

ỦY BAN NHÂN DÂN TỈNH LÀO CAI
TRƯỜNG CAO ĐẲNG LÀO CAI

GIÁO TRÌNH NỘI BỘ
MÚA DÂN GIAN DÂN TỘC VIỆT NAM 3
NGÀNH: NGHỆ THUẬT BIỂU DIỄN MÚA DÂN GIAN DÂN TỘC
(Dành cho Nam)

Lưu hành nội bộ
Năm 2019

TUYÊN BỐ BẢN QUYỀN

Tài liệu này thuộc sách giáo trình nên các nguồn thông tin có thể được phép dùng nguyên bản hoặc trích dùng cho các đào tạo và tham khảo.

Mọi mục đích khác mang tính lệch lạc hoặc sử dụng với mục đích kinh doanh thiếu lành mạnh sẽ bị nghiêm cấm.

TaiLieu.vn

LỜI NÓI ĐẦU

Nước Việt Nam với 54 Dân tộc anh em đã tạo nên một nền Nghệ thuật múa dân gian phong phú, nhiều màu sắc. Để đưa nội dung đó vào việc đào tạo, giảng dạy trong nhà trường thì việc xây dựng giáo trình bộ môn múa này cần được bổ sung và hoàn chỉnh dần.

Do hoàn cảnh địa lý và đặc điểm riêng biệt của từng vùng nên trong giáo trình này sẽ hệ thống lại những động tác cơ bản của một số dân tộc đặc trưng, tiêu biểu như: Dân tộc Kinh, Dân tộc Tày, Dân tộc Thái, Dân tộc Khơ Mú, Dân tộc Lô Lô, Dân tộc Cao Lan, Dân tộc H'Mông, Dân tộc Dao, Dân tộc Khơ Me, Khu vực Tây Nguyên-Trường Sơn: Xơ Đăng, Cor, Gia Rai, Ba Na, Chăm H'Roi.

Múa Dân gian dân tộc Việt Nam giúp cho các em học sinh nắm vững được phong cách, đặc điểm của từng dân tộc qua đó vận dụng một cách nhuần nhuyễn vào các bài tập và thích ứng được với các tiết mục múa Dân gian truyền thống và hiện đại cụ thể: Nắm vững luật động, phong cách, đặc điểm Múa các Dân tộc của toàn bộ hệ thống các động tác cơ bản. Thể hiện trong những động tác múa sự điều luyện, nhuần nhuyễn, biểu cảm, tính thẩm mỹ, sự cảm thụ với âm nhạc (nhảy bên với các loại tiết tấu, có sắc thái rõ rệt)

Với mong muốn giáo trình là tài liệu học tập, giảng dạy thiết thực cho thầy và trò, tôi đã cố gắng chắt lọc các nội dung cốt lõi, thiết thực. Tuy nhiên do tài liệu tham khảo còn thiếu nên giáo trình còn nhiều khiếm khuyết. Trong quá trình sử dụng rất mong các chuyên gia, giảng viên, học sinh có đóng góp ý kiến để giáo trình hoàn thiện hơn.

Lào Cai, năm 2019

Người biên soạn

Nguyễn Văn Mạnh

MỤC LỤC

Contents

BÀI 1. MÚA CƠ BẢN DÂN TỘC KINH (PHẦN 3)	7
A. PHẦN TAY KHÔNG	7
1. QUAY TAY LẬT NHANH	7
2. QUAY DI ĐỘNG LIÊN TỤC	8
3. QUAY MŨI GÓT DI ĐỘNG	8
B. PHẦN TAY QUẠT	8
1. LƯU KHÔNG A, B	8
1.1. LƯU KHÔNG A	8
1.2. LƯU KHÔNG B	8
2. QUẠT CHỈ	9
3. QUẠT BẮN CUNG	9
C. PHẦN TRỐNG	10
1. TRỐNG NHẬT TÂN	10
2. TRỐNG ĐẠI LỘ	10
3. TRỐNG QUAY TỜ	11
4. TRỐNG HOA SEN	11
5. TRỐNG CÁNH TIÊN	12
6. TRỐNG QUẢNG BỊ	12
7. TRỐNG TRIỀU KHÚC	13
8. TRỐNG VUNG CÁNH TAY	13
BÀI 2. MÚA CƠ BẢN DÂN TỘC TÀY (PHẦN 3)	14
A. PHẦN TAY KHÔNG	15
1. CHÈO THUYỀN A, B, C	15
1.1. CHÈO THUYỀN A	15
1.2. CHÈO THUYỀN B	15
1.3. CHÈO THUYỀN C	16
2. XÒE CHIÊNG A, B	17
2.1. XÒE CHIÊNG A	17
2.2. XÒE CHIÊNG B	18
3. HÁT NẢY A, B	19
3.1. HÁT NẢY A	19
3.2. HÁT NẢY B (chuyển chỗ, xoay 1/2 vòng).	20

