



北京舞蹈学院
BEIJING DANCE ACADEMY



*Terminology Dictionary of
Chinese Classical Dance*

中国古典舞术语词典

北京舞蹈学院纪念建校60周年系列丛书

北京市教育委员会科技创新平台项目

北京市属高等学校高层次人才引进与培养计划项目



金浩 编著

 SMPH
上海音乐出版社
WWW.SMPH.CN

4J0382



*Terminology Dictionary of
Chinese Classical Dance*

中国古典舞术语词典

北京舞蹈学院纪念建校60周年系列丛书
北京市教育委员会科技创新平台项目
北京市属高等学校高层次人才引进与培养计划项目



金浩 编著

图书在版编目(CIP)数据

中国古典舞术语词典 / 金浩编著 - 上海: 上海音乐出版社,
2015.1 重印

ISBN 978-7-5523-0446-6

I. 中… II. 金… III. 古典舞蹈 - 名词术语 - 中国 - 词典 IV.
J722.4-61

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 047526 号

书 名: 中国古典舞术语词典

编 著: 金 浩

出 品 人: 费维耀

责任编辑: 黄惠民 高 静 (见习编辑)

封面设计: 周艳梅

图片摄影: 王 宁

图例示范: 孙 科 胡玉婷

印务总监: 李霄云

出版: 上海世纪出版集团 上海市福建中路 193 号 200001

上海音乐出版社 上海市绍兴路 7 号 200020

网址: www.ewen.cc

www.smph.cn

发行: 上海音乐出版社

印订: 上海书刊印刷有限公司

开本: 787×960 1/32 印张: 4.125 插页: 2 图、文: 132 面

2014 年 10 月第 1 版 2015 年 1 月第 2 次印刷

印数: 2,001 - 4,000 册

ISBN 978-7-5523-0446-6/J · 0382

定价: 20.00 元

读者服务热线: (021) 64375066 印装质量热线: (021) 64310542

反盗版热线: (021) 64734302 (021) 64375066-241

郑重声明: 版权所有 翻印必究

主编 邓佑玲

执行主编 金 浩



总序

在中西文化发展长河中，人类创造了无穷无尽的身体律动的方式和形态，在审美体悟的最高境界，人类身体的律动应该是可以理解和共感的。但是在现代学校舞蹈教育和人们的日常生活中，为便于教学和交流的需要，则要求教育者和研究者把只可意会不可言传的，超越文字符号和声音符号的舞蹈用可视、可听、可读、可记录、可传播的语言文字加以记录 and 解读。在人类已进入信息社会，文化高速发展和全球文化信息共享的今天，一方面各舞种、各流派或分流，或融合，或专业，或民间，舞蹈文化得到极大地丰富和发展，另一方面也衍生出了大量的舞蹈名词和术语，舞蹈的专业从业者、爱好者也与日俱增。无论是业余舞蹈爱好者，还是舞蹈演员、教师、学生或者相关研究人员，在其舞蹈生活中无疑都需要可供言说舞蹈的术语工具。尽管舞蹈的本质有其非语言、不可言说性，但我们在探索研究舞蹈文化与进行艺术实践时，还必须借助语言文字和文献资料。否则，舞蹈只会停留在口传身授、单纯模仿、感性体悟的直观认识阶段，而无法准确把握独特的风格特性和舞蹈艺术发展的规律性，更无法在前人的宝贵经验基础上积淀文明，推陈出新。舞蹈专业术语不仅是记录舞蹈文化的重要历史材料，也是开展科学、规范、高效的现代舞蹈教育和理论研究的需要。为满足这一需求，我们编写了“舞蹈术语词典”丛书，作为舞蹈艺术专业的一套工具性书籍。

“舞蹈术语词典”与以往词典类书籍的不同之处，一



是不同舞种分类撰写。根据各个舞种不同的发展历史和表现方式，对每一舞种做尽可能详细的文字介绍并辅以图片，而不仅限于总结专业术语。除了中国古典舞，还纳入现代舞、国标舞、音乐剧以及时下流行的街舞等等。二是注重理论与舞蹈教育实践相结合，语言通俗易懂，反映了各个时期舞蹈艺术实践和理论研究的成果，不但具有一定的文献价值、史料价值，而且融知识性、学术性与可读性于一体，可以为舞蹈工作者、舞蹈爱好者和研究人员提供参考，也可以作为社会大众快捷了解舞蹈艺术的工具书。三是开本轻便小巧，便于携带和使用。

