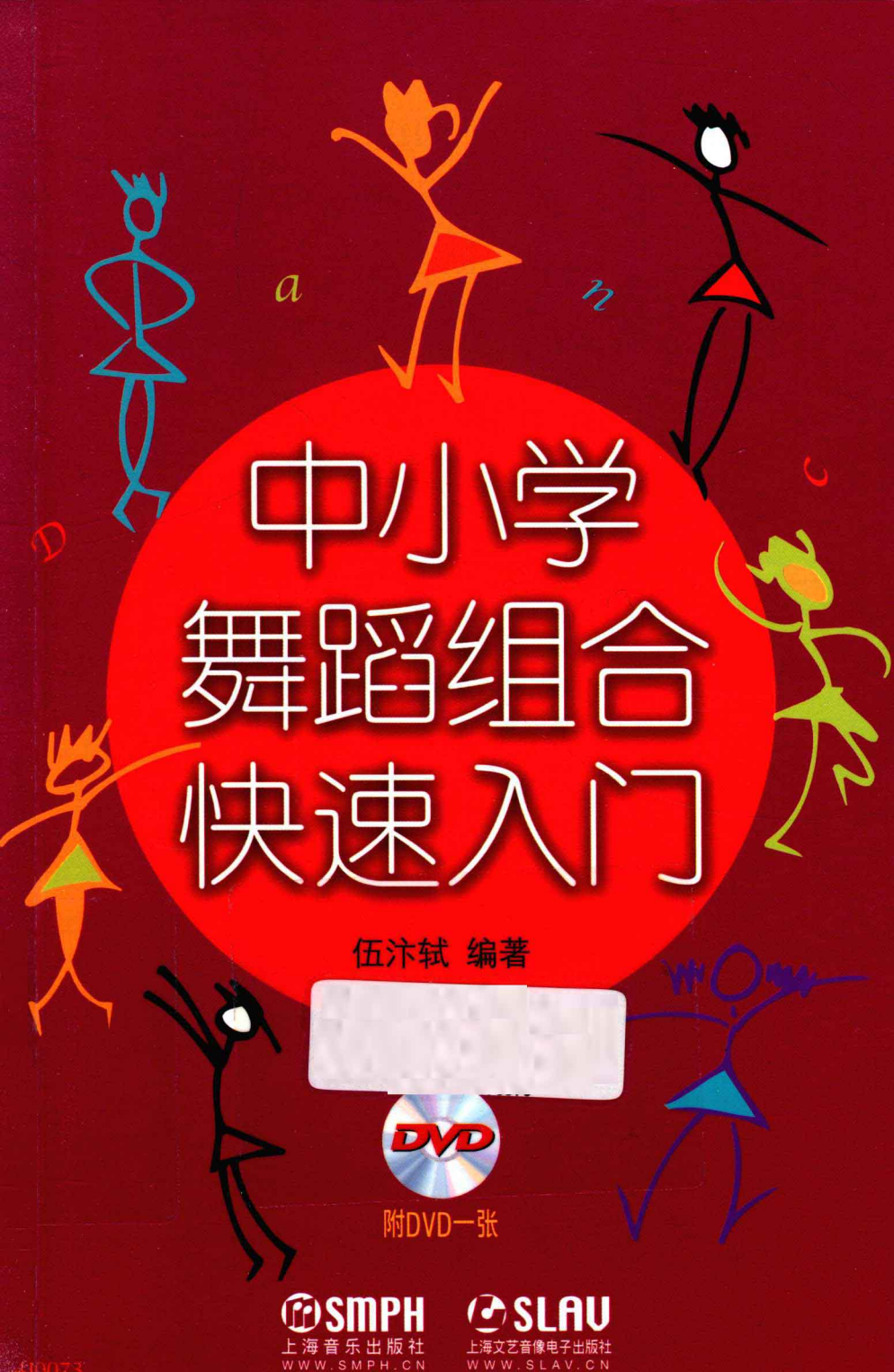




中小学 舞蹈组合 快速入门

伍沅轼 编著



附DVD一张

 **SMPH**

上海音乐出版社
WWW.SMPH.CN

 **SLAU**

上海文艺音像电子出版社
WWW.SLAU.CN

中小学 舞蹈组合 快速入门

伍泮弢 编著

上海音乐出版社
上海文艺音像电子出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

中小学舞蹈组合快速入门 / 伍汴轼编著 - 上海: 上海音乐出版社, 2013.3

ISBN 978-7-5523-0096-3

I. 中… II. 伍… III. ①舞蹈 - 青年读物 ②舞蹈 - 少年读物 IV. J7-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2012) 第 263206 号

书 名: 中小学舞蹈组合快速入门
编 著: 伍汴轼

出 品 人: 费维耀

责任编辑: 黄惠民 毛静颖 (见习编辑) 朱沛琪 (见习编辑)