4. NHẠC THEN	20
BÀI 3. MÚA CƠ BẢN DÂN TỘC H'MÔNG (PHẦN 3)	22
1. QUAY ĐỔI CHỖ KẾT HỢP CÁC TƯ THÁI (CẦU- LÓT- XOÁY)	22
1.1. QUAY ĐỔI CHỖ KẾT HỢP CẦU	22
1.2. QUAY ĐỔI CHỖ KẾT HỢP LÓT	22
1.3. QUAY ĐỔI CHỖ KẾT HỢP XOÁY	23
2. VỜN KHÈN	23
3. ĐÁ HÁT CHÂN SAU TRƯỚC	23
4. ĐÁNH CHÂN DI ĐỘNG	24
5. QUAY ĐỔI CHỖ NHẢY NGÔI	24
6. QUAY MÈO HOA TẠI CHỖ (QUAY TÂY BẮC)	24
BÀI 4. MÚA CƠ BẢN DÂN TỘC GIA RAI	25
1. ĐƯA MÔNG A, B, C	25
1.1. ĐƯA MÔNG A	25
1.2. ĐƯA MÔNG B	26
1.3. ĐƯA MÔNG C	26
2. BƯỚC SAY SỪA	26
3. NHÚN MỘT CHÂN ĐƯA SAU	26
4. NHÚN VẮT	27
5. NHÚN KHỎA	28
6. ĐI RUNG	28
7. NHẢY RUNG	28
8. NHẢY NHANH NHỎ	29
9. ĐÁNH CHIÊNG	30
BÀI 5. MÚA CƠ BẢN DÂN TỘC LÔ LÔ	30
1. MÓC TAY	31
2. VỖ TAY A, B	31
2.1. VỖ TAY A	31
2.2. VỖ TAY B	32
3. NHẢY ĐỔI CHỖ (PHÁT TAY ÁO)	33
4. ĐÁNH LỬA	34

GIÁO TRÌNH MÔN HỌC

Tên môn học: Múa Dân gian dân tộc Việt Nam 3

Mã môn học: MHT11.3

Vị trí, tính chất, ý nghĩa và vai trò của môn học

Vị trí: Múa dân gian dân tộc Việt Nam 3 là học phần thứ hai trong khối các học phần kiến thức múa của chương trình Múa dân gian dân tộc Việt Nam .

Tính chất: Là một trong những môn chuyên ngành đào tạo diễn viên hệ 3 năm.

Mục tiêu môn học

Về kiến thức:

- Học sinh nắm được các động tác cơ bản nhất nhằm chuẩn bị tốt các tư thế dáng – thân – người, giải phóng từng bộ phận cơ thể. Rèn độ mềm dẻo của đầu gối, cổ chân, ngón tay, cánh tay, các bước đi cơ bản.

- Tiếp tục nâng cao độ nhuần nhuyễn của sức cơ bản trong các động tác đã học (độ mềm, độ linh hoạt, sức chân, tăng tiết tấu...)

- Sự linh hoạt, sức chân ở một số động tác khỏe của nam

Về kỹ năng: Học sinh kết hợp toàn thân một cách hài hòa với các luật động một số dân tộc sau: Dân tộc Kinh, Dân tộc Tày, Dân tộc H'Mông, Dân tộc Gia Rai, Dân tộc Lô Lô

Về năng lực tự chủ và trách nhiệm: Sinh viên phân biệt được tính chất, phong cách của từng dân tộc đồng thời có thái độ tôn trọng và lòng yêu nghề.

NỘI DUNG CHI TIẾT CỦA GIÁO TRÌNH

Bài 1. MÚA CƠ BẢN DÂN TỘC KINH (PHẦN 3)

Mục tiêu

Về kiến thức: Học sinh nắm được các động tác cơ bản nhất nhằm chuẩn bị tốt các tư thế dáng – thân – người, giải phóng từng bộ phận cơ thể. Rèn độ mềm dẻo của đầu gối, cổ chân, ngón tay, cánh tay, các bước đi cơ bản.

