普通高中教科书

音　乐

必修

音乐与舞蹈

主　编　张　前　曾赛丰



湖南文艺出版社

微信公众号：电子课本大全

CONTENTS

目录

上　篇

第一单元　舞蹈的魅力

一、舞蹈——“美的化身”

（一）独舞、双人舞　2

春江花月夜（女子独舞）　2

同行（女子双人舞）　5

（二）三人舞、群舞　6

邵多丽（三人舞）　6

黄河（群舞）　7

（三）舞剧　8

野斑马（舞剧）　8

二、“线”与“点”有机结合

（一）美的舞姿　10

（二）美的队形　12

（三）美的构图　15

金色的汤瓶（女子群舞）　18

狼图腾（男子群舞）　19

走·跑·跳（男子群舞）　19

三、“乐”与“舞”相互交融

天鹅湖（舞剧片段）　20

第二单元　中国古典舞

一、身韵古典舞

扇舞丹青（女子独舞）　26

秦王点兵（男子四人舞）　27

二、汉唐古典舞

谢公屐（男子群舞）　30

踏歌（女子群舞）　31

三、敦煌舞蹈

飞天（女子双人舞）　32

丝路花雨（舞剧片段）　33

第三单元　芭蕾舞

一、浪漫芭蕾

仙女（舞剧片段）　36

微信公众号：电子课本大全

二、古典芭蕾
天鹅湖 38
三、现代芭蕾
天鹅之死（女子独舞） 42
四、中国芭蕾
红色娘子军（舞剧片段） 44
茉莉花（群舞） 46

第四单元　现代舞 当代舞

一、现代舞
也许是要飞翔（女子独舞） 52
悲歌（女子独舞） 53
二、当代舞
士兵与枪（男子群舞） 58
天边的红云（女子群舞） 59

期末测评（上篇） 60



微信公众号：电子课本大全

CONTENTS

目录

下　篇

第五单元　中国民族民间舞

一、汉族民间舞蹈

（一）秧歌 64

红珊瑚（女子群舞） 64

一个扭秧歌的人（独舞与群舞） 65

（二）花灯 68

二、少数民族民间舞蹈

（一）藏族舞 70

离太阳最近的人（男子群舞） 70

（二）蒙古族舞 73

（三）维吾尔族舞 75

（四）朝鲜族舞 78

（五）傣族舞 80

水（女子独舞） 80

第六单元　外国民间舞

一、俄罗斯民间舞蹈

小白桦树（女子群舞） 86

二、波兰民间舞蹈

三、西班牙民间舞蹈

火舞（弗拉门戈） 91

四、印度民间舞蹈

五、爱尔兰民间舞蹈

大河之舞（舞剧片段） 94

第七单元　踏歌起舞

一、随乐即兴舞蹈

多耶（侗族歌舞） 98

梁山伯与祝英台 100

微信公众号：电子课本大全

二、旋转的舞台

斗笠舞 102

掀起你的盖头来 104

洗衣歌 106

三、创意展示

贝加尔湖畔 108

怒放的生命 110

送别 111

卖火柴的小女孩（片段） 115

期末测评（下篇） 117



微信公众号：电子课本大全



上篇

Music and Dance

第一单元

微信公众号：电子课本大全



舞蹈的魅力

微信公众号：电子课本大全

一、舞蹈——“美的化身”

舞蹈是美的化身。它是以人体动作为主要表现手段，综合音乐、诗歌、戏剧、美术等来表现人的思想感情，反映社会生活的艺术。好的舞蹈，无论是形体与造型，还是韵律与意境，都能给人以美感，使人获得精神上的愉悦与情操的陶冶。

下面，让我们通过欣赏不同表现形式的舞蹈，领略它们各自独特的魅力。

（一）独舞、双人舞



欣赏体验

春江花月夜

（女子独舞）

编导 粟承廉　编曲 诸信恩　表演 陈爱莲

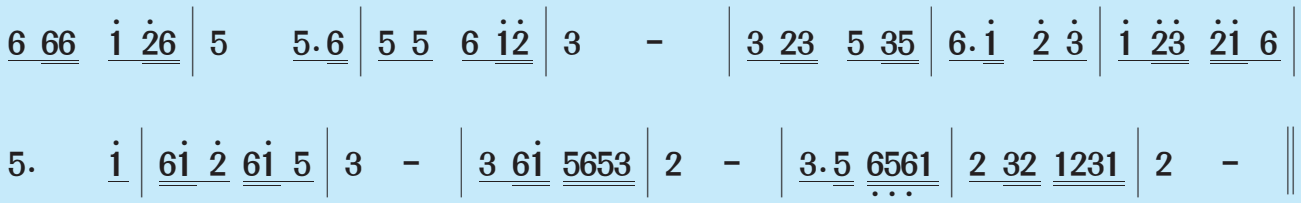


微信公众号：电子课本大全

舞蹈音乐

1=G $\frac{2}{4}$ 古曲

慢板



欣赏提示

舞蹈《春江花月夜》由同名民族器乐曲改编创作而成，是具有我国古典音乐和舞蹈风格的女子独舞。舞蹈深入发掘乐曲《春江花月夜》的表现意境，以春天月夜下的少女“初露面容”“江畔闻花”“夜听鸟鸣”“对水照影”和“向往幸福”等舞段，细腻地刻画了青春少女对美好生活的热爱与向往。



陈爱莲（1939— ）

中国舞蹈表演艺术家。在舞台上塑造了《蛇舞》《鱼美人》《霓裳羽衣舞》《文成公主》《红楼梦》《牡丹亭》等舞蹈作品的艺术形象。

欣赏参与

观赏舞蹈《春江花月夜》，哼唱其音乐主题，并结合相关唐诗、草书谈谈对乐、舞、诗关系的看法。

春江花月夜

〔唐〕张若虚

春江潮水连海平，海上明月共潮生。
滟滟随波千万里，何处春江无月明。
江流宛转绕芳甸，月照花林皆似霰。
空里流霜不觉飞，汀上白沙看不见。
江天一色无纤尘，皎皎空中孤月轮。
……

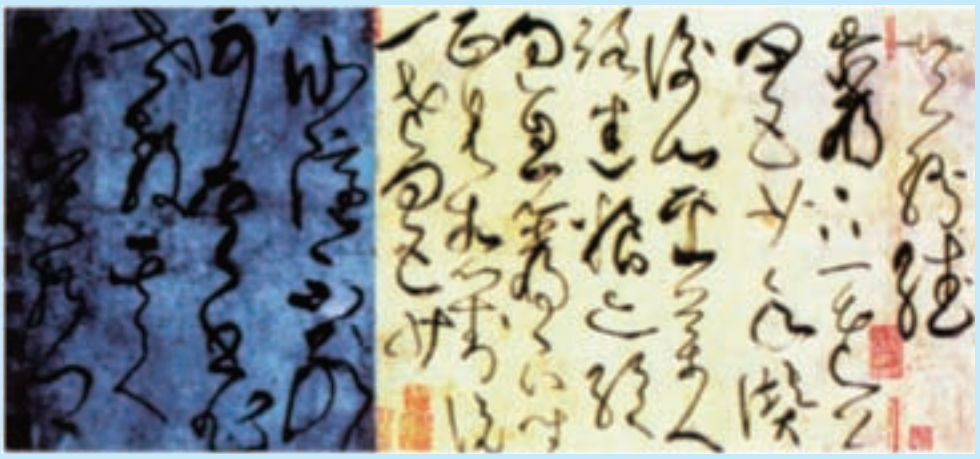
微信公众号：电子课本大全

观公孙大娘弟子舞剑器行并序

〔唐〕杜甫

昔有佳人公孙氏，一舞剑器动四方。
观者如山色沮丧，天地为之久低昂。
㶿如羿射九日落，矫如群帝骖龙翔。
来如雷霆收震怒，罢如江海凝清光。
绛唇珠袖两寂寞，晚有弟子传芬芳。
临颍美人在白帝，妙舞此曲神扬扬。
……

诗序曰：……昔者吴人张旭，善草书帖，数常于邬县见公孙大娘舞西河剑器，自此草书长进，豪荡感激，即公孙可知矣。



张旭草书影印

相关链接

独舞 即单人舞，由一个人表演完成一个主题的舞蹈。多用来直接抒发人物的思想感情和展示人物的内心世界。

微信公众号：电子课本大全

同　行

（女子双人舞）

编导 吴凝 陈琛　表演 苏娜 谢晶川



欣赏提示

舞蹈《同行》讲述了两个女兵在恶劣的生存环境下，因为水而产生的一段生离死别的动人故事。舞蹈以“革命的激情，战斗的抒情”这一“前线”艺术风格为主线，汲取军旅舞蹈独特的养分，将舞蹈演员富于表现力的肢体语言与深情的音乐融为一体，把两个女兵相互支撑、艰苦同行的过程表现得淋漓尽致，她们舍己救人的精神给人以心灵上的震撼。

相关链接

双人舞 指由两个人共同表演完成一个主题的舞蹈。多用来表现人物之间思想感情的交流或展现人物之间的关系。

微信公众号：电子课本大全

（二）三人舞、群舞

欣赏体验

邵 多 丽

（三人舞）

编导 赵梁　作曲 李沧桑　表演 王锦 崔英美 刘晓智



欣赏提示

傣族舞蹈《邵多丽》突破了以往傣族舞常用的独舞或群舞的表现形式，以三人舞蹈的形式，巧妙地运用了斗笠、竹竿、花以及不断变换的动作姿态，表现了三个年轻的傣族姑娘穿着漂亮的傣族长裙，在春天的阳光下快乐嬉戏的美妙画面。

相关链接

三人舞 由三个人合作表演完成一个主题的舞蹈。根据其内容可分为表现单一情绪、表现一定情节以及表现人物之间的戏剧矛盾冲突等三种不同的类型。

微信公众号：电子课本大全

黄　河

（群舞）

编导 张羽军 姚勇　编曲 殷承宗 储望华 刘庄 盛礼洪 石叔诚 许斐星

表演 张羽军 李恒达 沈培艺 等



欣赏提示

钢琴协奏曲《黄河》在很多人心中已经是一座丰碑，一座用民族抗争之血和抵抗外辱之魂浇筑的丰碑。它的每一个音符，每一支旋律，几乎都叩击在人们心底。然而群舞《黄河》在描述故事情节时避开了对抗日战争各种事物的表面描绘，而是把黄河所代表的精神做了抽象化处理。编导用舞蹈的奔放化作民族精神的狂飙突进，用舞蹈的蜷缩展现民族的屈辱。这部作品生动地表现了一个伟大民族的活力，揭示了中华民族永不屈服的精神气质。

相关链接

群舞　四人或四人以上的舞蹈均可称为群舞。一般多用来表现某种概括的情节或塑造群体的形象。

微信公众号：电子课本大全

（三）舞剧

欣赏体验

野 斑 马

（舞剧）

编导 张继刚　作曲 张千一　表演 上海东方青年舞团







欣赏提示

大型三幕舞剧《野斑马》，从古典芭蕾、现代芭蕾、现代舞、民族舞中汲取艺术精华，并将它们创造性地有机融合在一起，以歌唱生命、礼赞人性为主题，讲述了一个颇具寓言色彩的爱情故事，映照出一个错综变幻、至真至美的人性世界，富于情感的穿透力和感染力。

微信公众号：电子课本大全

相关链接

舞剧 一种以舞蹈为主要艺术表现手段，综合了音乐、舞台美术（服装、布景、灯光、道具）及文学等艺术形式，以表现特定人物和一定戏剧内容的舞台表演艺术。

舞蹈常识



苗族芦笙舞



鄂伦春族熊斗舞

舞蹈的种类

①根据作用和目的划分，有生活舞蹈和艺术舞蹈两大类。

生活舞蹈是指人们为满足自己的生活需要而进行的，人人都可参与其中的舞蹈活动。主要包括习俗舞蹈、宗教祭祀舞蹈、社交舞蹈、自娱舞蹈、体育舞蹈、教育舞蹈等。

艺术舞蹈是指由专业或业余舞蹈家，通过对社会生活的观察、体验、分析、集中、概括和想象，进行艺术创造，从而创作和表演的主题思想鲜明、情感丰富、形式完整，具有典型化的艺术形象的舞蹈作品。

②根据风格特点划分，有古典舞、民族民间舞、芭蕾舞、现代舞和当代舞等。

③根据表现形式划分，有独舞、双人舞、三人舞、群舞、组舞、歌舞、歌舞剧、舞剧等。



女子群舞《喜鹊喳喳喳》

微信公众号：电子课本大全

二、“线”与“点”有机结合

作为流动的艺术，舞蹈是由无数的“线”和“点”组合而成的。舞蹈中不同动作、姿态、造型的变化，产生优美、流畅的运动轨迹。这就是舞蹈构图，亦称舞蹈画面——包括舞蹈动作、姿态、造型以及舞蹈队形变化所形成的图案，是舞蹈作品的重要表现手段之一。

（一）美的舞姿



横线舞姿



斜线舞姿



曲线舞姿



下探的舞姿

微信公众号：电子课本大全



上扬的舞姿



收缩的舞姿



舒展的舞姿



舒展的舞姿



失重的舞姿

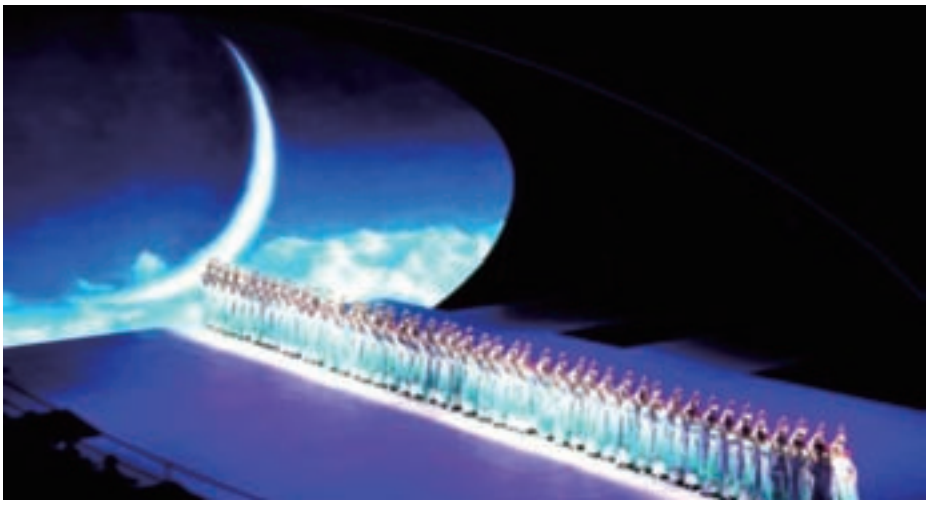


跳跃的舞姿

微信公众号：电子课本大全

（二）美的队形

1. 直线形



舞蹈《复兴之路》



舞蹈《士兵与枪》



舞蹈《红灯笼》

微信公众号：电子课本大全

2. 曲线形



舞蹈《喜鹊喳喳喳》



舞蹈《桃夭》

3. 三角形



舞蹈《走在山水间》



舞剧《天鹅湖》

微信公众号：电子课本大全

4. 圆形或集中形



舞蹈《长白祥云》



舞蹈《鱼儿》

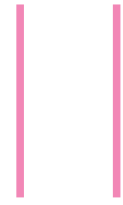


舞蹈《鸿雁》

微信公众号：电子课本大全

（三）美的构图

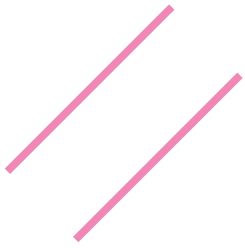
我国各地流传的民间舞蹈中，有“二龙吐须”“龙摆尾”等丰富多彩的舞蹈构图。传统戏曲舞蹈中，也形成了一套完整的舞蹈构图程式。



直行



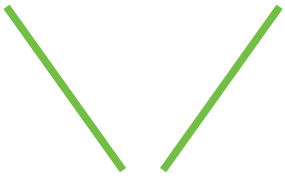
平行



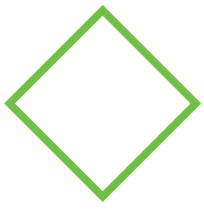
斜排



半圆形



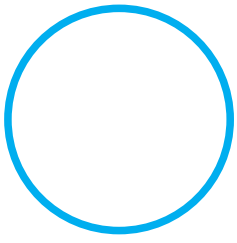
八字形



菱形



方形



圆形



梯形

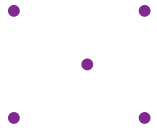


孔雀开屏

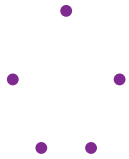


扇形

微信公众号：电子课本大全



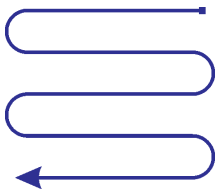
五朵花



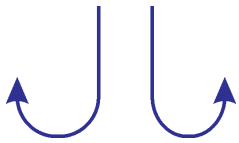
梅花



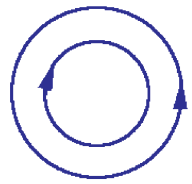
三角形



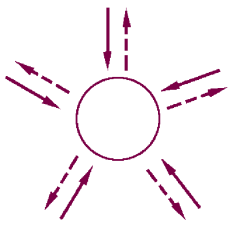
龙摆尾



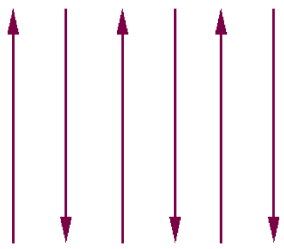
二龙吐须



跑旋风



里外圈易位



走穿花

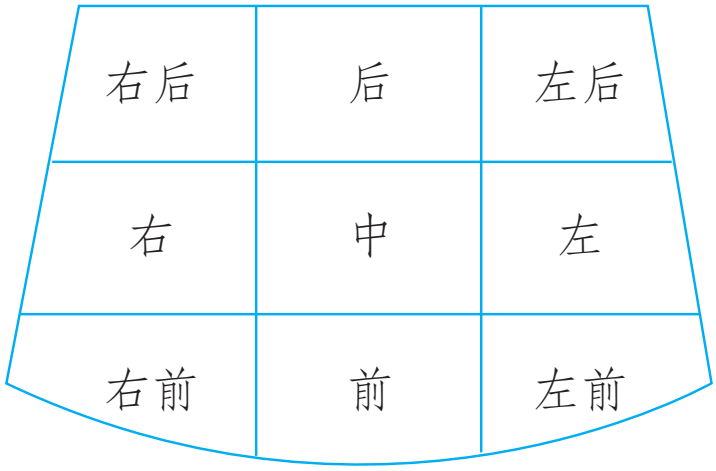
舞蹈构图是舞蹈艺术形式美的重要因素之一，对作品主题的表现、意境的创造、气氛的渲染、形象的塑造等有着重要作用。好的构图能使舞蹈的内涵在有限的时间和空间内得以最大程度地表现，增强舞蹈作品的艺术感染力。

