市丰台区四合庄路 6 号  
邮 编 / 100070  
电 话 / ( 010 ) 68914026 ( 教材售后服务热线 )  
          ( 010 ) 63726648 ( 课件资源服务热线 )  
网 址 / <http://www.bitpress.com.cn>

---

版 印 次 / 2025 年 8 月第 2 版第 6 次印刷  
印 刷 / 定州市新华印刷有限公司  
开 本 / 889 mm × 1194 mm 1/16  
印 张 / 10.5  
字 数 / 225 千字  
定 价 / 42.00 元

---

任务3 幼儿自然情境类舞蹈 / 110

任务4 幼儿动物情境类舞蹈 / 120



### 单元五 幼儿舞蹈创编 / 131

任务1 幼儿舞蹈创编的基本方法 / 131

任务2 幼儿律动组合的创编 / 136

任务3 幼儿歌表演的创编 / 142

任务4 幼儿音乐游戏舞的创编 / 147

任务5 幼儿集体舞的创编 / 154

参考文献 / 160





## 任务3 幼儿歌表演的创编



### 我的目标

1. 掌握幼儿歌表演的元素。
2. 欣赏并分析优秀的幼儿歌表演作品，理解音乐元素与舞蹈动作的融合。
3. 掌握幼儿舞蹈、歌表演创编的方法以及思路。



### 我来学

#### 一、学跳歌表演《粉刷匠》

**准备位置：**双脚正步位、双手叉腰准备（见图 5-16）。



图 5-16 《粉刷匠》准备位置

**前奏：**保持准备位动作，左右倒头四次。

#### 第一段

第一个八拍动作：

- 1 ~ 4 拍：左脚起原地踏步四次，双手握拳屈肘摆臂。
- 5 ~ 6 拍：脚下不动，左手叉腰，右手掌型手指尖扶胸口（见图 5-17）。
- 7 ~ 8 拍：右手竖起大拇指向右上方伸出（见图 5-18）。