Về kỹ năng:

- Tiếp tục nâng cao độ nhuần nhuyễn của sức cơ bản trong các động tác đã học (độ mềm, độ linh hoạt, sức chân, tăng tiết tấu...)
- Sự linh hoạt, sức chân ở một số động tác khỏe của nam
- Học sinh kết hợp toàn thân một cách hài hòa với âm nhạc

Nội dung chính

A. PHẦN TAY KHÔNG

1. QUAY TAY LẬT NHANH

- 1: Chân phải bước sang, đặt bàn chân H1 cách chân trái 1 bàn chân, bàn chân phải dọc H1, người H8, hai tay từ 2 bên đùi vung sấp qua trước mặt ra ngửa ở ngang vai
- Tà: Bàn chân trái kiễng gót đặt chồng lên mu bàn chân phải, gối trái mở, hai bàn chân vuông góc với nhau, hai tay vừa hất lên cao ngang đầu vừa lật nhanh thành sấp, ngón trỏ đè lên ngón giữa đã gấp vào, người H8
- 2: Chân nhún giật, hai tay kéo ngang vai, cổ tay dựng
- 3,4: Chân làm đôi bên hai tay chắp sau lưng
- 5: Chân phải co lên rồi bước một bước rộng sang phải, người H2, hai tay như 1
- 6: Chân phải làm trụ chân trái nhấc cao 90° quay 1 vòng (quay như cầu), tay như tà trước 2
- Tà 7: Chân trái đặt xuống, chân phải chồng lên (như 4), nhún giật, người H2, hai tay sau lưng

Tà 8: Đồi bên

2. QUAY DI ĐỘNG LIÊN TỤC

Chân bước gần giống “quay ngang di động” mỗi bước chân quay 1/2 vòng, bước nhanh, liên tục nhiều vòng, không nhún, xoay trên cả bàn chân, không nhấp nhô. Tay guộn ngón thế 4, đồi lên xuống theo nhịp bước chân, chân nào bước thì tay ấy thấp, thân trên nghiêng theo chân bước, nhìn hướng quay

3. QUAY MŨI GÓT DI ĐỘNG

Chuẩn bị: Chân thế 1, người H1, hai tay thế 1

- 1: Chân phải bước sang phải, mũi chân ở hướng 3, tay phải từ thế 1 gạt sang cạnh, tay trái từ thế 1 đưa lên thế 3, thân trên nghiêng bên phải.
- Tà: Chân trái bước vòng qua trước chân phải, đặt gót sau chân phải, tay trái vượt xuống bên cạnh rồi vào trước ngực gấp tay phải thành thế 1 (nằm), thân trên thẳng
- 2: Chân trái xoay gót, chân phải xoay mũi, tay guộn ngón thế 1, quay người về hướng ban đầu, hai chân trở về thế 1

B. PHẦN TAY QUẠT

1. LƯU KHÔNG A, B

1.1. LƯU KHÔNG A

Gần giống “ Lưu không nữ A ” . Những chi tiết khác :

- 1: Chân trái bước rộng lên thế 2
- 3,4: Sau khi quay, chân trái nhún thế 4 rồi đưa ra đặt gót ở H8 .
- Tay 4: Khi vượt gấp quạt về H8 thì tay phải xoay sắp lại, tay trái dựng cổ tay, đỡ quạt bằng kẽ giữa ngón trỏ và ngón cái. Thân trên nghiêng trái, nhìn H2 .

1.2. LƯU KHÔNG B

- 1,2, 3: Đi 3 bước thư sinh, chân trái trước, hai tay “vượt guộn đuổi A”
- 4: Chân phải bước đặt gót ở hướng 2 , hai tay vẩy và xoẹt quạt như A
- 5, 6, 7, 8: Chuyển trọng tâm lên chân phải, chân trái bước vòng qua chân

phải quay mũi gót về H8, ngồi xuống trên gót chân phải kiềng, gối chân phải mở và đặt trên sàn, chân trái đặt H8, gối hơi gập và mở. Tay giống “ Lưu không nữ B ”

9, 10, 11, 12: Đứng lên, chân trái làm trụ, chân phải quay cầu nhỏ 1 vòng về H1, tay trái thu về thế 1, tay phải vòng thế 3 quạt nằm ngang rồi lượn xuống, lùi 3 bước, tay guộn thế 1, chân trái nhún thế 4 rồi đưa ra đặt gót như “Lưu không nam A” hai tay giống “Lưu không nam A”