微信公众号：电子课本大全

阅读材料

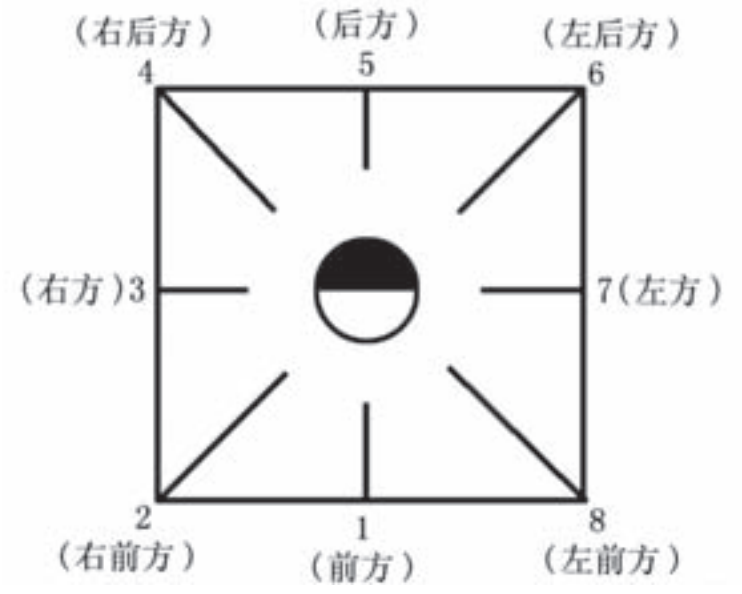
舞台常识

舞台平面分区：分为中、左、右；前、左前、右前；后、左后、右后九个区域。



舞台空间层次：分为低、中、高三个层次。

舞台的方位：1—8 个方位。分别是：1——前方，2——右前方，3——右方，4——右后方，5——后方，6——左后方，7——左方，8——左前方。



微信公众号：电子课本大全

欣赏体验

金色的汤瓶

（女子群舞）

编导 陈丽云 黄硕　表演 宁夏演艺集团歌舞剧院



欣赏提示

女子回族舞蹈《金色的汤瓶》将传统回族舞蹈的经典语汇用肢体语言演绎成“竖排人浪”等优美造型，生动地表达了回族儿女把最美的牡丹花献给祖国的美好心愿。一群轻盈曼妙的回族姑娘，在银色的月光下，手持金色汤瓶，嘴里叼着牡丹花，随着缓缓流淌的泉水声低吟浅唱。整个舞蹈，将回族少女圣洁肃穆、坚韧刚毅的性格特征表现得淋漓尽致。

欣赏参与

认真观看群舞《金色的汤瓶》，谈谈该舞蹈使用了哪些队形，有何作用。

微信公众号：电子课本大全

狼 图 腾

（男子群舞）

编导 黄云松　表演 北京舞蹈学院



欣赏提示

狼是蒙古族的图腾。蒙古族民间舞蹈《狼图腾》以深沉、豪放、忧郁而绵长的马头琴曲，复杂多变的舞蹈技巧和矫健而优美的舞姿，不断变幻的以蓝色为主调的舞台灯光，表现了草原苍狼孤傲、不屈又互相团结的舞蹈形象，给人以悲壮唯美的视听感受。

走·跑·跳

（男子群舞）

编导 赵明　作曲 刘彤

表演 张永胜 李雷 徐恒 等



欣赏提示

《走·跑·跳》是一部反映人民解放军战士生活的舞蹈作品。编导运用健与美的舞蹈语言，配以节奏铿锵、气势宏伟、激情飞扬的舞蹈音乐，塑造了意志坚定、纪律严明、充满阳刚之气的当代军人形象。

微信公众号：电子课本大全

三、“乐”与“舞”相互交融

有人说，音乐是听得见的舞蹈，舞蹈是看得见的音乐。由此可见，音乐与舞蹈有着水乳交融、密不可分的关系。

音乐不但承担着舞蹈的器乐伴奏，而且其本身就具有揭示剧情和刻画角色内心情感的作用。舞蹈所表现的情绪变化，与音乐的旋律、节奏、速度、力度等形态相一致，它是通过形体动作与音乐的有机结合来塑造艺术形象的。



欣赏体验

天 鹅 湖

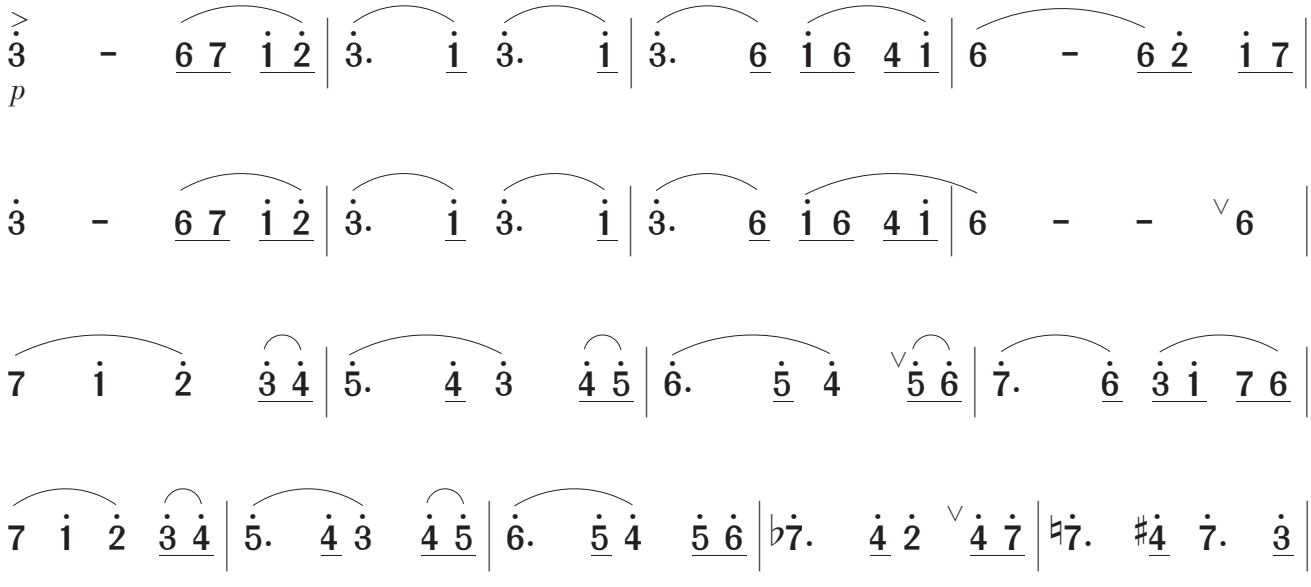
（舞剧片段）

编导 〔法〕彼季帕 〔俄〕伊万诺夫　作曲 〔俄〕柴科夫斯基

场景音乐

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

行板



……

微信公众号：电子课本大全

欣赏提示

这是一幅幽静的场景：月光皎洁，湖面如镜，一群洁白的天鹅从湖面缓缓游过，最前面的是一只头顶金冠、高雅端庄的白天鹅。这时奏起的场景音乐既是全剧最重要的“天鹅”主题，又是对美好场景充满诗意的描绘。

“天鹅”主题是《天鹅湖》音乐的核心，贯穿全剧并随着剧情的发展而变化展开，共出现六次。

第一次：第一幕的终曲（柔和的行板）。在弦乐震音和竖琴琶音描绘的碧波荡漾的湖面背景上，由双簧管奏出了“天鹅”主题，它是全剧的主要音乐形象，充满了温柔的美和淡淡的忧伤。

第四次：第三幕（快板）。在舞会中间，王子宣布他选中的未婚妻就是乔装打扮的恶魔的女儿——黑天鹅。这时，窗口出现了白天鹅悲痛欲绝的形象，王子大吃一惊，知道上了恶魔的当，于是他发疯似的冲出大厅，奔向天鹅湖。音乐主题在力度、速度、配器上，配合舞蹈情节的发展发生了戏剧性的变化。

第六次：第四幕的终曲。“天鹅”主题不断推进展开，以大调的形式出现，在乐队全奏中，由两支短号和两支小号在高音区再次响亮奏出的“天鹅”主题，表现了天鹅与王子战胜了恶魔，最终获得了胜利。



欣赏参与

“天鹅”主题是《天鹅湖》音乐的核心，贯穿于全剧并随着剧情的发展而变化展开。请欣赏第一幕终曲、第三幕和第四幕终曲这三段，并谈谈音乐是怎样推动情节发展的。

微信公众号：电子课本大全

互动排练

要想在音乐中自如地舞蹈，需要进行适当的舞蹈基本练习。其目的是要把身体各部位（包括头部、躯干和四肢等）的关节从僵化和不自然中解放出来，提高这些部位的感知觉、协调性、自控性和表现力，逐步达到闻乐起舞、情悦体健、身心协调的目的，为舞蹈表演打下基础。

舒展肢体的练习



动作一



动作二



动作三



动作四



动作五



动作六



动作七



动作八

微信公众号：电子课本大全



动作九



动作十



动作十一



动作十二



动作十三



动作十四

自主探究

①除课文中的舞蹈分类外，还可按舞蹈艺术的审美特征，将舞蹈作品分为抒情性舞蹈（情绪舞）、叙事性舞蹈（情节舞）和戏剧性舞蹈（舞剧），请各以 1—2 部作品为例，简要说明对这种分类的看法。

②自选不同情绪的音乐片段，在音乐声中舞动身体来表达情感。

③结合本单元的学习，谈一谈对音乐与舞蹈之间关系的理解。

微信公众号：电子课本大全



Music and Dance

Music

第二单元

微信公众号：电子课本大全



中国古典舞

微信公众号：电子课本大全

一、身韵古典舞

身韵古典舞的舞姿主要是从我国戏曲艺术中提取，同时学习、借鉴与运用了芭蕾舞的一些表演与训练方法。集中突出中国古典舞的民族特性，同时对其基本的规律性动作进行整理与筛选，提炼出“拧、倾、圆、曲”的美学规范，概括出“提与沉、冲与靠、含与腆”“平圆、立圆、8 字圆”等各种动势原理。

欣赏体验

扇舞丹青

（女子独舞）

编导 佟睿睿　表演 王亚彬



欣赏提示

舞蹈以一人一扇的形式，将中国传统书画中气韵生动之象通过绸扇的盘抹复合、舞者的腾挪转闪展现于舞台，整个舞蹈轻盈飘逸、灵动洒脱，蕴含着中国传统审美所崇尚的形约意丰、淡雅和谐以及天人合一的审美追求。

舞蹈以传统乐曲《高山流水》为背景音乐，整个舞蹈的结构和节奏起伏吻合音乐的行进。

微信公众号：电子课本大全

秦王点兵

（男子四人舞）

编导 陈维亚　编曲 卞留念

表演 李铭佳 高骞 汪子涵 欧思维 等





欣赏提示

舞蹈《秦王点兵》以西安秦兵马俑的形象为创作题材，绛州大鼓为背景音乐，以恢宏、有力的舞蹈语汇表现了一个虚拟的秦王阅兵的宏伟场景。舞蹈只使用了四个舞者，却营造出了千军万马之势，气势非凡，雅俗共赏。

微信公众号：电子课本大全

互动排练

1. 中国古典舞常见手型

（1）女手型



兰花手



兰花指



空心拳

（2）男手型



虎口掌



剑指



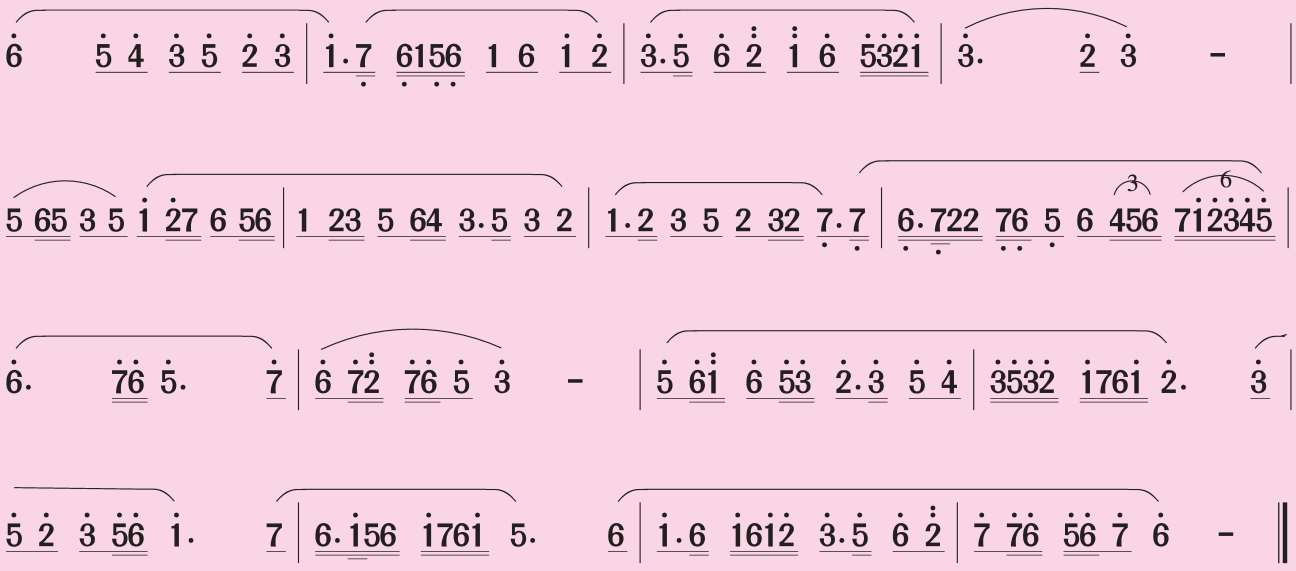
实心拳

2. 古典舞手位身韵组合练习

舞蹈音乐　　商　易 曲

1=G　$\frac{4}{4}$

慢板



微信公众号：电子课本大全



丁字步起势



山膀



背手



按掌



摊手弓箭步



顺风旗大掖步

提示：

①亮相寸劲不要过大，要有内涵，所有造型都要刚中有柔。

②弓箭步的亮相胯部下蹲时，腰要往上拔。

③动作节奏要处理好，不要平均与机械。

④强调线中有点，点除了靠节奏停顿外，还要用眼睛聚神来突出“精气神”。

3. 即兴编创

4—6 人一组，根据所学古典舞动作元素，编创一套四个八拍的组合，题材不限，编创完成后在班里进行交流和展示。

微信公众号：电子课本大全

二、汉唐古典舞

汉唐古典舞是以中国古代文明史中最辉煌的汉唐精神和艺术气质为表演美学主干，以汉唐为代表的乐舞文化和明清以来发展成熟的戏曲舞蹈形式为主要载体，进行再创造的中国古典舞。

欣赏体验

谢 公 屐

（男子群舞）

编导 孙颖　编曲 孙颖

表演 北京舞蹈学院



欣赏提示

舞蹈《谢公屐》借用南北朝诗人谢灵运与木屐的文学典故，表现古代文人士大夫吟哦自如、俯仰天地的潇洒情态和精神气度。《谢公屐》的舞姿，以“斜塔式”“担山式”等基本舞姿下的双脚舞踏为主，上身姿态主要以“长虹式”“亮翅式”等手臂打开的舞姿作为变化基点，将文人士大夫摇头颔首、慢速小跑的动作融入其中，动势鲜活，让观众不由得心生动律，急欲一起加入舞踏。

微信公众号：电子课本大全

踏　歌

（女子群舞）

编导 孙颖　编曲 孙颖

表演 鲁曦 张巍巍 赵蓓蓓 郑蕾蕾 魏琳 韦佳佳 等



欣赏提示

连臂踏歌是我国古代的一种歌舞形式，从我国出土的新石器时代的舞蹈纹饰彩陶盆中，就已可见三组舞人手臂相牵群起舞蹈的形象。孙颖根据“联袂踏歌”这一古代民间自娱性舞蹈创作的《踏歌》，选取魏晋南北朝的文化风韵，融合江淮流域的地域特色，同时参考汉画像砖等出土文物中的舞蹈形象资料，以“顿足为节，连臂踏歌”的舞蹈动律，再现古时青年女子在明媚的春色中结伴踏青、边歌边舞的动人情景。

阅读材料

舞蹈纹饰彩陶盆



我国青海大通上孙家寨出土的舞蹈纹饰彩陶盆，距今约有五千多年的历史，是新石器时代马家窑文化的珍宝。在彩陶盆内壁上层，有四道平行的带纹，绘有三组手拉手表演“集体舞”的舞者。他们辫发垂于左侧，尾饰甩向右边，步伐统一，动作整齐。表明舞蹈在氏族社会已经成熟。

微信公众号：电子课本大全

三、敦煌舞蹈

敦煌壁画蕴含着我国丰富的舞蹈文化遗产，其中舞姿造型千姿百态、美不胜收。敦煌舞蹈是舞蹈工作者根据壁画形态，以及人体运动特点与舞蹈韵律，使固态的壁画成为动态艺术，具有鲜明的西域色彩。

欣赏体验

飞　天

（女子双人舞）

编导 戴爱莲　表演 徐杰　资华筠





欣赏提示

《飞天》是中国当代第一部取材于敦煌石窟造像和壁画的舞蹈。它追求的不是敦煌壁画的描摹再现，而是以绸带飞扬的舞姿造型和流畅、滑翔、腾跃的步伐等，表现翱翔天宇的意境，寄予人类的希冀与向往。

长飘带随着舞者轻盈缥缈、飞速地流动，在空中不断延留成双环、多环、大圆、变化的曲线等造型，在视觉上给人千变万化之感。恰似唐代著名诗人李白所描述的胜境：“素手把芙蓉，虚步蹑太清。霓裳曳广带，飘拂升天行。”

微信公众号：电子课本大全

丝路花雨

（舞剧片段）

编导 刘少雄 张强 朱江 等　作曲 韩中才 呼延 焦凯

表演 甘肃省歌舞团



欣赏提示

舞剧《丝路花雨》讲述唐代丝绸之路上的画工神笔张和女儿英娘，与仗义的波斯商人伊努思一起，同歹官市曹做斗争，维护唐朝与西域各国人民之间交流与友谊的故事。该剧大量运用独舞形式刻画舞蹈人物形象，主人公英娘在剧中的独舞多达十段。其中“反弹琵琶舞”“波斯舞”“盘上舞”，都具有独创性的意义。