参与编写的几位作者都是该领域的专业教师和研究者，有长期开展专业舞蹈教育教学的经验和专业知识，他们在繁重的教学、研究工作之余，克服种种困难完成了编写任务。呈现在读者面前的小手册，虽还有不尽如人意之处，但我们愿与更多舞蹈同仁一道进一步完善和丰富。

文化艺术是一个民族素养和文化软实力的核心，艺术如水，滋润身心，心灵的滋养和文化力的提升都要靠长期积累，对于不可言说、转瞬即逝的舞蹈文化艺术来说，作为舞蹈文化知识体系的积累尤为必要，舞蹈术语词典的编纂正是这一努力的见证。

主编

2014年9月



金浩(笔名:古风)

北京舞蹈学院教授、研究生部党总支书记兼副主任、中国古典舞系专业理论教研室主任,中国高等教育学会美育专业委员会常务理事,中国舞蹈家协会会员,北京舞蹈家协会会员,中国少数民族舞蹈学会会员,北京文艺评论家协会会员。主要学术专著:《新世纪中国舞蹈文化的流变》(获上海市优秀图书一等奖/北京市哲学社会科学优秀成果二等奖)、《新世纪中国古典舞发展十年观》、《戏曲舞蹈知识手册》、《中国古典舞身韵教学法》(获北京市高等教育精品教材项目奖)。主编的教材:《中国古典舞简明教程》《古典舞基础训练》《舞蹈表演专业教学法》等。曾在国家大剧院、炎黄艺术馆、国子监国学大讲堂、超星名师讲坛及国内各大学开设艺术讲座,多次出访美国、英国、法国、西班牙、韩国、新西兰进行艺术交流。



目录

总序	1
一、中国古典舞发展述略	1
二、中国古典舞术语凡例	8
(一) 动律特点	8
(二) 方位区域	8
(三) 上肢动作	9
(四) 下肢动作	9
三、中国古典舞基本术语	10
(一) 基本形态	10
1. 基本手形	10
(1) 掌式	10
◎女掌(兰花掌)	10
◎男掌(虎口掌)	10
(2) 拳式	10
◎女拳(凤头拳、空心拳)	10
◎男拳(虎头拳、实心拳)	11
(3) 指式	11
◎女指(兰花指、单指)	11
◎男指(剑指、双指)	11
2. 基本脚形	12
◎勾	12
◎绷	12
◎扒	12
◎撇	13



(二) 基本位置	13
1. 基本头位	13
◎正中位 中上位 中下位	13
◎左中位 左上位 左下位	13
◎右中位 右上位 右下位	13
◎侧倒位	13
◎旋转位	13
2. 基本手位	15
(1) 起始位	15
◎自然位	15
◎叉腰位	15
◎背手位	16
(2) 基本位	16
◎按掌	16
◎端掌 (胸托掌)	17
◎山膀	17
◎托掌	17
◎提襟	18
◎扬掌	18
◎冲掌	19
(3) 对称位	19
◎双山膀	19
◎双托掌	19
◎双扬掌 (斜托掌)	20
◎双提襟	20
◎双合掌	20
(4) 变化位	21
◎山膀提襟	21



◎山膀按掌	21
◎山膀托掌（顺风旗）	21
◎托按掌	22
◎护肩位	22
◎交叉护肩位	23
◎肋旁位	23
◎下侧位	23
◎平侧位	24
◎上侧位	24
（5）延伸位	24
◎按掌前延伸	24
◎托掌前延伸	25
◎托掌上延伸	25
3. 基本步位	25
（1）基本站式	25
◎正步	25
◎八字步（小、大）	26
◎丁字步（丁、大）	26
◎踏步（勾、绷）	27
◎点步（前、旁、后）	28
（2）屈伸步位	28
◎掖步	28
◎弓步（前、旁）	28
◎扑步	29
4. 基本舞姿	29
（1）常规舞姿	29
◎吸腿	29
◎吸腿旁腰	30



◎前吸腿	30
◎前吸腿拧身	30
◎掖腿	31
◎掖腿仰身	31
◎端腿	32
◎端腿拧身	32
◎端腿展翅（老鹰展翅）	32
◎踮燕	33
◎仰身踮燕	33
◎前腿	34
◎朝天蹬	34
◎控旁腿	34
◎旁腿侧腰	35
◎后腿	35
◎紫金冠（搬、倒踢）	36
◎仰身后腿	36
◎探海	37
◎深探海	37
（2）拧身舞姿	37
◎拧身后腿	37
◎拧身探海	38
◎掀身探海	38
◎斜探海	39
◎射雁（小、大）	39
◎冲天炮	40
◎姿态斜腰	40
◎旁提后腿	41
（3）盘跪舞姿	41