13, 14, 15, 16: Lưu không nam A

2. QUẠT CHỈ

Tay phải ngửa cầm quạt gập như “Guộn chỉ A”

1, 2, 3, 4: Chân trái bước lên H1, chân phải bước tiếp lên H2, chân trái bước theo nhún thế 4. Tay phải xốc quạt ra thế 2 thấp (cao ngang vai) đồng thời dùng ngón giữa rồi ngón áp út quay quạt 1 vòng (như guộn chỉ A), xoay cổ tay quay quạt thêm nửa vòng nữa, chỉ đầu quạt tới H2 (quạt nằm ở kẽ hai ngón giữa và áp út), thân trên nghiêng bên trái, nhìn H2. Trong lúc quay quạt, tay trái dựng bàn tay vung tròn vào trước ngực (để tay phải xốc lên trên) rồi vuốt ra sau lưng

5 và 6 Lùi chân trái, chân phải, chân trái, nhún thế 4 (ngược với tuyến đi lên)

7 Chân phải thẳng, chân trái đưa ra H8 đặt gót

8 Đứng yên, nhìn H8

Tay 5, 6, 7 Tay phải ngửa cổ tay xoay tròn quạt ngược lại, đồng thời chuyển các ngón tay để cầm quạt như lúc đầu (cánh tay cũng vung tròn theo quạt xoay) rồi chỉ quạt H8 như cuối động tác “lưu không”, tay trái cũng vung song song với tay phải rồi đỡ quạt (chỉ H8)

3. QUẠT BẢN CUNG

1: Chân trái co lên rồi bước rộng ra H7

2: Chân trái làm trụ, chân phải quay cầu rồi dừng ở H8, hai tay làm như guộn thế 4 (tay phải cầm quạt lượn vòng trên đầu giống “ Guộn đèn ”) .

- 3: Nhún thế 1, hai tay guộn thế 1
- 4: Chân phải thẳng gối, chân trái nhấc lên cao 90°, ở H8, gối cong. Tay trái duỗi khuỷu đưa ra H8, khuỷu nâng, cổ tay dựng. Tay phải lên thế 3 cầm quạt nằm ngang (như che trên đầu). Thân trên hơi ngửa, nhìn H8

C. PHẦN TRỐNG

1. TRỐNG NHẬT TÂN

Chuẩn bị : Chân thế 1 hẹp , gối chùng

- 1: Chân phải bước sang ngang H3 (bàn chân là mặt sàn), cách một bàn chân, hai gối vẫn chùng, đầu nghiêng bên trái, tay phải ngửa vỗ phớt mặt trống phải, tay trái sắp
- Tà: Chân trái (là là) bước theo, đầu nghiêng bên phải, tay trái ngửa vỗ phớt mặt trống trái, tay phải sắp
- 2: Chân trái thu về thế 1 hẹp, hai gối vẫn chùng, tay và đầu như 1. Hai khuỷu tay hơi khuỳnh, sử dụng cánh tay dưới và cổ tay để vỗ, cánh tay dưới khua tròn, cổ tay hơi lật để vỗ phớt vào mặt trống. Lồng cổ để “lắc” đầu cho linh hoạt
- 3 và 4: Làm đôi bên

2. TRỐNG ĐẠI LỘ

Chuẩn bị : Chân đứng thế 1, người H1

- 1: Vừa nhún mạnh thế 1 vừa sệt võng ngang chân phải sang H3, hai chân chùng gối, trọng tâm ở giữa. Tay phải ngửa vuốt từ trái qua phải ở trước bụng, tay trái gập khuỷu ở sau lưng
- 2: Sệt chân trái về thế 1, hai đầu gối thẳng, tay phải vuốt tiếp qua bên cạnh lên thế 3 ngửa, tay trái đặt sau lưng (đặt sâu cánh tay dưới ở sau lưng), thân trên nghiêng bên trái, nhìn H8
- 3, 4: Đôi bên với 1, 2
- 5: Chân như 1 nhưng chân phải sệt lên H1, hơi lách vai phải xoay người sang H7, tay phải sắp vuốt lên ngang vai ở H1, tay trái sau lưng
- 6: Người xoay tiếp về H5, chuyển trọng tâm sang chân phải (vẫn