自主探究

结合本课学习内容，谈谈身韵古典舞、汉唐古典舞、敦煌舞蹈三者之间有何异同。

微信公众号：电子课本大全



第三单元

Music and Dance

music

微信公众号：电子课本大全



芭蕾舞

微信公众号：电子课本大全

一、浪漫芭蕾

浪漫芭蕾起源于 18 世纪末 19 世纪初，是法国流派芭蕾的兴盛时期，其舞蹈技巧、编导艺术以及演出形式等，都曾达到灿烂辉煌的境界。

欣赏体验

仙　女

（舞剧片段）

编导　〔意〕菲利普·塔里奥尼

表演　〔意〕玛丽·塔里奥尼





微信公众号：电子课本大全



欣赏提示

《仙女》是法国浪漫芭蕾舞剧的处女作和早期代表作，在芭蕾史上开了足尖舞之先河。故事取材于苏格兰农村的民间传说，其剧情在现实和非现实、人间和非人间之间穿插交替，描述了青年农民詹姆斯与女友艾菲以及仙女西尔菲达之间的爱情故事。

【剧情简介】

苏格兰青年农民詹姆斯订婚前在梦中见到了林中仙女西尔菲达，他抵挡不住美貌的诱惑，爱上了仙女，因而离开了未婚妻艾菲，并追随仙女来到了森林。为了留住仙女，詹姆斯听信女巫，用纱巾缠住仙女的腰部，结果仙女的两个翅膀掉下来，仙女立即死去。而这时艾菲嫁给他人，婚礼的队伍从詹姆斯身旁经过，他非常懊悔，昏倒在地……



玛丽·塔里奥尼（1804—1884）

意大利舞蹈家。她用完美的脚尖技术和飘逸的白纱裙将仙女的形象描画得惟妙惟肖，开创了“白裙芭蕾”轻盈飘逸的舞风。她是世界上“第一个站在脚尖上翩翩起舞”的芭蕾舞演员，并将足尖舞的技术提高到新的高度。

微信公众号：电子课本大全

二、古典芭蕾

古典芭蕾以俄罗斯学派崛起为背景。俄罗斯学派芭蕾艺术可谓集意大利和法兰西两大流派之大成，具有气势恢宏、动作凝重、戏剧性强等特点。

欣赏体验

天 鹅 湖

编导 〔法〕彼季帕 〔俄〕伊万诺夫　作曲 〔俄〕柴科夫斯基



微信公众号：电子课本大全

【剧情简介】

全剧描写王子齐格弗里德与被魔法变成天鹅的公主奥杰塔的爱情故事。王子勇敢地与魔王搏斗，终于忠贞的爱情战胜魔法，奥杰塔重新获得自由，与王子过上幸福美满的生活。

第二幕：幽静的天鹅湖畔，月光映照着湖面，水波涟漪， 一群天鹅从湖上缓缓游过。她们只能在夜间还原为人形（“场景及天鹅群舞”）。这时，出门打猎的王子也来到湖边，发现那只头戴金冠的领头天鹅摇身一变，成了一位楚楚动人的公主。王子认定这就是他的意中人，情不自禁地上前去向天鹅公主表达爱情。公主消除恐惧后，述说了自己的身世和不幸。她告诉王子，只有忠贞不渝的爱情才能使她永远恢复人形，摆脱恶魔罗德巴特的魔掌。王子对天发誓，一定要用忠贞的爱情解救公主（“王子与奥杰塔的双人舞”）。众天鹅对公主与王子相爱表示庆贺，四个活泼可爱的小天鹅跳起了欢快的舞蹈（“四小天鹅舞”）。黑夜将尽，天鹅们纷纷离去，公主与王子在依依不舍中离别。

1. 白天鹅独舞



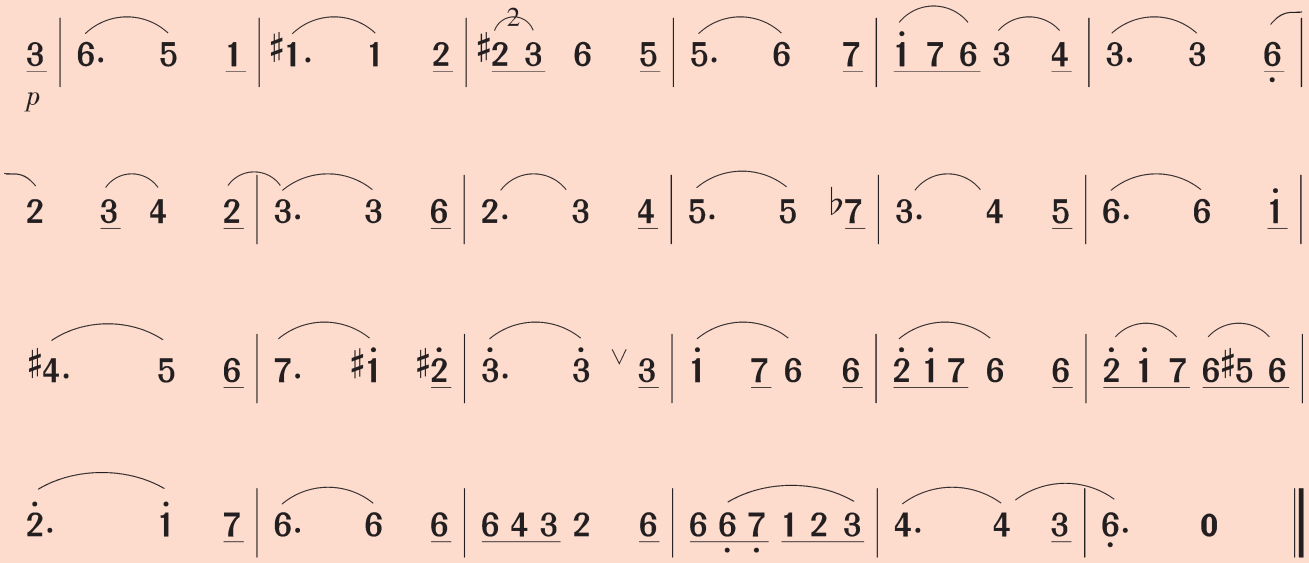
微信公众号：电子课本大全

2. 白天鹅双人舞

舞蹈音乐

1 = ♭G $\frac{6}{8}$

柔板





这段双人舞是舞剧《天鹅湖》的核心舞段之一。情调抒情缠绵，颇具雕塑感的柔美舞姿与双人舞托、扶、调、转等芭蕾技巧有机地融为一体，表达出“用忠贞的爱情去拯救生命、拯救灵魂”这一主题思想。音乐采用$\frac{6}{8}$拍子，独奏小提琴在竖琴清亮的和弦背景衬托下，奏出深情的旋律，为这段互诉衷肠的双人舞营造了浓郁的、充满深情的表演氛围。

微信公众号：电子课本大全

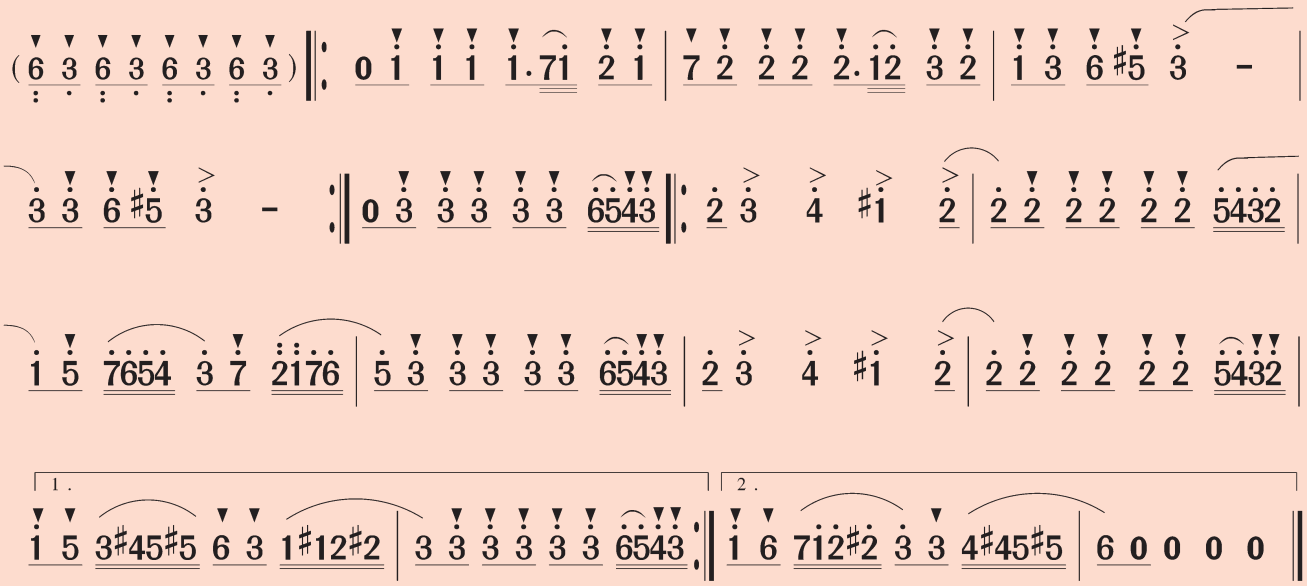


3. 四小天鹅舞

舞蹈音乐

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

快中板



“四小天鹅舞”是芭蕾舞中的经典舞段。在流畅、欢快、极具动感的音乐中，扮演小天鹅的四位女演员双臂在胸前相连，以打脚、小跳等轻盈的舞蹈动作，传神地表现了小天鹅的天真、纯洁、活泼、妩媚。音乐采用小调式，在大管的跳音背景下，不同的木管乐器配合弦乐，奏出跳音和连音交替的音乐主题，并在每句的句末做不同音区的呼应对答，使音乐更加生动。

自主探究

19 世纪末叶，俄国作曲家柴科夫斯基在舞剧音乐中通过交响性的展开和对人物性格的刻画，加深了作品的戏剧性，提高了舞剧音乐的表现力。除《天鹅湖》外，你还知道柴科夫斯基的哪些舞剧音乐作品？

微信公众号：电子课本大全

三、现代芭蕾

20 世纪初叶，俄罗斯舞蹈家们以一大批清新别致、富于创意的新作品，开辟了现代芭蕾的崭新纪元。现代芭蕾在形式上告别了传统芭蕾所尊崇的古典唯美主义，摒弃任何固有模式，大胆吸收一切有益的舞蹈元素。

欣赏体验

天鹅之死

（女子独舞）

编导 〔俄〕米歇尔·福金　表演 〔俄〕安娜·巴甫洛娃



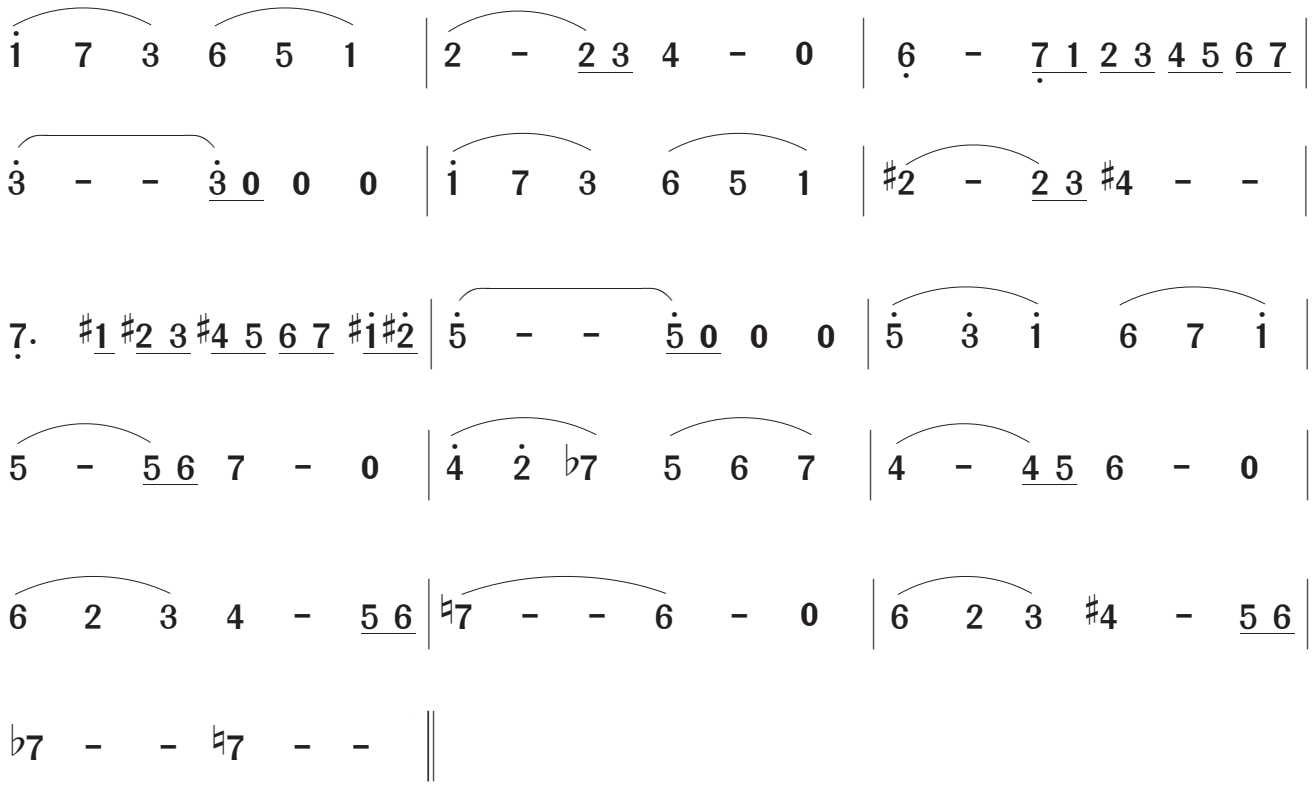
微信公众号：电子课本大全

舞蹈音乐

1 = ♭D $\frac{6}{4}$

〔法〕圣－桑 曲

缓慢 宁静地



欣赏提示

《天鹅之死》是被誉为“现代芭蕾之父”的米歇尔·福金编导的作品。

舞蹈中没有任何惊人的技巧，在柔情似水、略带忧伤的音乐背景下，冰清玉洁的天鹅频频舞动足尖，微微揉动手臂，传达出对生命的永恒渴望，如画的意境令人难忘。这是一首具有强烈感染力的生命赞歌，凝聚了芭蕾特有的转瞬即逝之美，并表现出“虽死犹生”这样一个凄美动人的主题。



安娜·巴甫洛娃（1881—1931）

舞蹈家。俄罗斯人。她所创造的形象自然、质朴，表演的舞蹈轻盈优雅，富于诗意。《天鹅之死》是她的代表作。

微信公众号：电子课本大全

四、中国芭蕾

舞剧艺术约在 20 世纪初传入中国。在接受俄罗斯学派芭蕾舞艺术熏陶之后，由中国人上演的外国经典芭蕾舞剧，逐渐走进中国人的艺术视野。同时，中国艺术家还创作了一批独具民族风格的芭蕾舞剧。

欣赏体验

红色娘子军

（舞剧片段）

编导 李承祥 等　作曲 吴祖强 杜鸣心 戴宏威 施万春 王燕樵

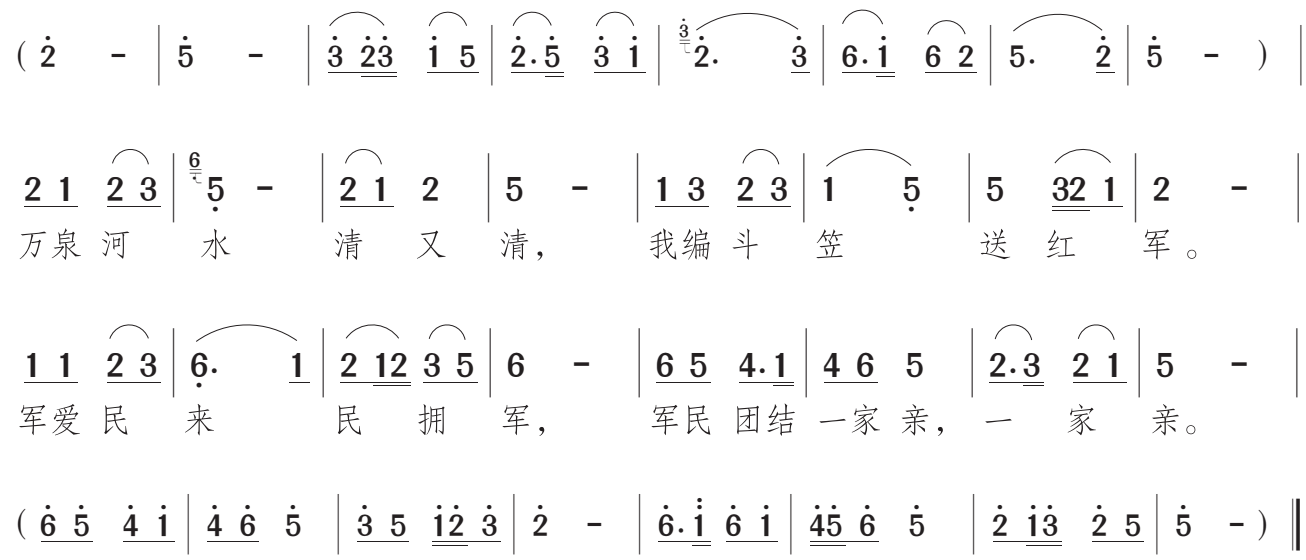
表演 白淑湘 等



微信公众号：电子课本大全

舞蹈音乐

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



欣赏提示

芭蕾舞剧《红色娘子军》表现了第二次国内革命战争时期，在中国共产党领导下，海南岛一支由妇女组成的红军部队与国民党军及反动地主武装英勇斗争的故事。

该舞剧从作品的内容和人物性格出发，运用芭蕾舞的艺术形式和表现技巧，并使之与中国民族民间舞相结合，同时还提炼了军事斗争的生活素材和形体动作，创造了新的舞蹈语汇，成功地塑造了琼花、洪常青、南霸天等人物形象。

该片段选自第四场。万泉河边，黎族姑娘们手捧新编的斗笠，载歌载舞慰问红军。舞蹈音乐为一段合唱，主题音调源自黎族民歌《五指山歌》，音乐亲切热烈，表现了军民一家的鱼水深情。