◎卧云	41
◎长卧云	41
◎踏步蹲	42
◎单盘腿坐地	42
◎单跪地拧身	42
◎双跪地后腰	43
◎竖叉	43
◎横叉	43
(三) 基本动作	44
1. 头的动作	44
◎低仰头	44
◎转头	44
◎涮头	44
◎甩头	44
2. 头的运动轨迹	44
◎下弧线	44
◎上弧线	44
◎平行线	44
◎上下直线	44
3. 肩的动作	44
◎提肩	44
◎沉肩	44
◎裹肩	44
◎展肩	45
◎转肩	45
◎拉肩	45
◎掰肩	45
◎大环动	45



4. 手部动作	45
◎转指	45
◎轮指	45
◎提腕	46
◎压腕	46
◎绕腕	46
◎摊手	46
◎推手	46
◎小五花	47
5. 手臂动作	47
◎合手	47
◎分手	48
◎抹手	48
◎穿手	49
◎抽手	49
◎晃手	49
◎三倒手	49
◎摇臂	50
◎盘手	50
◎掏手	51
◎大刀花	51
6. 身韵典型动作	52
◎云肩转腰	52
◎云手系列（基本云手、冲靠云手、大开大合 云手、波浪云手）	53
◎燕子穿林	56
◎青龙探爪	56
◎风火轮	57



7. 步法	58
◎圆场步	58
◎摆扣步	59
◎花梆步	59
◎漫步	60
◎十字步	60
◎蹉步	60
◎并步	60
◎撤步	61
◎拖步	61
◎滑步	61
◎跺步	61
◎蹬步	62
◎败式步	62
◎行步	62
◎跑跳步	63
◎跳并步	63
◎云步	63
◎龙形步	64
8. 脚的动作	64
◎屈伸	64
◎摆动	64
◎环动	64
◎立半脚掌	64
9. 腿部动作	64
(1) 支撑腿动作	64
◎屈伸	64
◎蹶转	65



(2) 动作腿的动作	65
◎吸	65
◎伸	65
◎吸伸	65
◎抬	65
◎落	65
◎抬吸	65
◎环动	66
(3) 训练方式	66
◎擦地	66
◎压脚	66
◎蹲(单、双、半、全)	66
◎踢腿(小、大)	66
◎弹腿(小、大)	66
◎蹁腿	66
◎盖腿	67
◎摆腿	67
◎悠腿	67
◎控制	67
10. 躯干动作	67
◎前屈	67
◎后伸	67
◎旁屈	67
◎环动	67
(1) 训练方式	67
◎下腰	67
◎耗腰	68
◎甩腰	68



◎涮腰	68
◎担腰	69
◎波浪腰	69
(2) 动律元素	69
◎提	69
◎沉	70
◎冲	70
◎靠	71
◎含	71
◎腆	71
◎移	72
◎旁提	72
◎拧	73
◎倾	73
◎仰	73
(3) 动势路线	74
◎平圆	74
◎立圆	74
◎八字圆	74
11. 单一技术	74
(1) 旋转技术动作	74
◎旋转动作	74
◎拧身舞姿旋转动作	78
◎空中旋转动作	81
(2) 翻身技术动作	81
(3) 翻身技术连接动作	83
12. 跳跃技术动作	84
(1) 吸掖腿姿态的跳跃动作	84



(2) 分腿的跳跃动作	85
(3) 转体的跳跃动作	87
(4) 摆腿的跳跃动作	88
(5) 踹盖腿的跳跃动作	90
(6) 舞姿的跳跃动作	91
13. 复合技术	92
(1) 一次性复合技术	92
◎原地旋转动作	92
◎行进旋转动作	93
◎跳跃动作	94
◎翻身动作	94
(2) 二次性复合技术	95
◎旋转动作	95
◎翻身动作	95
◎跳转翻复合动作	95
(3) 三次性复合技术	95
◎旋转动作	95
14. 特殊技术	95
(1) 原地技巧	95
(2) 线型技巧	96
(3) 圈型技巧	96
15. 舞谚口诀	97
◎形三、劲六、心意八、无形者十	97
◎身段与身韵	97
◎主干与支干	97
◎形神劲律	98
◎破形入神	98
◎坐跪立行	98