



暢唱 學中文 之 創藝手指謠

黃心恬

| 學歷 |

國立清華大學幼兒教育學系畢 / 輔修藝術與設計學系創作組 畢
國立臺北藝術大學舞蹈研究所理論組 主修教育研究 就讀中

| 簡歷 |

ContaKids親子接觸即興國際教學資格認證
僑委會2017菲華校聯暑期師資講習會講座
海華基金會2018海外華語志工培訓研習講師
新竹市托育資源中心暨親子館合作講師
巧連智寶寶版2016年11月特別企劃「親子互動遊戲」合作文案撰寫
台北市北區特教中心2017年秋季班「跳躍音符」、「韻律遊戲」講師
曾任臺中市私立西屯四季藝術幼兒園幼教教師

Facebook : **ContaKids Taiwan**

暢唱學中文之創藝手指謠－課程講義

課程內容

- ◆ 唱遊暖聲與暖身
- ◆ 觀察模仿與律動遊戲
- ◆ 解構唱遊律動（歌詞、節奏、舞蹈、器材）
- ◆ 組合創造、舞譜設計與改編試教

律動遊戲基礎版

請教師不斷向自己提問，依照您的教學對象，還能怎麼玩？還能怎麼改編？歡迎彼此激盪、分享、交流喔！

一、毛巾操

1.暖身與延展	(1)起床囉! (2)擴胸運動 (3)左右前後拉一拉、彎一彎 (4)太陽公公照四方
2.跨越與平衡	(1)跨過去、跨過來 (2)跳繩 (3)腳腳盪鞦韆
3.肌力與彈力	(1)小牛仔 (2)拔蘿蔔 (3)彈跳高手 (4)小白兔跳過去
4.節奏感與柔軟度	(1)下腰、凌波舞 (2)竹竿舞 (3)火車快飛

二、音律球

我的—我的—我的—我的，你的—我的—你的—我的，
上面—下面—左邊—右邊，你的—我的—你的—我的，
上上—下下—左左—右右，你的—我的—你的—我的，
在前—在後—在前—在後，你的—我的—你的—我的，
往前—往後—繞一圈，你的—我的—你的—我的，

三、鏡子遊戲

兩人一組面對面，一個領導者，另一個跟隨者，領導者做動作，跟隨者像鏡子一樣模仿，移動方式也像鏡子，兩人視線要一直看到對方，動作不能太快要對方可以跟得上。

四、四人太極大賽

四人一組互為用氣功推拉互相比武，可增加鬆緊帶或是伸縮袋的教具，重心移動或是單腳支撐挑戰動態平衡能力。

五、群體壁畫&雕像

三到五人為一個群體，每個人輪流活動並覺察安全空間，避免彼此撞到與重疊，亦可在平面或是立體的空間中產生低中高層次的畫面，接著讓動力流動，浮現肢體雕塑之美。

創藝手指謠

教學目標：激發生活覺察的聯想力，發展精細的手眼協調活動。

探索重點：手指組合變化

活動內容：用手指頭扮演唸謠中的角色特色，再延伸發展在生活中的其他主題。

(原版)

一根手指頭，一根手指頭，變啊變啊變成毛毛蟲
兩根手指頭，兩根手指頭，變啊變啊變成小白兔
三根手指頭，三根手指頭，變啊變啊變成小花貓
四根手指頭，四根手指頭，變啊變啊變成螃蟹走
五根手指頭，五根手指頭，變啊變啊變成小鳥飛

(創意版)

零根手指頭，零根手指頭，變啊變啊變成_____

一根手指頭，一根手指頭，變啊變啊變成_____

兩根手指頭，兩根手指頭，變啊變啊變成_____

三根手指頭，三根手指頭，變啊變啊變成_____

四根手指頭，四根手指頭，變啊變啊變成_____

五根手指頭，五根手指頭，變啊變啊變成_____

六根手指頭，六根手指頭，變啊變啊變成_____

七根手指頭，七根手指頭，變啊變啊變成_____

八根手指頭，八根手指頭，變啊變啊變成_____

九根手指頭，九根手指頭，變啊變啊變成_____

十根手指頭，十根手指頭，變啊變啊變成_____

創藝唱遊

以臺灣樂團「旺福」的三首歌曲作為分析、示範之例子：

布穀鳥

不哭 不哭 別弄皺了皮膚
把你抱起來 搖一搖
呼嚕呼嚕
不哭 不哭 我親愛的布穀
如果你繼續 哭下去
我也會哭

當你學會走路 當你換上制服
總有一天你會戀愛
為了工作忙碌

布穀 布穀 我願當你的樹
布穀 布穀 為你葉黃枝枯
布穀 布穀 想看你翩翩飛舞
為你唱一首歌 希望你快樂
布穀 布穀 不哭 不哭 不哭

--間奏--

布穀 布穀 你弄皺了皮膚
你的白頭髮 比相片裡的你還多
布穀 布穀 我是你的布穀
照片裡的小布穀 現在是大布穀

陪我學會走路 陪我買新制服
現在換我陪你走路
陪你翻翻相簿

布穀 布穀 我願當你的樹
布穀 布穀 為你葉黃枝枯
布穀 布穀 想看你翩翩飛舞
為你唱一首歌 希望你快樂
布穀 布穀 不哭 不哭 不哭

動一動

悶得太久腦袋會生鏽
坐得太久會有三層肉
這種時候就要馬上 起來動一動

老公老婆帶著小朋友
老公公老婆婆手牽手
EVERYBODY 讓BODY動一動
動到全身都山明水秀

噢 脖子動一動
噢 肩膀動一動
噢 手腳動一動
噢 屁股扭一扭
噢 全身動一動
噢 太陽出來啦
一起深呼吸吧

噢 ONE MORE TWO MORE動動
噢 再來一次動動
噢 跟著節奏咚的隆咚咚
噢 伸個懶腰動一動
噢 抬頭看看天空
噢 打開全身每個毛細孔

車子累了要加加油
壓力大了需要鬆一鬆
動一動讓全身都熱烘烘
就像雨後天晴的彩虹

環遊世界

喔 我想到處去旅遊 熱情的南美洲
喔 我想到處去旅遊 熱帶野生非洲

喔 我想到處去旅遊 優雅精緻歐洲
喔 我想到處去旅遊 走不完的亞洲

ba ba 烏龜伸出頭
ba ba 小鳥在天空
ba ba 魚兒水中遊
日出又日落

Bonjour O-hai-Yo 早安地球
我要去英國美國法國韓國德國阿拉伯
和其他所有美麗的國
Yabadabado 關 兜 勒 關 兜
巴黎鐵塔東京鐵塔比薩斜塔金字塔
白蛇傳裡的雷峰塔