微信公众号：电子课本大全

茉 莉 花

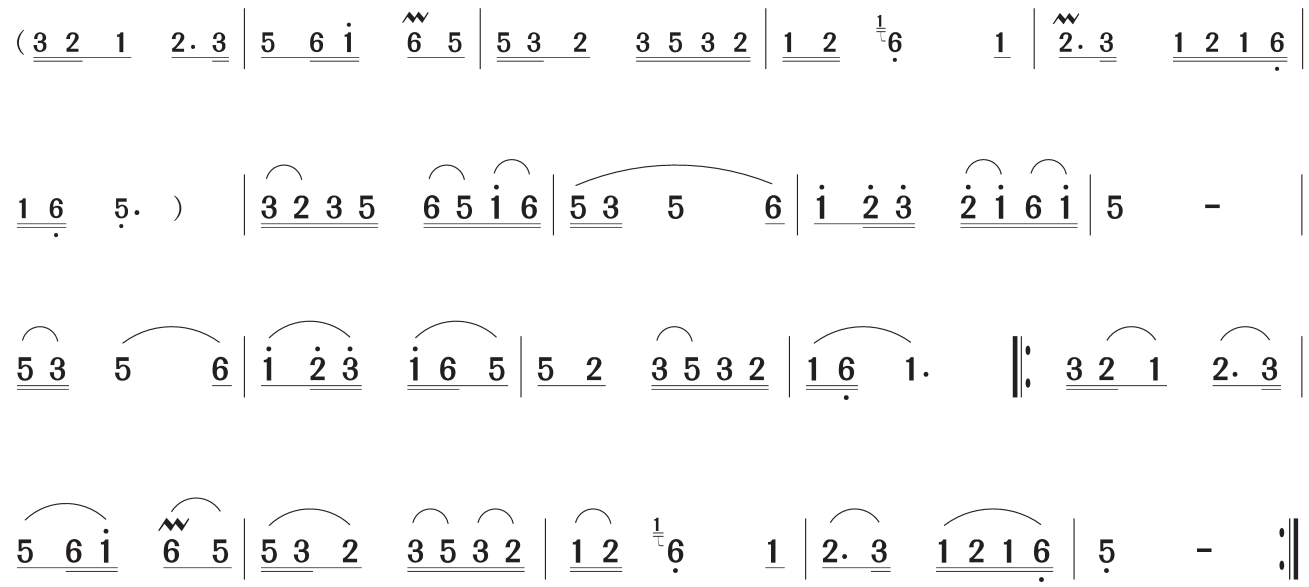
（群舞）

编导 刘婷婷　表演 辽宁芭蕾舞团

舞蹈音乐

1 = ♭E $\frac{2}{4}$　　江苏民歌

中速 优美地



欣赏提示

“好一朵茉莉花，好一朵茉莉花，满园花开香也香不过它……”这是一首家喻户晓的民歌，旋律婉转流畅，情感含蓄、细腻，表现了淳朴、可爱的少女形象。在这段耳熟能详的旋律中，一群豆蔻年华的姑娘，演绎成一簇争奇斗艳的鲜花。辽宁芭蕾舞团将独舞《茉莉花》改编成25人的群舞，极富现代感的轻音乐奏响的是传唱百年的古老曲调；舞者脚上踩着西方芭蕾的足尖鞋，手中舞动的却是中国民间的花边扇；将芭蕾演绎出中国风，可见中西合璧、古今兼容创作之匠心所在。





微信公众号：电子课本大全

互动排练

1. 手位与脚位练习

手位



一位



二位



三位



四位



五位



六位



七位

脚位



一位



二位



三位

微信公众号：电子课本大全



四位　　五位

2. 芭蕾舞动作及组合练习

（1）地面勾绷脚



绷脚　　勾绷脚

提示：双腿并拢，膝盖伸直，后背挺直，头向前看。

（2）把上划圈



向前擦地　　向旁擦地　　向后擦地

提示：先从右脚开始，再练习左脚，还可以站五位练习。可多次重复练习。

微信公众号：电子课本大全

（3）“手语”舞蹈



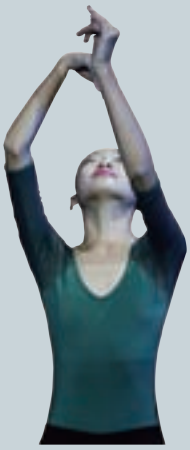
小八字位准备



我



邀请大家



跳舞

提示：根据实际情况，每组可变换不同方向多次重复练习。

3. 即兴编创

根据所学芭蕾组合编两个动作元素，表现一个特定的情景或情绪。编创要围绕芭蕾舞的动作语汇进行，时长为四个八拍以上。

自主探究

①请说出三部以上中外芭蕾舞剧的名称。

②搜集有关芭蕾的资料，如视频、图片、剧照、舞蹈音乐主题、绘画、诗歌、散文等，在班上办一期主题为“我眼中的芭蕾”的墙报。

微信公众号：电子课本大全



Music and Dance

music

第四单元

微信公众号：电子课本大全



现代舞 当代舞

微信公众号：电子课本大全

一、现代舞

现代舞是 19 世纪末 20 世纪初在欧美兴起的一种舞蹈流派，是以批判僵化的程式动作和脱离现实生活的形式主义而诞生的舞蹈类型。现代舞强调舞蹈动作要合乎自然运动的法则，重视个体在生活情境中的表达，推崇艺术反映真实的现代生活。

欣赏体验

也许是要飞翔

（女子独舞）

编导 王玫　编曲 丁薇

表演 吴珍艳





欣赏提示

这是中国人自己编创的现代舞作品，以女性的身体为载体，舞出了中国人追逐梦想的精神品质。在理想与现实之间横着无数残酷的阻挠，人渴望着冲破束缚，奔向自由的远方。欣赏时注意作品没有叙事情节，不是在演故事，同学们要用眼睛和心灵去感受舞蹈传达出来的精神与情感内涵。

微信公众号：电子课本大全

悲　歌

（女子独舞）

编导 〔美〕玛莎·格雷姆

表演 〔美〕玛莎·格雷姆





欣赏提示

《悲歌》是美国现代舞舞蹈家玛莎·格雷姆的代表作。整个舞蹈由演员坐在一张板凳上进行表演。舞者从头到脚裹着一块黑色的布，只露出面部、手掌和双脚。舞蹈通过人体在黑布内的挣扎、抗争，表现出人类深受压抑的心理状态；用人体的不断摆动和平衡，展示人的心态的波动；双手的紧握、膝部直角弯曲地抬起、肌肉的收缩和后背的凹凸，揭示人物不屈服于命运的痛苦和挣扎。



玛莎·格雷姆（1893—1991）

美国现代舞舞蹈家、编导家、教育家，创建了以呼吸为原动力的收缩—伸展技术体系。主要舞蹈作品有《异教徒》《悲歌》《新境》《给世界的公开信》。

微信公众号：电子课本大全



圣丹尼斯和肖恩的《东方舞》



拉班

阅读材料

现代舞的起源与发展

追溯现代舞的起源，首先应提起被誉为“现代舞之母”的美国舞蹈家伊莎多拉·邓肯（1877—1927）。她反对当时芭蕾舞刻板程式的束缚，率先赤足披发，身穿希腊式薄纱裙随音乐自由自在地舞蹈。她认为舞蹈应回归自然，自由地表达内心的情感，因而她的舞蹈被称作“自由舞蹈”。

在现代舞的早期发展阶段，美国的露丝·圣丹尼斯（1879—1968）和泰德·肖恩（1891—1972）夫妇从东方国家的风俗民情中吸收舞蹈元素，创作出优美和充满神秘感的现代舞。而匈牙利的鲁道夫·冯·拉班（1879—1958）和德国玛丽·魏格曼（1886—1973）师生则创作了表现主义的现代舞。

其后，美国的格雷姆、韩芙丽和韦德曼等舞蹈家不断发展现代舞技巧，扩展现代舞题材，创立了各具特色的舞蹈原理及训练体系。

在现代舞的发展史上，一些现代舞的代表人物早期都曾受过一位音乐家的舞蹈教育和影响，他就是瑞士的雅克—达尔克罗兹（1865—1950）。他提出了“优律动”的教育思想，为音乐的节奏感和舞蹈动作的协调提供了



新先锋派作品《意象》



格雷姆表演的《给世界的公开信》

微信公众号：电子课本大全

依据。除培养和影响了众多舞蹈家之外，达尔克罗兹还建构了 20 世纪有代表性的音乐教育体系。

近年来，西方现代舞不断繁衍发展，产生了各种各样的流派，如“抽象派”“先锋派”“后现代派”等。

自从 20 世纪 30 年代吴晓邦等舞蹈先驱引进欧美现代舞以来，中国现代舞经历了借鉴探索期到本土整合期的成长过程，在不断的艺术实践中逐渐成长起来。



吴晓邦表演的《饥火》



邓肯表演的现代舞



吴晓邦（1906—1995）

舞蹈家、舞蹈教育家、理论家，我国新舞蹈艺术的开创者之一，曾长期担任中国舞蹈家协会主席。主要舞蹈作品有《义勇军进行曲》《饥火》《思凡》等，主要理论著作有《新舞蹈艺术概论》《舞论集》等。



伊莎多拉·邓肯（1877—1927）

美国著名舞蹈家，现代舞的创始人，是世界上第一位披头赤脚在舞台上表演的艺术家。她的舞蹈动作完全自由，随兴而发，即兴地表现女性的身体和舞蹈的动作，被称为“现代舞之母”。

微信公众号：电子课本大全

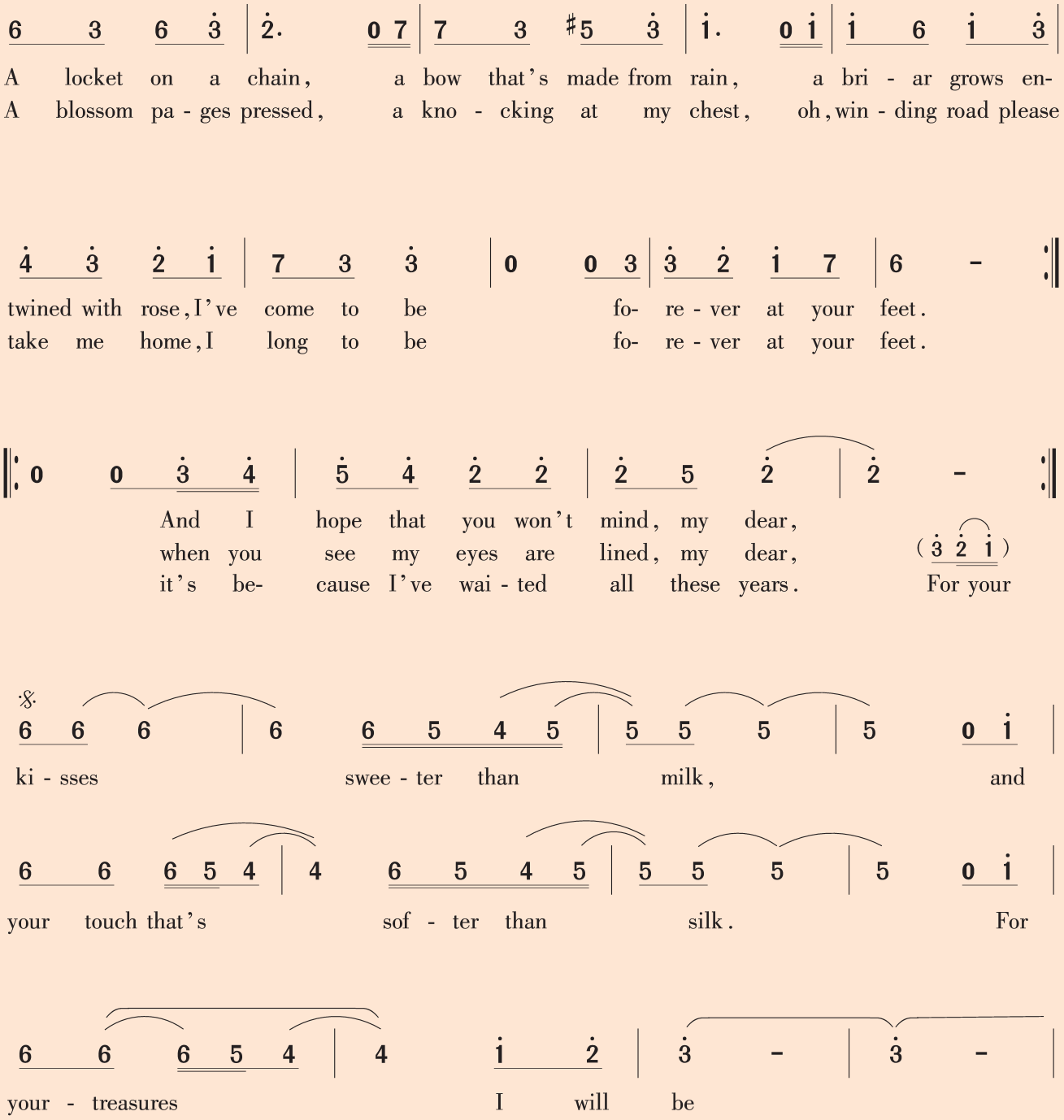
互动排练

现代舞动作组合练习

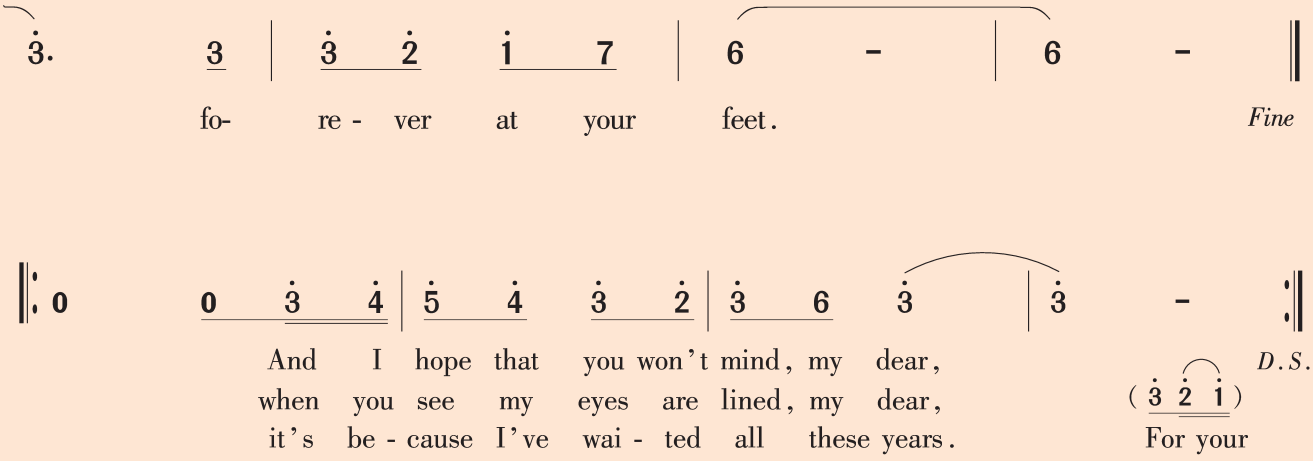
Forever at Your Feet

〔美〕苏齐·安热利德
〔美〕约翰·多诺万·巴齐尔 词曲

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



微信公众号：电子课本大全



①呼吸组合。

提示：闭目，落地时全身松弛，感受背部给地面的力量以及地面对背部的支撑。运动过程中手脚放松，感受腹部的存在，使呼吸贯穿身体，气息流畅。

②律动练习。

提示：感受身体力量逐步增强带来的惯性，做动作时关注呼吸的运用，在气和力共同带动下，完成组合动作。练习过程中需注意安全。



微信公众号：电子课本大全

二、当代舞

当代舞是融合多种艺术风格，充分表现当代社会生活的舞蹈种类。作品选材鲜明地指向当代中国人的生活与情感状态，着重表现人文关怀和社会主流意识形态，反映时代精神风貌，具有鲜明的艺术形象。

中国当代舞的题材多样，有军旅类题材、生活类题材和意象类题材等。

欣赏体验

士兵与枪

（男子群舞）

编导 张继刚 孙育鹏 夏小虎 编曲 方鸣

表演 总政歌舞团



欣赏提示

军旅题材的舞蹈作品《士兵与枪》，抓住了军旅生涯中两个最具象征与代表意味的形象——“士兵”“枪”。在阳刚豪迈的音乐旋律中，士兵们执枪而舞。在逐次挥枪、冲杀、腾跳等整齐而变换的动作中，传递着张力十足的动感与雄浑之美。

微信公众号：电子课本大全

天边的红云

（女子群舞）

编导 陈惠芬 王勇　表演 李春燕 吴凝 等



欣赏提示

作品从女性革命者的角度阐述红军长征的艰苦岁月，她们为了共同的革命理想，在艰苦卓绝的征途上，经历了各种艰难险阻。她们怀着对革命胜利的希望，坚定信念，毅然前行，用青春与生命谱写出一首首壮丽的赞歌。

自主探究

①学习了现代舞之后，你对舞蹈的内涵有什么新的理解？结合当下的时代背景，假若你是舞蹈编导，会创作一个什么主题的舞蹈作品呢？

②和同学一起，自选音乐编创一小段现代舞，塑造一个形象或表达一种情绪。

微信公众号：电子课本大全

music

期末测评（上篇）

一、根据古典舞或芭蕾舞动作元素，自编一套四个八拍的组合，表现特定的情绪或情景。

我编创的舞蹈组合是_____

这套组合所表现的情绪或情景是：

自我评价　优秀（　）良好（　）合格（　）还需努力（　）

小组评价　优秀（　）良好（　）合格（　）还需努力（　）

老师评价　优秀（　）良好（　）合格（　）还需努力（　）

评语摘录：

微信公众号：电子课本大全

二、与同学合作，表演一段舞蹈（古典舞、芭蕾舞、现代舞或当代舞任选）。

要求：①能较好地把握所跳舞蹈的风格与韵律；
②动作规范、流畅，舞姿优美，有一定的艺术表现力。

我们表演的舞蹈是_____

表演过程记录：

自我评价	优秀（　） 良好（　） 合格（　） 还需努力（　）
小组评价	优秀（　） 良好（　） 合格（　） 还需努力（　）
老师评价	优秀（　） 良好（　） 合格（　） 还需努力（　）

评语摘录：

微信公众号：电子课本大全



下篇

Music and Dance

music

第五单元

微信公众号：电子课本大全



中国民族民间舞

微信公众号：电子课本大全

一、汉族民间舞蹈

汉族民间舞蹈源远流长，形式多样，是中华民族舞蹈文化宝库中的重要组成部分。

（一）秧歌



秧歌是我国汉族具有代表性的一种民间歌舞形式。主要有两种，踩跷表演的称为“高跷秧歌”，不踩跷表演的称为“地秧歌”。

秧歌起源于插秧和耕田的农业劳动生活，在我国北方地区广泛流传，以东北、山东、陕北、河北等地最具代表性。其中东北秧歌男性表现洒脱豪放，女性则泼辣火热。山东秧歌形式多样，各具特色。安塞腰鼓在陕北秧歌中最具代表性，以其豪迈粗犷、威武彪悍、气势磅礴而闻名天下。河北地秧歌有着诙谐幽默、生动有趣的风格特点。

欣赏体验

红 珊 瑚

（女子群舞）

编导 田露　编曲 王锡仁 胡士平

表演 北京舞蹈学院



欣赏提示

汉族女子群舞《红珊瑚》巧妙运用了山东秧歌的动作语汇，形象生动地传达着山东民间舞的特色和个性，将人们对生命的欲望与动力淋漓尽致地展现在舞台上。《红珊瑚》在道具运用、舞蹈语汇和舞蹈队形的编排上推陈出新，表达了像红珊瑚一样坚忍、勇敢、向上、奋发的精神风貌。