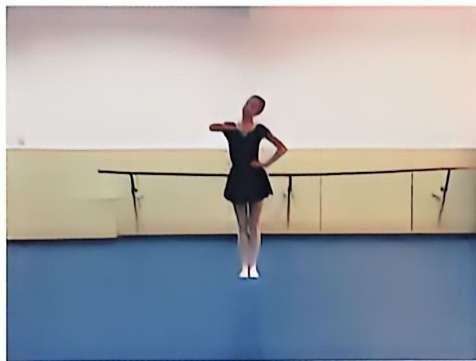


图 5-17 《粉刷匠》第一段  
第一个八拍动作（5 ~ 6 拍）

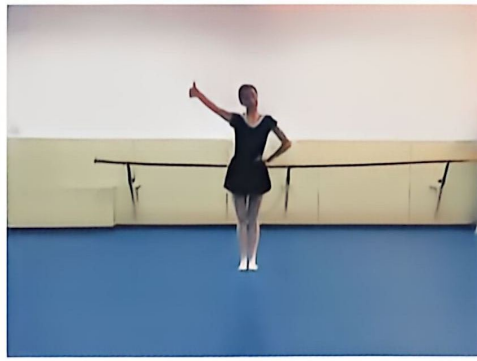


图 5-18 《粉刷匠》第一段第一个  
八拍动作（7 ~ 8 拍）

第二个八拍动作：

1 ~ 2 拍：左脚向旁打开至大八字位重心移向左，左手叉腰位不变，右臂上举向左摆同时左倒头，扩指手型。

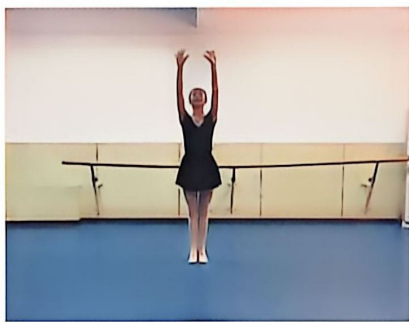
3 ~ 4 拍：重心右移，向右摆臂右倒头，扩指手型。

5 ~ 8 拍：重复前四拍动作。

第三个八拍动作：

1 ~ 4 拍：脚下小碎步，双臂正上位双手扩指碎摆手两拍，双手压腕垂直向下至前平位扩指摆臂（见图 5-19）。

5 ~ 8 拍：双脚正步位，双手扩指摆动两次。



a. 动作一



b. 动作二

图 5-19 《粉刷匠》第一段第三个八拍动作（1 ~ 4 拍）

第四个八拍动作：

1 ~ 4 拍：脚下小碎步，双手手心向里挡住鼻子，低头左右摆动。

5 ~ 6 拍：双脚跳落至大八字位，上身展胸前倾，双手扩指向旁拉开（见图 5-20）。

7 ~ 8 拍：双脚跳回正步位，双手叉腰。

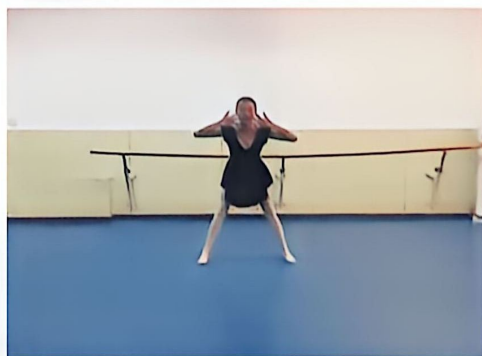


图 5-20 《粉刷匠》第一段第四个  
八拍动作（5 ~ 6 拍）

**第二段：**

重复第一段动作。



## 二、欣赏与分析歌表演

### 1. 欣赏歌表演《我的好妈妈》

**准备位置：**体对1点，正步位站立。

**前奏：**保持准备位动作。

**第一个八拍动作：**

1 ~ 4 拍：脚下正步位，双手指胸前，头左右各摇晃一次，两拍一次（见图 5-21）。

5 ~ 8 拍：脚下正步位，双手胸前拍手，头左右各摇晃一次，两拍一次。



《我的好妈妈》



a. 动作一



b. 动作二

图 5-21 《我的好妈妈》第一个八拍动作（1 ~ 4 拍）

**第二个八拍动作：**

1 ~ 4 拍：左脚垫步，双手胸前拍手，两拍一次。

5 ~ 8 拍：动作同上。

**第三个八拍动作：**

1 ~ 4 拍：脚下小碎步，双手向上举至头顶向2点招手（见图 5-22）。

5 ~ 8 拍：动作同1 ~ 4 拍，但方向是8点招手。

**第四个八拍动作：**

1 ~ 4 拍：脚下正步位，双手在胸前做“端杯状”（见图 5-23）。



图 5-22 《我的好妈妈》第三个八拍动作（1 ~ 4 拍）



图 5-23 《我的好妈妈》第四个八拍动作（1 ~ 4 拍）



5 ~ 8 拍：右脚前踵步，双手叉腰，头自然摆动。

第五个八拍动作：

1 ~ 4 拍：左脚前踵步，双手叉腰，头自然摆动。

5 ~ 8 拍：右脚前踵步，双手叉腰，头自然摆动。

第六个八拍动作：

1 ~ 4 拍：左脚前踵步，双手叉腰，头自然摆动。

5 ~ 8 拍：向右下旁腰做右踵步，双手叉扶肩。

## 2. 分析

这是一个生活类的题材小组合，表现出幼儿对妈妈的爱，通过儿歌表演的形式来教育幼儿孝敬父母。

运用生活中的“端杯状”的动作来表示对妈妈的关心，同时运用头部与脚下的动作来表现幼儿的天真可爱，一定要抓住幼儿的特点，体现出幼儿的天真。

## 三、学习编排歌表演

### (1) 选定歌曲。

幼儿歌舞表演的创编首先必须选择一个节奏感强、旋律优美、篇幅短小、乐句方整、音域不宽且富有童趣和动感的歌曲，并且歌词应简单上口，便于记忆，符合幼儿的年龄特点并使幼儿感兴趣。

### (2) 设计主要形象的动作。

歌表演的特点是以唱为主，以舞为辅。所以在设计动作之前首先应将歌曲反复唱熟，并根据歌词的主题意义来设计能突出主题，动作形象鲜明，并具有风格特点的主要形象动作，同时在主要动作的基础上再派生新的动作，力求达到歌与舞的生动贴合，风格完整统一。

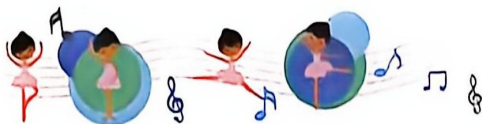
### (3) 根据歌曲结构连接动作组合。

根据歌表演以唱为主的特点，在设计动作连接时，无论是在队形的变化上还是在步伐的起伏上，动作幅度都不宜过大，否则就会影响歌唱而造成喧宾夺主。同时，舞蹈段落应分明，节奏的强弱要清晰，在求以平稳为主的同时体现动作的优美顺畅，连贯统一，形象要生动鲜明，以更加完美地表达歌曲的风格和主题。

## 提示：

歌表演与表演唱是有区别的。表演唱是以唱为主，适当做一些动作来表达唱歌时的感情，歌表演则是在幼儿掌握歌曲旋律和歌词之后，在理解歌曲性质的基础上，用动作来帮助表达歌词的内容和性质，因此，是边唱边表演，实际上就是低龄幼儿的舞蹈。





## 拓展延伸

### 编创舞蹈《妈妈宝贝》

#### 1. 给出音乐。

《妈妈宝贝》这首歌清新、简单，流畅感人，歌曲体现了母爱的伟大，也表达了孩子们对妈妈深深的爱。生动地描绘出一个亲子互动、其乐融融的生活场面，深受小朋友喜欢。

歌词：青青的草地 蓝蓝天 多美丽的世界 大手拉小手 带我走 我是妈妈的宝贝 我一天天长大 你一天天老 世界也变得更辽阔 从今往后让我牵你带你走 换你当我的宝贝 青青的草地 蓝蓝天 多美丽的世界 大手拉小手 带我走 我是妈妈的宝贝 我一天天长大 你一天天老 世界也变得更辽阔 从今往后让我牵你带你走 换你当我的宝贝

#### 2. 提示音乐节奏型。

歌曲采用 4/4 拍节奏、速度舒缓，很适合小朋友以歌表演或是亲子舞蹈来表现。

#### 3. 舞蹈教学提示。

歌曲速度舒缓、画面感强，歌词处处都流露出宝贝和妈妈之间深深的爱。在创编中应以平稳为主的同时体现动作的优美顺畅、连贯统一。队形变化不宜过多，步伐的起伏不宜过大，脚下动作主要以大八字位左右移重心、屈膝颤膝、小碎步等小幅度动作为主，手臂动作可以多样变化从而来表达歌词中传递出的情感主线。

#### 4. 展示编创作品。

展示创编有两种形式：一是每名同学独立完成或一组学生合作完成，动作相同；二是两个人一组或是若干对学生为一大组，分别扮演孩子和妈妈两种角色。

展示环节安排：演员展示、同学互相点评、教师点评总结。



## 思考探究

#### 1. 幼儿舞蹈歌表演创编的环节有哪些？

#### 2. 歌表演的创编对音乐有哪些要求？

#### 3. 简单说出幼儿舞蹈歌表演创编的方法与技巧。