微信公众号：电子课本大全

一个扭秧歌的人

（独舞与群舞）

编导 张继刚　编曲 汪镇宁

表演 于晓雪 北京舞蹈学院民族民间舞系



欣赏提示

《一个扭秧歌的人》以汉族秧歌的舞蹈语汇，塑造了一个视秧歌为生命的老艺人形象。该作品以独舞辅以群舞的独特方式，表现了民间老艺人对秧歌艺术穷其一生的追求和朴实无华而又铿锵热烈的情怀。

舞蹈分为三段。第一段，演员处于舞台右后方区域，昏暗的灯光加之蜷缩的体态，彰显老艺人内心的孤独。第二段，舞台中央，演员大幅度的舞蹈动作，舞尽他对秧歌的痴情。第三段，演员处于舞台左后方，在角落里蜷缩着身体，远远望着那久别的舞台，与身边热闹的人群形成反差。年轻演员矫健的身姿和老艺人蜷缩的体态形成鲜明的对比，映衬出老艺人心中的悲叹和惋惜，更增加了舞蹈的悲剧情调。



微信公众号：电子课本大全

互动排练

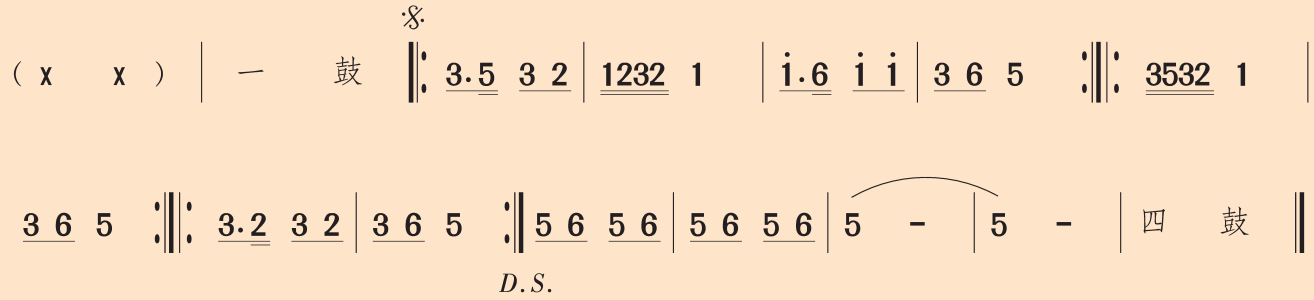
东北秧歌组合

东北秧歌音乐

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

稍快

民间乐曲《鬼扯腿》



（1）男生动作



动作一



动作二



动作三



动作四



动作五



动作六



动作七



动作八

微信公众号：电子课本大全



动作九



动作十



动作十一

提示：做大交替花时，要注意以指带腕，手臂划最大路径于体前交叉形成“立”圆。划圆动律，由腰发力，重拍向下。叫鼓时注意力度，动作幅度要大，动势明显。该组合始终贯穿“逗”劲，追求情感与动作的统一。

（2）女生动作



动作一



动作二



动作三



动作四



动作五



动作六



动作七

微信公众号：电子课本大全

提示：后踢步膝部的屈和伸短促而有弹性，动作腿的后踢快而小，掸巾配合后踢步重拍向下形成一体。上下动律发力点在腰，经腰划下弧线的上下扭动。叫鼓式大而明显，鼓相结束干净利落。要以大姑娘泼辣、俊俏的形象贯穿组合始终。

（二）花灯



花灯起源于元宵灯节，是我国南方广为流传的一种综合性民间歌舞。民间有“无灯不成戏”的谚语。其音乐曲调流畅、节奏鲜明、情绪活泼，一般由演员手执模拟各种花卉的彩灯随乐而舞。随着历史的演进，不少演员采用扇子、手绢等道具表演。载歌载舞是民间花灯常见的表演形式。

花灯以云南、安徽、江西等地为盛。“无舞不成灯”“半场舞蹈半场戏”是云南花灯的真实写照。安徽地处南北交界，其花灯既有北方刚劲、古朴、爽朗的特点，又具南方灵活、秀丽、柔美的风韵。

互动排练

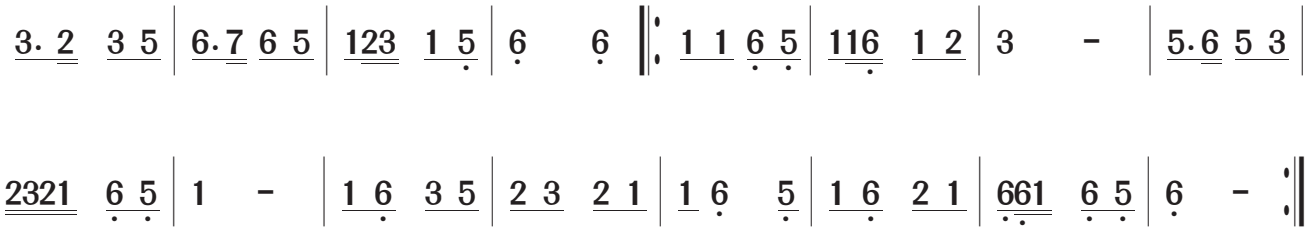
跳花灯

花灯音乐

云南东川民间音调《采花调》

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

中板



微信公众号：电子课本大全

花灯的基本舞姿

扇子与手绢的巧妙运用，给花灯舞带来特色鲜明的造型。



动作一



动作二



动作三



动作五



动作四

提示：

①在学习上下肢动作的同时，可以加用扇子和手绢， 通过手腕运动带动手臂动作，掌握团扇、放扇等技巧，使舞蹈更有生气。

②云南花灯有“无崴不成灯”之说，学习时应注意音乐的节奏，把握“崴”的节律，表现“崴”的神韵，突出“崴” 的美感。

微信公众号：电子课本大全

二、少数民族民间舞蹈

我国是一个多民族国家，除汉族外，各兄弟民族都有着自己绚丽多姿、风格独特的民间舞蹈。

（一）藏族舞

雪域高原西藏，被人们誉为“歌舞的海洋”。藏语中的“谐”，指的就是歌与舞。藏族的歌、舞大都互为依托，紧密结合在一起。又因为地域不同，形成踢踏、弦子、锅庄等风格不同的舞蹈。藏族人民生活在高寒地区，衣有长袖、脚蹬皮靴是他们的着装习俗，因而形成藏族舞蹈中“舞袖”“踢踏”的特点。



欣赏体验

离太阳最近的人

（男子群舞）

编导 郭磊 才让扎西

编曲 龚晓明

表演 北京舞蹈学院



微信公众号：电子课本大全

欣赏提示

《离太阳最近的人》虽然是在剧场中表演的民间舞蹈，却表现出一种广场自娱性民间舞浓郁的意味和火热的激情，那一声声牛角号声，犹如藏族人民热血沸腾的呐喊。为了突出这种原始的生命热情，编导在舞台结构和调度上，主要采用了圆、大横线、斜线等较为简洁的具有原生意味的队形，着重强调了点和面、线和面的对比及线与线的交错变化，通过队形有机的聚和散及穿插其中散落式的构图处理，使舞蹈既具有鲜活的舞台形式，又不乏民俗味道。



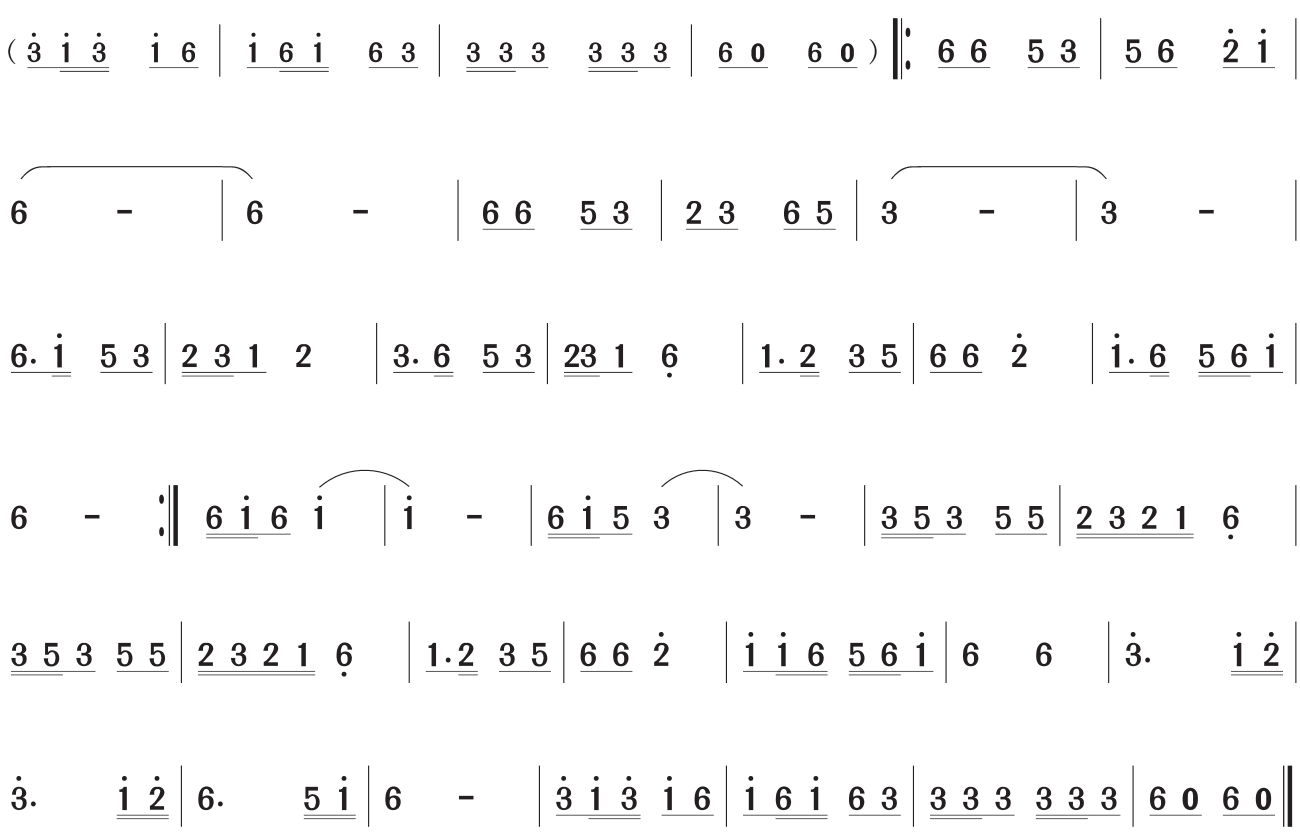
互动排练

藏族舞组合练习

舞蹈音乐

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

藏族歌曲《拾青稞》



微信公众号：电子课本大全

藏族舞基本舞姿



摊盖手



抬踏步



体前交叉位



退踏步



摆手



绕袖



斜上手位



斜下手位



拾麦穗

微信公众号：电子课本大全

（二）蒙古族舞

蒙古族特有的游牧方式，造就了丰富灿烂的草原文化。蒙古族舞蹈具有节奏明快、热情奔放的特点。一般是通过肩部、背部、臂部、腕部和下肢动作，模拟他们所景仰和钟爱的雄鹰、大雁、天鹅和骏马，由此形成蒙古族舞蹈特有的风格。蒙古族舞蹈有筷子舞、盅碗舞、驯马舞、挤奶舞、鹰舞等。



互动排练

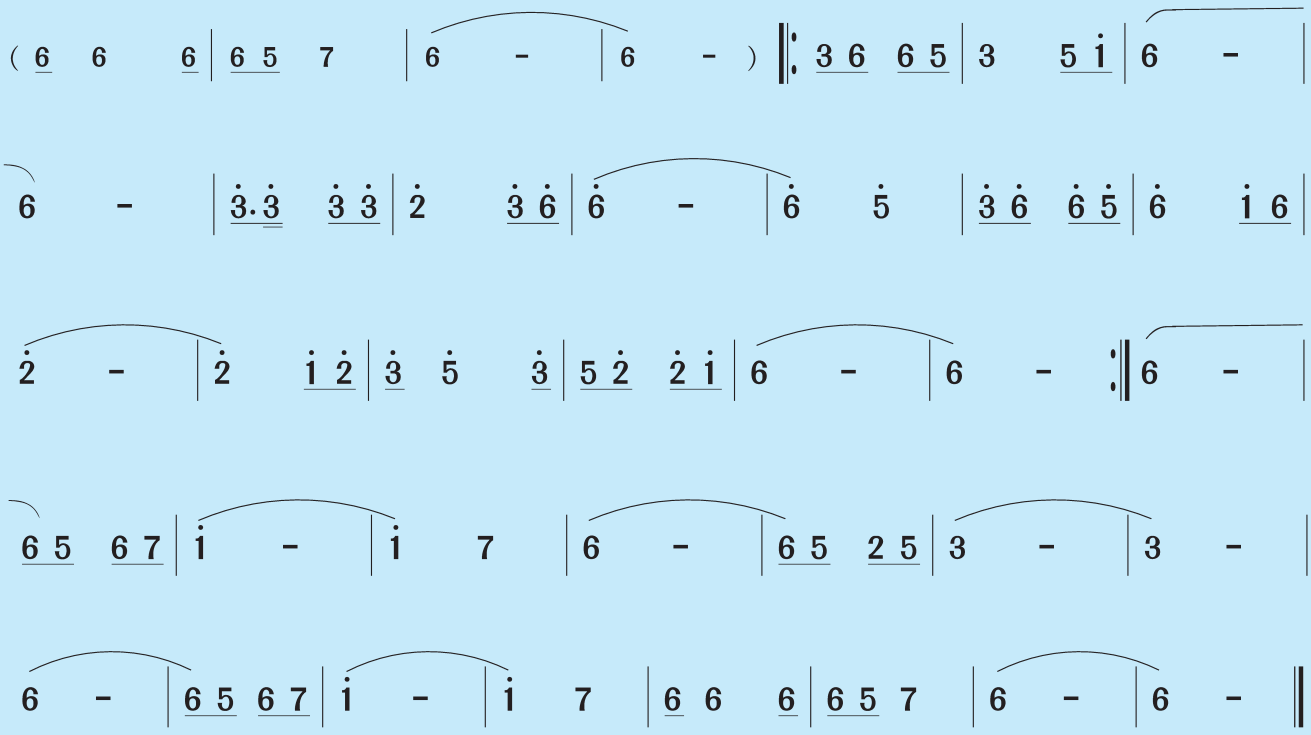
蒙古族舞组合练习

舞蹈音乐

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

腾格尔《蒙古人》

稍快



微信公众号：电子课本大全

蒙古族舞基本舞姿



提示：

此组合为蒙古族体态动律组合。练习时，要注重情感、体态、运气以及发力，达到脚下灵活敏捷，肩部松弛自如，臂与腕部柔韧优美的效果。

微信公众号：电子课本大全

（三）维吾尔族舞

维吾尔族的民间舞蹈种类繁多，较有代表性的歌舞有赛乃姆、多朗舞、萨玛舞和刀郎麦西来甫等。这些歌舞大都具有节奏鲜明、热情奔放、舞姿轻快、群众参与性强等特点。扬眉、动目、托帽、动颈、动肩、弹指、提裙等富于表情性的动作，构成了维吾尔族舞蹈主要的艺术特征。垫步、跺移步、滑冲步等是维吾尔族舞常用的舞步。

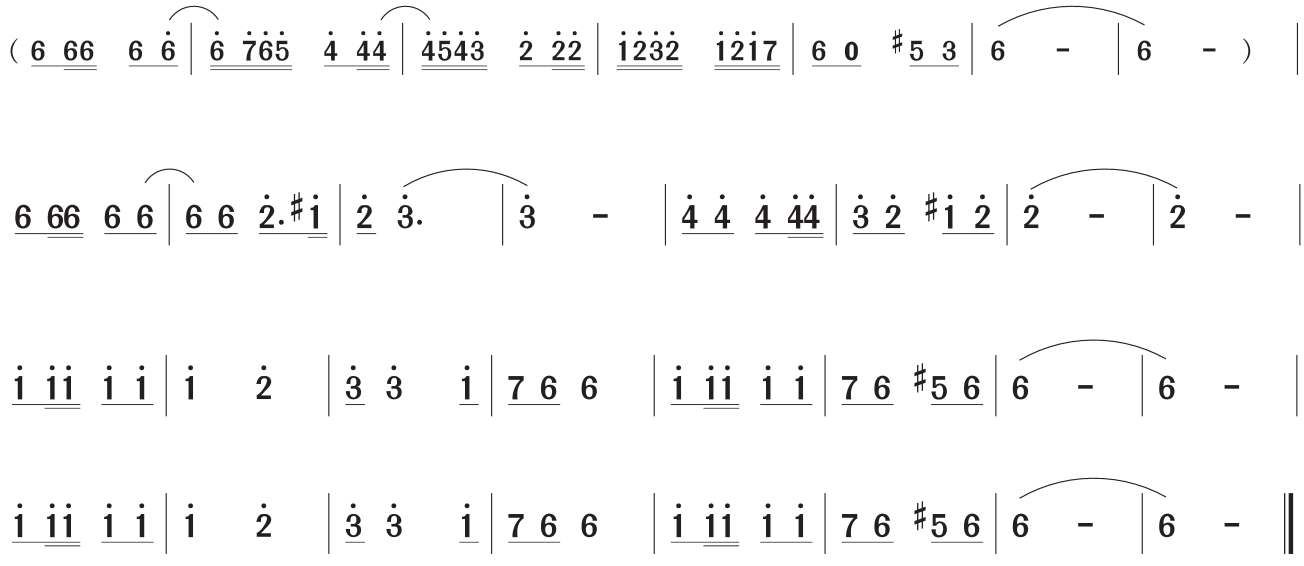


互动排练

维吾尔族舞组合练习

舞蹈音乐

1=C $\frac{2}{4}$　　新疆民歌《送我一枝玫瑰花》



微信公众号：电子课本大全

（1）女生动作



平开手



胸前交叉手



托帽手



行礼





滑冲步



三步一抬



双推腕



回望式



猫洗脸

微信公众号：电子课本大全

（2）男生动作



滑冲步



腰围手



单跪点碾转



扶胸位



击掌

提示：

在保持体态挺立的基础上，随着音乐用扬眉、动目、移颈、绕腕等动作表情达意，是维吾尔族舞蹈的基本要领，因此掌握好局部动作十分重要。此外，旋转也是维吾尔族舞蹈中常见的动作，轻盈的旋转往往能散发出生命的活力。

微信公众号：电子课本大全

（四）朝鲜族舞

朝鲜族民间音乐委婉流畅，舞蹈风格含蓄内敛， 舞姿潇洒飘逸。舞蹈时上肢有如随风飘动的轻盈柳条；步履和造型崇尚白鹤，挺立而优美。主要舞蹈动作有“呼吸”“屈伸”“步伐”“划手” “扛推手”等。



互动排练

朝鲜族舞组合练习

舞蹈音乐

鼓点：

$\frac{4}{4}$ X　1 1 X 1 X 1 | X　1 1 X 1 1 :‖

基本手型和动作



胸围手



腰围手



斜下手

微信公众号：电子课本大全



提裙手



横开手



斜上手



扛手



内扛手



鹤步



腰围手



夹肘动作



耳旁拍手



胸前拍手

提示：朝鲜族舞蹈“动中有静”“鹤步柳手”的舞姿，透出一股黏劲儿，应把握这种欲内向外、欲外却向内的动感。

微信公众号：电子课本大全

（五）傣族舞

傣族是一个能歌善舞的民族，其歌舞大多优美恬静，情绪内在含蓄。“三道弯”是傣族舞蹈最典型的基本特征。傣族民间舞有孔雀舞、象脚鼓舞、嘎光舞等。

欣赏体验

水

（女子独舞）

编导 杨桂珍　表演 刀美兰



欣赏提示

夕阳下，一位少女挑着水罐到江边汲水，夕阳的余晖洒在她的脸上，她从水中照见自己的身影，脸庞涌现出青春的喜悦……她散开秀美的长发，在清亮的江水中洗净。她开始坐在岸边，用双足拍水嬉戏，波光粼粼、清澈透明的江水吸引着她，她情不自禁地跳入江水中，冲洗去一天的疲劳。清风徐来，她轻抚洗净晾干的长发。夕阳落山了，只见她起身三转两绕，转眼间盘起了傣家少女别具一格的发型。然后她挑起水罐，踏着霞光，向着炊烟缭绕的竹楼款款走去……傣族舞蹈家刀美兰在作品中体现出的自然、朴素的风格和娴熟、准确的技巧，都给人留下了深刻的印象。



刀美兰（1944—）

中国舞蹈表演艺术家。她的表演淳朴自然、委婉细腻，舞姿轻柔。从《孔雀公主》《小卜少》《赶摆》到大型音乐舞蹈史诗《东方红》《金色的孔雀》和《水》，她的表演都以迷人的艺术魅力向世人展示了独特的艺术风采。

微信公众号：电子课本大全

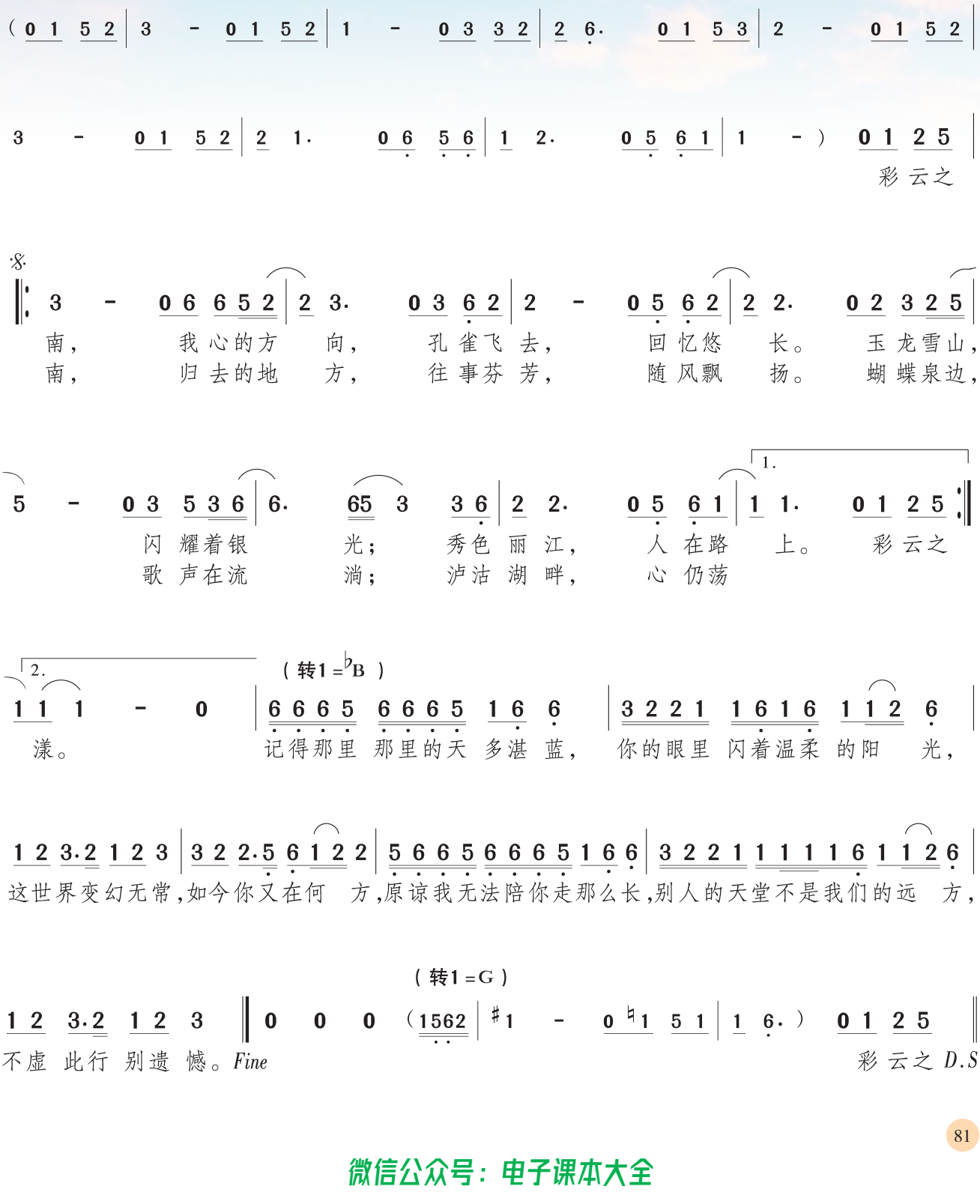
互动排练

傣族舞组合练习

舞蹈音乐

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

何沐阳《彩云之南》



微信公众号：电子课本大全

傣族舞基本手型



掌形



爪形



嘴形



叶形



曲掌

傣族舞基本动作



侧错位



旁斜位



头前位



胸前位



后踏步



掌形动作

微信公众号：电子课本大全



曲掌动作



三道弯动作

提示：脚多为脚后踢，踢起时快而有力，落地时轻而稳，这种律动不仅模拟孔雀行走时的步态，还颇像大象在森林中的漫步，具有一股内在的含蓄稳健的力量美。

自主探究

我们学习了汉族民间歌舞秧歌、花灯以及藏族、蒙古族、维吾尔族、朝鲜族和傣族的民间舞蹈，试以一二例，从舞蹈动作与表演风格的角度，结合其音乐特点，思考这些舞蹈与生成它们的人民生活、劳动、习俗以及地域和历史文化传统之间的联系，并与同学交流。

微信公众号：电子课本大全



第六单元

Music and Dance

music

微信公众号：电子课本大全



外国民间舞

微信公众号：电子课本大全

一、俄罗斯民间舞蹈

俄罗斯民族以能歌善舞著称，舞蹈在俄罗斯人民的生活中占有重要位置。每逢节日或民间聚会活动，歌舞是必不可少的。这些歌舞大多内容诙谐、风趣，音乐简洁、明快。主要有轮舞、竞演舞和卡德里尔舞等。

欣赏体验

小白桦树

（女子群舞）

表演 俄罗斯“小白桦”歌舞团



微信公众号：电子课本大全



欣赏提示

俄罗斯“小白桦”歌舞团是一个有着辉煌历史的艺术团体，它的名字与“国立”“模范”等头衔并称。“小白桦”歌舞团演员的表演具有诗情画意，特别是俄罗斯民族服装配以世界独一无二的俄罗斯“云步”，犹如脚下安上了滑轮，曼妙轻移，透出一种高贵典雅的气质。

舞蹈《小白桦树》通过各种舞蹈队形的变化，创造出不同的舞蹈形象和独特的舞蹈意境，体现了俄罗斯少女优雅活泼的性格特征，有着十分丰富的舞蹈艺术表现力。



互动排练

俄罗斯民间舞

舞蹈音乐

1=G $\frac{2}{4}$　　俄罗斯民歌

快板　热烈地

1 3　3 3 | 2 54　3 | 1 3　3 3 | 2 54　3 | 2· 1　7 6 | 5 67　1 3 |

2· 1　7 6 | 5 67　1 | 1234　3 3 | 2 54　32 1 | 1234　3231 | 2 54　3 |

2321　7176 | 5 67　1 3 | 2321　7176 | 5675　1 ‖

微信公众号：电子课本大全

基本步伐



三步法



横步



手风琴步





单踏点



双踏点



跳踏点

提示：

俄罗斯民间舞蹈男女动作差别很大。男子腿部动作较大，如双腿下蹲向前交替踢腿，下蹲时快速扫堂腿、连续快速空转，后弯腰空跳等，具有较高难度。学习时要循序渐进，量力而行。女子动作一般端庄、贤淑，与男子舞蹈形成强烈对比。

微信公众号：电子课本大全

二、波兰民间舞蹈

波兰民间舞蹈以“玛祖卡”最负盛名。它的音乐旋律欢快流畅，风格热情奔放。玛祖卡是一种男女双人集体舞，它以滑步、脚跟碰击、男单腿跪地女绕行、双人旋转等为主。基本舞步为带屈伸的三步连走（音乐亦为三拍子），步法舒展流畅，队形变化多样。

19 世纪波兰作曲家肖邦创作有多首玛祖卡舞曲，鲜明地体现了波兰民间音乐舞蹈的特点。



互动排练

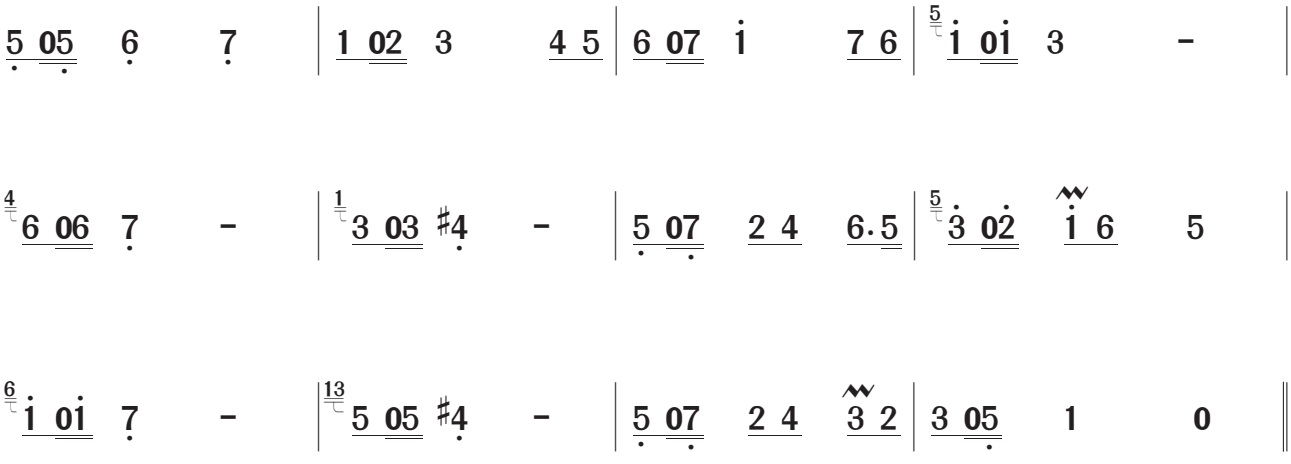
波兰民间舞

舞蹈音乐

1 = $^{\flat}$B $\frac{3}{4}$

〔波〕肖邦《$^{\flat}$B 大调玛祖卡舞曲》

欢快地



微信公众号：电子课本大全



玛祖卡双人舞基本动作



动作一



动作二



动作三

提示：

玛祖卡舞格调高雅，气质端庄。通过舞蹈交流，不仅能增进同学之间的相互尊重和理解，而且有助于养成落落大方、热情文明的高雅气质。希望同学们能从中获益。

微信公众号：电子课本大全

三、西班牙民间舞蹈

位于欧洲伊比利亚半岛上的西班牙，濒临大西洋和地中海，有着悠久的航海历史，生活在这里的人民借鉴并融汇多民族艺术之精华，形成了风格独特的西班牙歌舞。

欣赏体验

火　舞

（弗拉门戈）

表演 〔西〕玛丽亚·佩洁 等



欣赏提示

弗拉门戈舞是一种集歌、舞、吉他演奏为一体的艺术形式。弗拉门戈舞是西班牙境内的安达卢西亚地区吉卜赛人（又称弗拉门戈人）的音乐和舞蹈，它源自平民阶层，在舞者的举手投足间表达出纯朴的人性和热烈的情绪。表演时，必须有吉他伴奏，并有专人在一旁伴唱。弗拉门戈舞热情、奔放、优美、刚健，形象地体现了西班牙人民的民族气质。

玛丽亚·佩洁是西班牙首席弗拉门戈女舞者，她在《大河之舞》上半场表演的《火舞》，张扬、大气，力量感十足，展现了踢踏舞火一般的热情。

微信公众号：电子课本大全

互动排练

西班牙民间舞

舞蹈音乐

1=G $\frac{3}{4}$

西班牙民歌《噢！我的吉他》

快速



提示：

西班牙舞蹈的特色之一是使用响板。舞者多用拇指与中指执响板边击边舞，因此西班牙舞蹈的基本手型是拇指、中指相近，相捏，其余手指自然弯曲。

西班牙歌舞还受到吉卜赛文化的影响，风格热情奔放，充满动感与活力，舞者多用眼神和形体的变换与舞伴进行情感的交流。



微信公众号：电子课本大全

四、印度民间舞蹈

印度是一个有着古老文明传统的国家。印度舞蹈与宗教、神话、诗歌、戏剧紧密结合，充满神秘色彩。印度民间舞蹈常见于婚丧嫁娶、节日祭祀、庆贺丰收等活动中，反映人们追求幸福生活的愿望。舞蹈音乐大多优美动听，节奏细腻，具有浓郁的生活气息。



互动排练

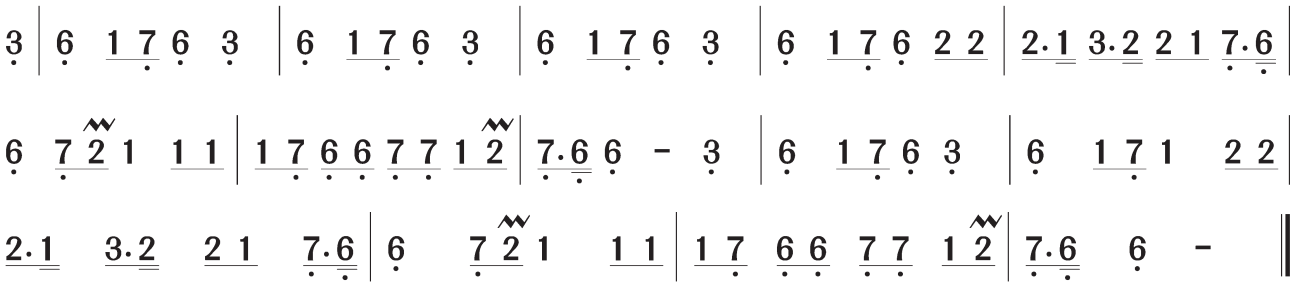
印度民间舞

舞蹈音乐

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

〔印〕桑凯·扎伊吉尚 《丽达之歌》

中速



印度舞常见手姿



孔雀手



龟手



鱼手



羞怯

提示：

印度舞蹈常以扭腰、出胯、掖腿、十指交叉、吸腿、双臂曲张等动作来突出舞蹈形象的美感。此外，还以人物造型，包括头饰、化妆、服饰、动作，以及音乐和舞台环境等手段，表现出浓郁的宗教色彩。

微信公众号：电子课本大全

五、爱尔兰民间舞蹈

爱尔兰民间舞蹈以踢踏舞为代表。踢踏舞是一种用脚击打地面的节奏性舞蹈，源于爱尔兰的“木鞋舞”。它在 20 世纪 20 年代传入美国，很快在美国和拉丁美洲流行开来。

踢踏舞的特点是上身动作很少，主要通过运用脚的不同部位踏地，以其鲜明的节奏感与音乐协调配合而产生强烈的感染力。

欣赏体验

大河之舞

（舞剧片段）



欣赏提示

《大河之舞》以传统爱尔兰民族特色的踢踏舞为主轴，融合热情奔放的西班牙弗拉门戈舞，并汲取古典芭蕾与现代舞蹈的精华，共同营造出一场气势如虹、异彩纷呈的动感舞作。狂野的脚步节奏，磅礴的情绪表达，融合多种形式的曲风及乐器的演奏，技高一筹的歌唱演绎，丰富精彩的舞台效果，眼花缭乱的服装造型……所有的元素都被成功融合重生，碰撞出惊人的艺术火花。

微信公众号：电子课本大全

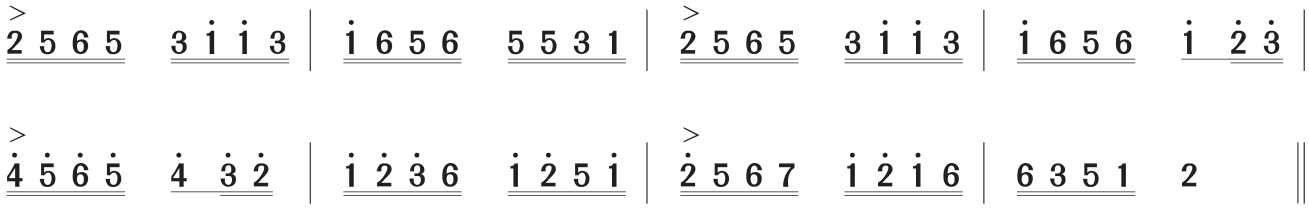
互动排练

踢踏舞

舞蹈音乐

1 = $^{\flat}$E $\frac{2}{4}$ 〔爱〕比尔·惠南 曲

欢快 活泼地





【1】—2 手放身体两侧，上身直立，右脚向前跺步；

3—4 左脚原地跺步；

5—6 右脚向后撤步跺步；

7—8 左脚原地跺步。

【2】—8 重复第一个八拍的动作。

【3】—2 右脚跺步，形成爱尔兰基本位（双脚向外打开 45 度，右脚在前，右脚跟对准左脚尖）。双手在右耳旁击掌，手臂架住。

3—6 重复两遍【3】—2 动作。

7—8 双手在左耳旁击掌两次，手臂架住。

【4】—6 重复三遍【3】—2 动作。

7—8 手从击掌位收回到身体两侧的同时，右脚跺步。

提示：

踢踏舞的音乐节奏大都较快，主要强调舞者脚部动作的灵活性。要想取得预期的表现效果，应加强各种步伐的分解练习。 如上图。

自主探究

除本单元介绍的外国民间舞蹈以外，你还想了解哪些国家和地区的舞蹈呢？请上网收集、整理相关资料，并与同学交流分享。

微信公众号：电子课本大全



Music and Dance

music

第七单元

微信公众号：电子课本大全



踏歌起舞

微信公众号：电子课本大全

一、随乐即兴舞蹈

舞蹈以身体语言来表达内心的喜怒哀乐，举手投足之间述说着心灵的语言。让我们踏着音乐的节律，舒展优美的舞姿，自由地抒发心中的情感吧！

多　耶

（侗族歌舞）

侗族民歌音调
肖水云 编曲

1=F　$\frac{2}{4}$

（起句领唱　自由地）

1　6·　|　2　–　|　6　1·　|　1·　0
哟　嗬！　哎　|　哟　嗬！

（合）（稍慢　有节奏地）

1· 0　1· 0　|　1· 0　1· 0　‖
嗬　嗬　嗬　嗬

6 6　6 6　|　6 6　6 6　‖
大 家　一 起　围 成　圈 哪

𝄋（领）

1 2　1 3　|　2 2　23 1　|　2·1　2·3　|　2 2 2 3　1
绿叶　红花　满山　岗　呀，耶嗬　耶　满山岗啰　呀，

（合）

3 21　6 1　|　2 3　2 16　|
山歌　阵阵　响四　方啰，

（合）

6·1　2·3　|　1 2 2 1 6　|
呀　哈　响四方啰呀，

（领）

1 2　1 2　|　2 3　23 1　|　2·1　2·3　|　2 2 2 3　1　|
有客　来到　侗家　寨　呀，耶嗬　耶　侗家寨啰　呀，

（领）

3 21　6 1　|　2 3　2 16　|

（合）

6·1　2·3　|　1 2 2 1　6　‖　X　–　|
跳起　多耶　心欢　畅啰。呀　哈　心欢畅啰　呀。*D.S.*啵！

（𝄋 – *D.S.* 处可多次反复，反复时即兴填词。）

微信公众号：电子课本大全



提示：

“多耶”是侗族人民在节日喜庆时表演的一种民间集体歌舞，风格欢快、热情、质朴。表演时，多人或列成队，或围成圈，一人领唱，众人应和，边歌边舞。

“多耶”的舞蹈动作为：双臂前后悠摆，脚下同时做踏步横移，或者左臂搭在身前舞伴的肩部，右臂随节奏前后悠摆。





微信公众号：电子课本大全

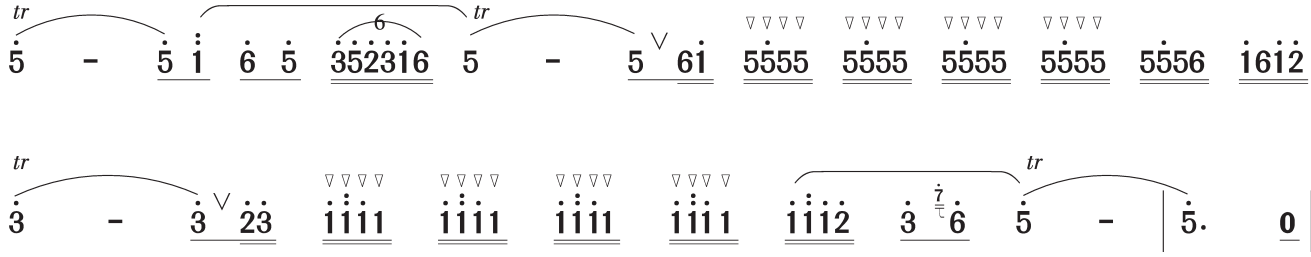
梁山伯与祝英台

何占豪 陈钢 曲

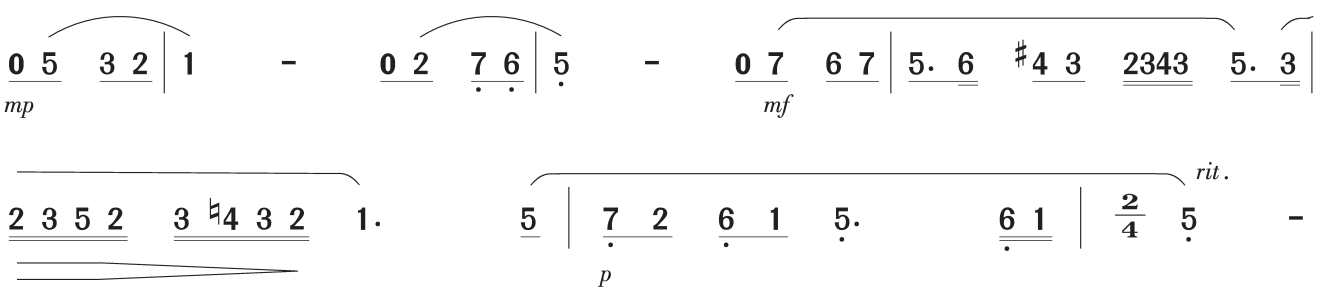
引子：春景（鸟语花香）

1=G

散板

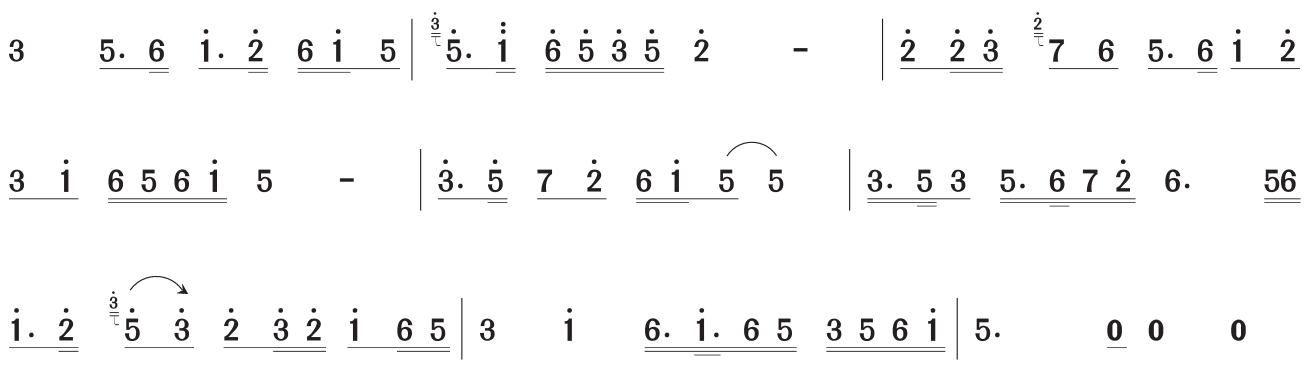


1=G $\frac{4}{4}$



呈示部：主部主题——爱情主题

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



微信公众号：电子课本大全







提示：

音乐以竖琴和弦乐器的颤弓音响为背景，引出长笛活泼明快的旋律以及双簧管优美抒情的旋律，描绘了春光明媚、鸟语花香的美丽景色，独奏小提琴富有表情地奏出了充满诗意的爱情主题……请同学们用中国古典舞的舞蹈语汇和队形的变化，诠释音乐的形象。

微信公众号：电子课本大全

二、旋转的舞台

本节选择了几个有代表性的舞蹈或舞剧片段，供同学们排练演出。目的是让同学们在亲身参与艺术表演实践的过程中把握不同题材舞蹈的风格特色，体验舞蹈特有的美感与韵味。

斗 笠 舞

编导 李承祥 蒋祖慧 王希贤

舞蹈音乐 吴祖强 杜鸣心 戴宏威 施万春 王燕樵 曲

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

(2 - | 5 - | 3 23 1 5 | 2·5 3 1 | 3 2· 3 | 6·1 6 2 | 5· 2 | 5 -)

2 1 2 3 | 6 5 - | 2 1 2 | 5 - | 1 3 2 3 | 1 5 | 5 32 1 | 2 - |
万泉 河 水 清 又 清， 我编 斗 笠 送 红 军。

1 1 2 3 | 6· 1 | 2 12 3 5 | 6 - | 6 5 4·1 | 4 6 5 | 2·3 2 1 | 5 - |
军爱 民 来 民 拥 军， 军民 团结 一家 亲， 一 家 亲。

(6 5 4 1 | 4 6 5 | 3 5 12 3 | 2 - | 6·1 6 1 | 45 6 5 | 2 13 2 5 | 5 -)



微信公众号：电子课本大全



提示：

排演前，可先反复欣赏、体验这段舞蹈及其音乐的情绪与节律，根据每个人掌握的舞蹈基本动作的实际情况，分配人物角色，分组进行排演。在排演中，应通过模仿舞剧中的舞蹈动作以及表演，着力表现剧中的人物性格，通过相互间表情、动作的呼应，体现角色的真实情感。



微信公众号：电子课本大全

掀起你的盖头来

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

欢快、热烈地

维吾尔族民歌
王洛宾 记谱填词

5 1 1 | 1 4 3 | 2· 4 3 | 5· 1 | 1 4 3 | 2· 4 3 |

1.掀起了 你的 盖 头 来， 让 我 看你的 眉 毛，
2.掀起了 你的 盖 头 来， 让 我 看你的 眼 睛，
3.掀起了 你的 盖 头 来， 让 我 看你的 脸 儿，

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

你 的 眉 毛 细 又 长 啊， 好像那 树梢的 弯 月 亮，
你 的 眼 睛 明 又 亮 啊， 好像那 秋波 一 般 样，
你 的 脸 儿 红 又 圆 啊， 好像那 苹果 到 秋 天，

3 2 3 2 | 3 3 2 | 3 4 3 2 | 1 1 | 2 2 4 | 3 3 2 | 1 1 1 ‖

你 的 眉 毛 细 又 长 啊， 好像那 树梢的 弯 月 亮。
你 的 眼 睛 明 又 亮 啊， 好像那 秋波 一 般 样。
你 的 脸 儿 红 又 圆 啊， 好像那 苹果 到 秋 天。



微信公众号：电子课本大全

基本动作



翻腕撩纱



托帽亮相



绕腕动脖



前点后踏

提示：

《掀起你的盖头来》是根据新疆维吾尔族民歌改编创作的一段舞蹈。这段舞蹈的音乐旋律明快、活泼，表现了青年男女之间爱恋、倾慕的感情。

在排演这个舞蹈前，可先复习我们已经学过的维吾尔族民间舞蹈的基本动作，如上肢的捧、摊、绕，下肢的垫步、自由步、滑冲步、三步一抬等，以便准确把握维吾尔族舞蹈的语言与风格。

在此基础上，结合排演《掀起你的盖头来》，进一步学习“翻腕撩纱”“托帽亮相”“绕腕动脖”“前点后踏”等动作，以便更传神地表现这个作品。





微信公众号：电子课本大全

洗 衣 歌

李俊琛 词
罗念一 曲

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

中速稍快 欢腾、热烈地

(2 - | 2 - ‖: 2·2 2 1 2·2 2 1 | 2 4 6 5 6 4 5 | 6 4 5 2 4 5 | 6 4 5 2 |
(喊声)出打出打觉过出打 咳 勒司! 出打出打 觉过出打 咳 勒司!

2·2 2 1 2·2 2 1 | 2465 6 4 5 | 6 4 5 2 4 5 | 6 4 5 2 | 5 3 | 6 5 |
出打出打觉过出打 咳 勒司! 出打出打觉过出打 咳 勒司!

5·653 3·532 | 1·216 6 | 2·221 2·221 | 2 4 6 i | 6·i65 4·542 | 6 45 2) |

i 6 - | 6 - | 6·i 2312 | 223 i651 | 5 6· | 6 - |
1.(领) 呃! 是 谁 帮咱们 翻 了 身 呃?(喊)“阿拉 黑司!”
2.(领) 呃! 是 谁 帮咱们 修 公 路 呃?(喊)“阿拉 黑司!”
3.(领) 呃! 是 谁 帮咱们 收 青 稞 呃?(喊)“阿拉 黑司!”
4.(齐) 呃! 我 们 的 生活 变 了 样 呃,(喊)“阿拉 黑司!”

基本动作

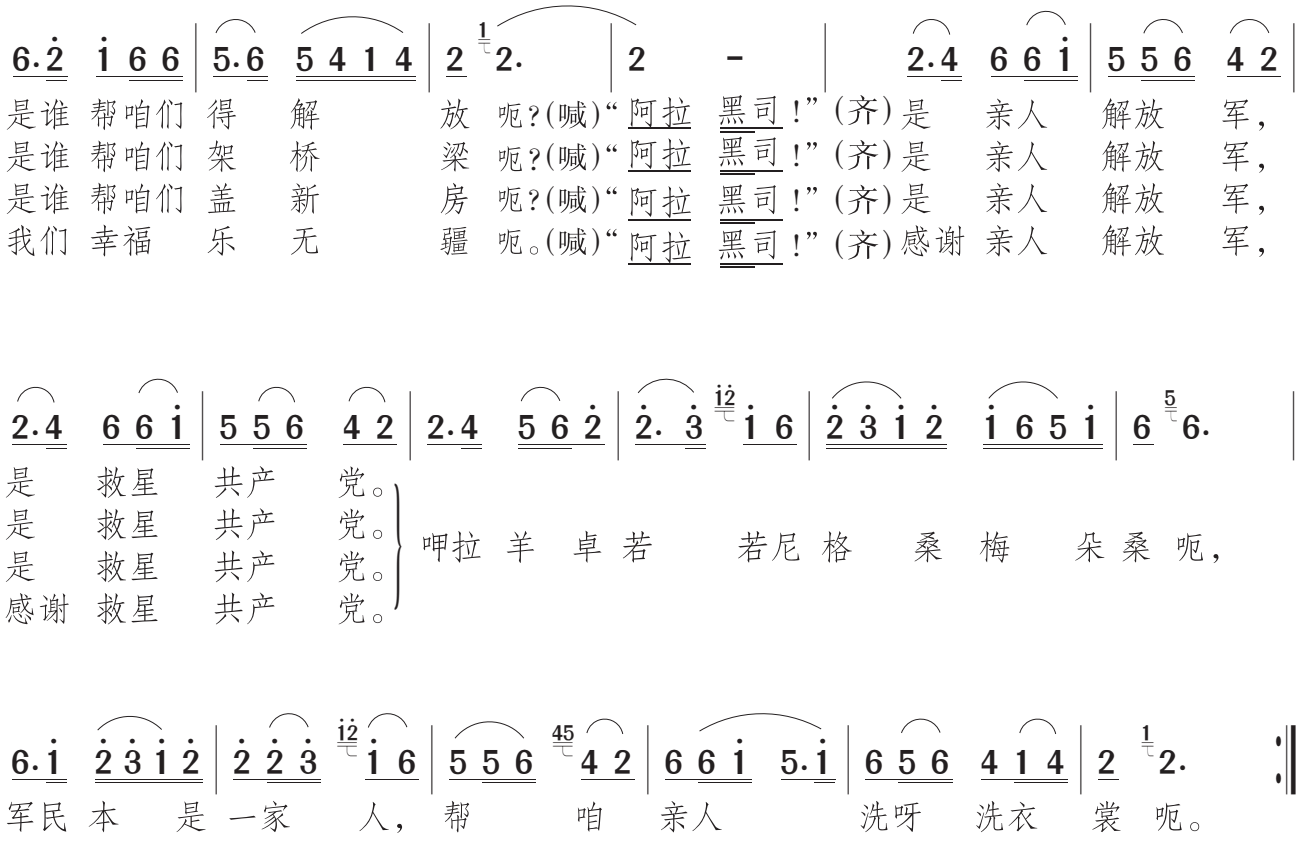


撩手



甩袖

微信公众号：电子课本大全



提示：

歌舞《洗衣歌》通过一群藏族姑娘替驻地解放军战士洗衣裳的情节，表现了“军民鱼水情，藏汉一家亲”的主题。

这段舞蹈的音乐热烈欢腾，节奏欢快跳跃。在排演这一舞蹈的过程中，可以整合我们已经学过的“舞袖”“踢踏步”等藏族民间舞蹈的基本动作，结合这部歌舞作品的排演，进一步融进“撩手”“甩袖”“三步一撩”等藏族舞蹈的特色动作，更好地表现这部作品。


三步一撩

微信公众号：电子课本大全

三、创意展示

我们已经观赏和感受过许多舞蹈名作，学习和掌握了一些不同风格舞蹈的基本动作，也模拟排演了一些成品舞蹈。现在，让我们尝试做一次真正的舞蹈编导，充分发挥自己的创意和想象，为特定的音乐和指定的主题设计舞蹈动作、队形或造型。以小组为单位，把大家学习舞蹈和排练时的过程拍摄下来，做成花絮，与大家一起分享。

互动排练

贝加尔湖畔

1=F $\frac{4}{4}$　　李　健 词曲

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

4 - 2 - | 2 7 3 2 | 6 - - - | 0) 6 7 1 5 ‖: 4 - 0 0 |

在我的 怀 里，
恋

0 5 6 7 4 | 3 - 0 0 | 0 3 3 6 5 | 4 2 - 0 7 | 1. 7 1 2 2 4 |

在你的 眼 里，　那里春 风 沉 醉，　那 里 绿草 如
洒满了 湖 面，　两个人 的 篝 火　照

3 - - 0 | 0 6 7 1 5 ‖: 2. 7 3 2 2 1 7 | 6 6 6 6 6 | ‖: 6 - - 0 |

茵。　月光把 爱 亮 整个 夜 晚。多少年 以 后，
后，

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

如云般 游 走，　那变换 的 脚 步　让 我 们难 牵
往事随 云 走，　那纷飞 的 冰 雪　容 不 下那 温

微信公众号：电子课本大全

3 - - 0 | 0 6 6 6 6 | 6 - - 0 | 0 7 i 2 i | 3 - - 0 |
手； 这一生 一 世 有多少 你 我
柔； 这一生 一 世 这时间 太 少，

0 3 3 6 5 | 4 2 - 0 | 5 6 7 7 7 | 3 - - - | 7 - - - |
被吞没 在 月 光 如 水的 夜 里。
不够证 明 融 化 冰 雪的 深 情。

0 0 0 0 | 0 6 7 1 5 | 4 - 0 0 | 0 5 6 7 4 | 3 - 0 0 |
多想某 一 天 往日又 重 现，
就在某 一 天 你忽然 出 现，

0 3 3 6 5 4 | 4 2 2 - 0 7 | 7 3 2 2 7 1 | 6 - - 0 | 1. 0 6 6 6 6 :|
我们流 连忘 返 在 贝 加尔 湖 畔。 多少年 以
你清澈 又神 秘， 在 贝 加尔 湖 畔。

2. 0 3 3 6 5 | 4 2 - 0 7 | 7 3 2 2 7 1 | 6 ||
你清 澈 又 神 秘， 像 贝 加尔 湖 畔。

操作建议：根据歌曲的风格和内容，恰当运用已学过的俄罗斯民间舞蹈动作，编排男女群舞。

使用道具：每人一条彩色纱巾，也可选用其他道具。



微信公众号：电子课本大全

怒放的生命

1=D $\frac{4}{4}$　　汪　峰 词曲

♩ = 78

𝄋(1)

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

1.曾经　多少次　跌倒在路　上，　曾经　多少次　折断过翅　膀，
(2.曾经)　多少次　失去了方　向，　曾经　多少次　扑灭了梦　想，

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

如今　我已不　再感到彷徨，　我想　超越这　平凡的生活。
如今　我已不　再感到迷茫，　我要　我的生　命得到解放。

𝄋(2)

5 - - 0 | 0 5 5 6 5 5 3 3 2 | $\frac{2}{4}$ 3. 3 3 - | 0 2 3 3 5 3 2 1 |

我想要怒　放　的　生　命，　就像飞　翔在辽

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

阔　天空，　就像穿　行在无边的旷　野，　拥有挣脱一　切　的力量。
(1 1)

1. 5 - - 0 | 0 0 0 0 3 5 :‖ 2. 1 - - 0 | 0 5 5 6 5 5 3 3 2 |

曾经　我想要怒　放　的

$\frac{2}{4}$ 3. 3 3 - | 0 2·3 5 3 2 1 | 1 2 1 1 1 - | 0 2·3 5 3 2 1 |

生　命，　就像矗立在彩　虹　之巅，　就像穿行在璀

2 2 2 3 6 6 6 1 | 2 2 2 3 1 1 6 1 1 | 1 - - 0 ‖ (间奏略) 0 3 5 ‖

璨的星　河，　拥有超越平　凡　的力量。　D.S.(2)　曾经 D.S.(1)
Fine

操作建议：结合所学习过的知识，编排体现坚韧不拔精神的舞蹈，动作幅度突出力量感，可选择独舞、双人舞、群舞进行演绎，舞种不限。

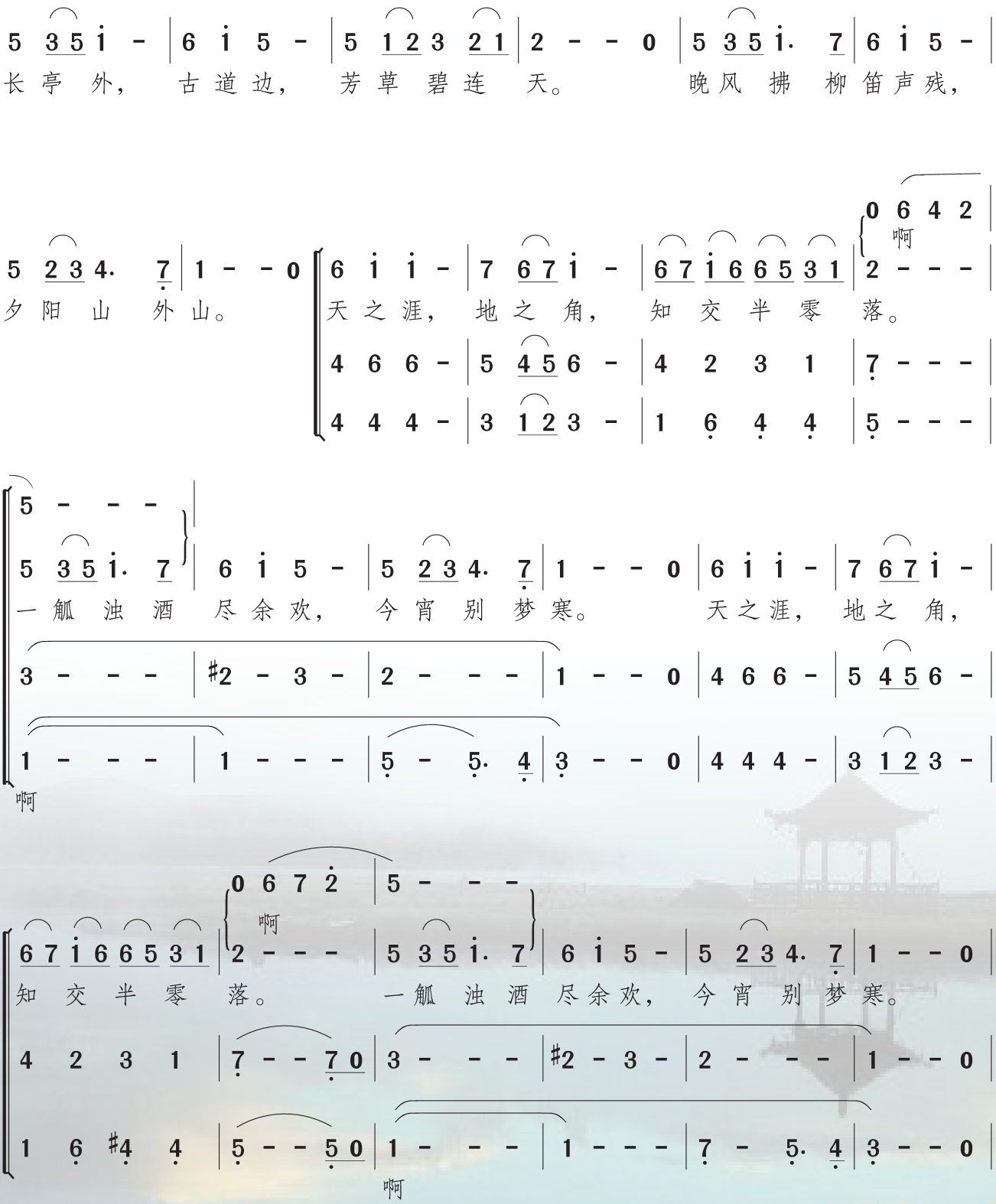
微信公众号：电子课本大全

送 别

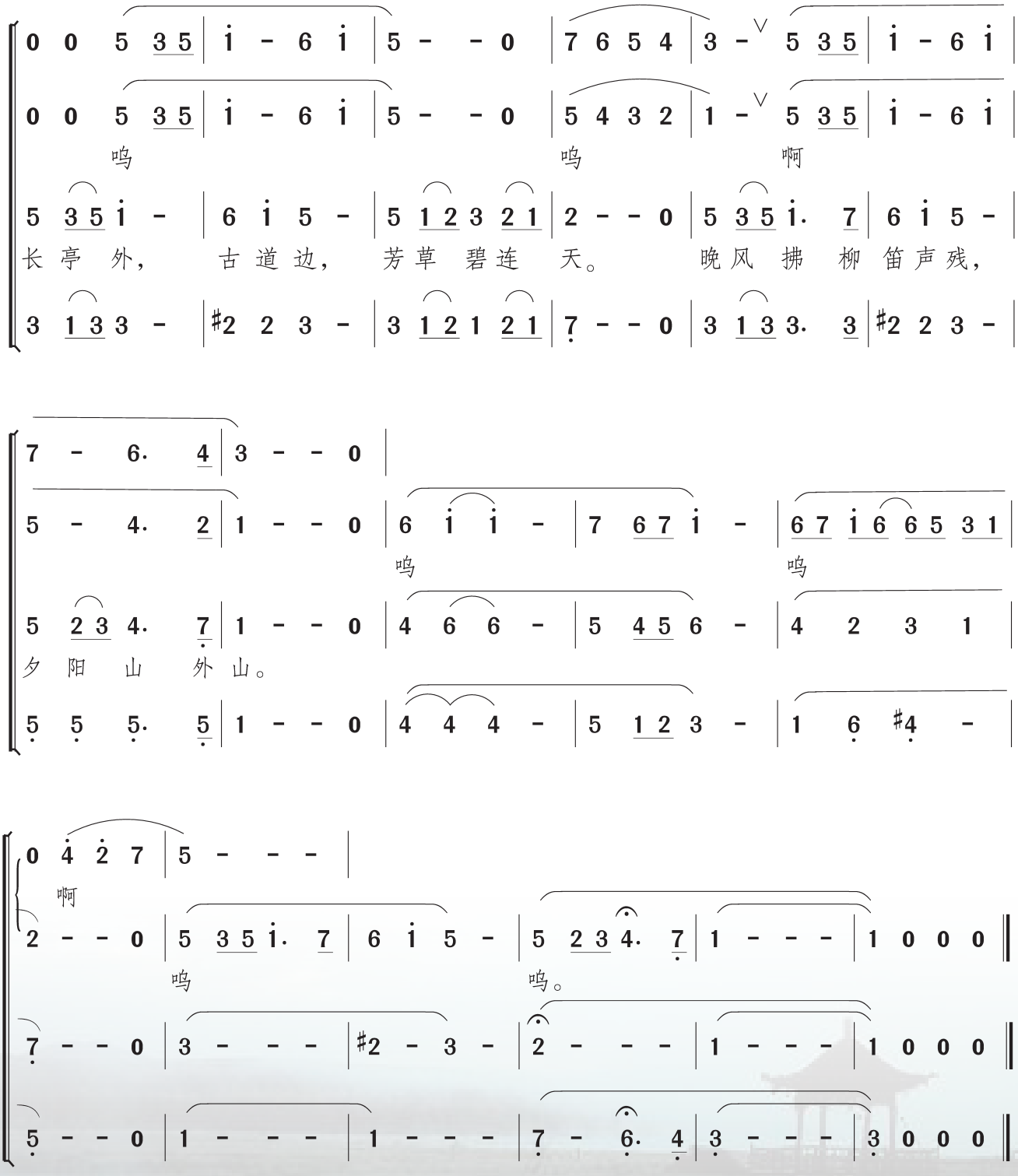
李叔同 词
〔美〕J.P. 奥德威 曲
杨鸿年 编合唱

1 = ♭E $\frac{4}{4}$

深情地



微信公众号：电子课本大全



操作建议：同学们可根据这首歌曲的音乐风格、韵律及歌词表达的内容，设计以两人为一组的双人舞蹈。舞蹈编排可通过影子、多媒体或道具的创意来表现特定的场景。

微信公众号：电子课本大全

阅读材料

创意舞蹈

1. 影子的创意

影子舞蹈是由艺术家透过光影，用肢体语言表达情感，用一块白色的幕布呈现出画面，使现场效果宛如黑白电影，时尚而又返古的一种适合小型舞台表演的舞蹈。

影子舞蹈必须有一块白幕并设置不同类型的光源，演员在幕布与光源之间，通过肢体协作创造出奇幻的造型投射到幕布上，也可以适当借助道具，目前比较流行与多媒体相结合。表演内容丰富。









2. 多媒体的创意

节目的内容配合着灯光和 LED（发光二极管）屏幕去互动，舞台的地板、侧墙和背景板都由 LED 屏幕组成，展现出光、画面和演出人员融为一体的表演方式。

微信公众号：电子课本大全

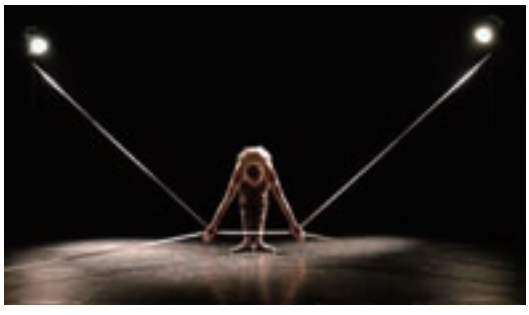




3. 道具的创意

舞蹈道具能够创造出独具魅力的艺术形象，可作为多种抽象的象征体，蕴含宽泛的象征内涵。娴熟运用道具，可增加舞蹈形式的美感。由于舞蹈道具是舞蹈表现的重要辅助工具，它也必须遵循舞台艺术的要求，美化、简洁、形象化，又便于舞动。






微信公众号：电子课本大全

卖火柴的小女孩

（片段）

安徒生的这则童话，讲述了卖火柴的小女孩在寒冷的新年之夜，又冷又饿地憧憬着美好幸福的生活，最后冻死在街头墙角的故事。表现了小女孩纯真的童心和悲惨的遭遇，揭示了社会的黑暗。

伴随德国作曲家舒曼《梦幻曲》那抒情而略带忧伤的音调，根据课文提供的童话片段，即兴设计表演动作和造型。



童话节选

雪越下越大，街上像铺了一层厚厚的白地毯。

小女孩一整天没吃没喝，实在走不动了，只好缩在街头的墙角坐下来。她用小手搓着又红又肿的小脚，一会儿，小手也冻僵了。真冷啊，哪怕有一点点小小的火暖暖身子也好啊。

她终于忍不住抽出一根火柴，在墙上一擦，刺！小小的火苗冒了出来。小女孩把手放在火苗上，小小的火光多么美丽，多么温暖呀！她仿佛觉得自己坐在火炉旁，炉火烧得红旺旺的。小女孩刚想伸出脚去暖和一下，火苗熄灭了，火炉不见了，只剩下那烧过的火柴头。

……

小女孩又擦亮一根火柴，火光把四周照得通亮，奶奶在火光中出现了，朝着她微笑着，那么温柔，那么慈祥。

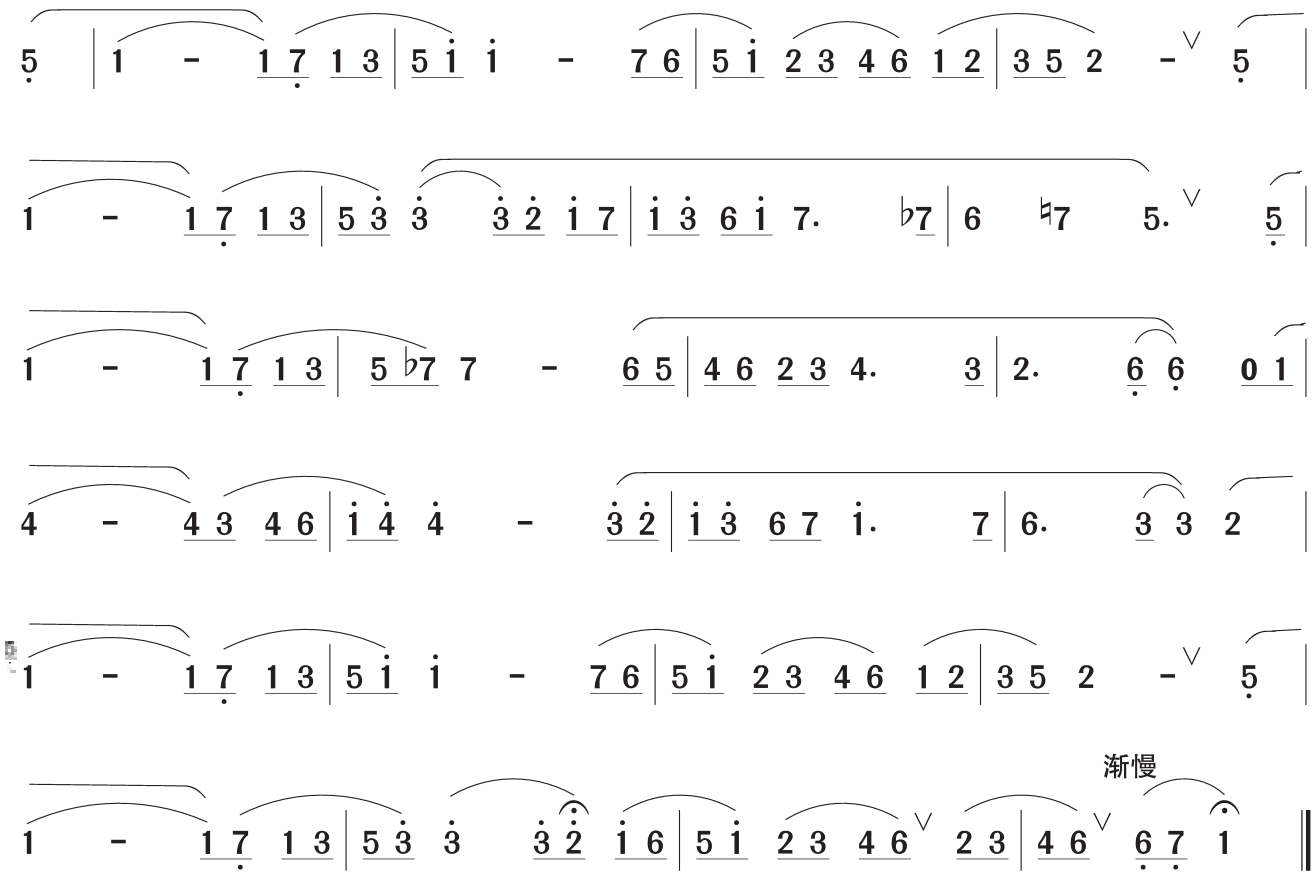
微信公众号：电子课本大全

“奶奶，请把我带走吧，我知道，火柴一灭，你就会不见了！”小女孩把手里的火柴一根接一根地擦亮，想把奶奶留下来。火柴发出强烈的光芒，照得比白天还要明亮。奶奶慈祥地向她伸出双手。“奶奶……”小女孩激动得热泪盈眶，一下扑进奶奶的怀抱。两人在光明和快乐中飞起来。她们越飞越高，飞到没有寒冷、没有饥饿的地方去了……

小女孩两腮通红，脸上带着幸福的微笑。她死了，在新年夜冻死了，手里紧紧地握着一把烧过的火柴梗。

1=F $\frac{4}{4}$　　〔德〕舒曼《梦幻曲》

行板　如歌地



（音乐可反复）

操作建议：根据童话故事内容，选用舒曼的《梦幻曲》做背景音乐，将这个片段编创成带有独舞和双人舞成分的舞蹈哑剧进行表演。编创、表演时应注意将音乐、舞蹈和带朗诵的剧情（由编创者决定取舍）融为一体。还可以通过影子或多媒体道具创意来表现童话故事中的特定场景。如用影子呈现小女孩与奶奶相见的场景，用多媒体技术呈现漫天飞雪的场景等。

微信公众号：电子课本大全

music

期末测评（下篇）

一、自选中外民间舞蹈动作组合表演。

我表演的舞蹈动作组合是_____

表演过程记录：

自我评价　优秀（　）良好（　）合格（　）还需努力（　）

小组评价　优秀（　）良好（　）合格（　）还需努力（　）

老师评价　优秀（　）良好（　）合格（　）还需努力（　）

二、自选一段音乐，与同学一起进行舞蹈编创，并表演。

要求：

1. 能较好地体现所选音乐的情绪与风格；
2. 动作流畅，舞姿优美，有一定的艺术表现力。

我们表演的舞蹈是_____

表演过程记录：

自我评价　优秀（　）良好（　）合格（　）还需努力（　）

小组评价　优秀（　）良好（　）合格（　）还需努力（　）

老师评价　优秀（　）良好（　）合格（　）还需努力（　）

微信公众号：电子课本大全

三、以“舞蹈敞开我心扉”为主题，自主策划和组织一场舞会。节目形式可以有独舞、双人舞、三人舞、群舞、舞剧片段等。

舞会实录

微信公众号：电子课本大全