音像编辑: 陶 天

封面设计: 陆震伟

印务总监: 李霄云

上海音乐出版社、上海文艺音像电子出版社出版、发行

地址: 上海市绍兴路 7 号 邮编: 200020

上海文艺出版 (集团) 有限公司: www.shwenyi.com

上海音乐出版社网址: www.smph.cn

上海音乐出版社电子信箱: editor_book@smph.cn

上海文艺音像电子出版社邮箱: editor_cd@smph.cn

印刷: 上海市印刷二厂有限公司

开本: 889×1194 1/32 印张: 3.25 图、文: 104 面

2013 年 3 月第 1 版 2013 年 3 月第 1 次印刷

印数: 1-4,000 册

ISBN 978-7-5523-0096-3/J · 0073

定价: 28.00 元 (附 DVD 1 张)

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

前言

这本读物是根据上海市中小学（幼儿园）课程改革委员会制定的课程方案和《上海市中小学（高中）艺术课程标准（征求意见稿）》编写的，内容由芭蕾舞、中国民族民间舞、流行舞三大部分组成。本读物有文字记录，并配有每个组合的DVD影像，是一本适合中小学生学习舞蹈组合的综合性舞蹈教材。

为了帮助中小学生的舞蹈初学者轻松入门，并迅速地学会这些简单的舞蹈组合，我们根据教师在教学实践中的一些体会，结合业余舞蹈训练的特点，对选入内容进行了整理加工。在每个动作的纵横关系上增加了一些新的内容，合并了训练步骤和节奏处理，调整了动作顺序的排列，使之由浅入深，一目了然。同时我们在编辑教学像带时，主要选用了舞蹈爱好者完成各个舞蹈组合的录制，此像带的录制较简单，目的在于让更为广大的中小學生不畏惧舞蹈组合的学习，而是更加喜欢。

如果读者对编辑出版这类读物有更好的建议，可以与我们联系。

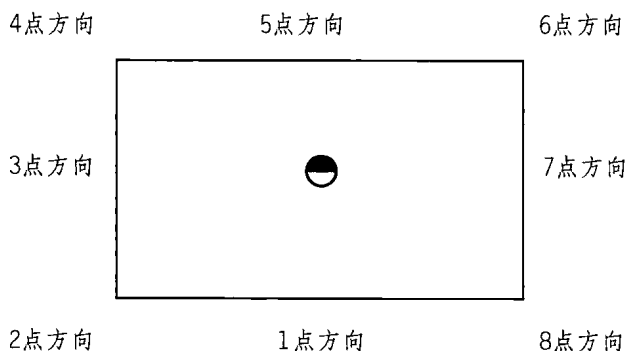
伍汴弢

说 明

在阅读此教材的过程中，需注意以下几点：

一、教材中出现的“1、2、4”是指小节。其中每小节中的前半拍或后半拍用“Da”表示。

二、书中有教室的平面示意图，将教室分为8个方向（也可称8个点），以此确定身体朝向。这8个方向决定身体和动作的运动方向，如下图中“●”所示，面向观众的方向为1点（见下图）。



三、身体所在的位置示意图（见下图）

左后区	正后区	右后区
左中区	正中区	左中区
左前区	正前区	右前区

目 录

前 言

芭蕾舞篇

- 一、古典芭蕾组合 3
- 二、外国代表性舞蹈组合 18

民间舞篇

- 一、藏族舞蹈组合 33
- 二、傣族舞蹈组合 39
- 三、朝鲜族舞蹈组合 48
- 四、维吾尔族舞蹈组合 54
- 五、蒙古族舞蹈组合 60
- 六、汉族舞蹈组合 68

流行舞篇

- 一、街舞组合 75
- 二、健身舞组合 88

后 记

芭蕾舞篇

芭蕾舞篇

一、古典芭蕾舞组合

（一）简介

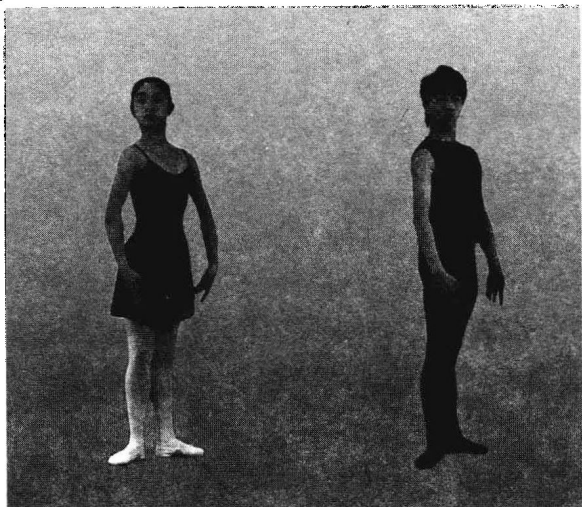
芭蕾，由法语“Ballet”音译而来，是欧洲古典的舞蹈形式，起源于意大利，形成于十七世纪的法国，十八世纪传入俄国，到十九世纪初期已发展成为一门独立的艺术。如今芭蕾在国内广受欢迎，是训练身形、训练气质的最佳选择。

芭蕾组合选择了较有代表性的Battements tendu（巴特芒·汤迪）与Port de bras（波·德·勃拉）。

(二) 跳法

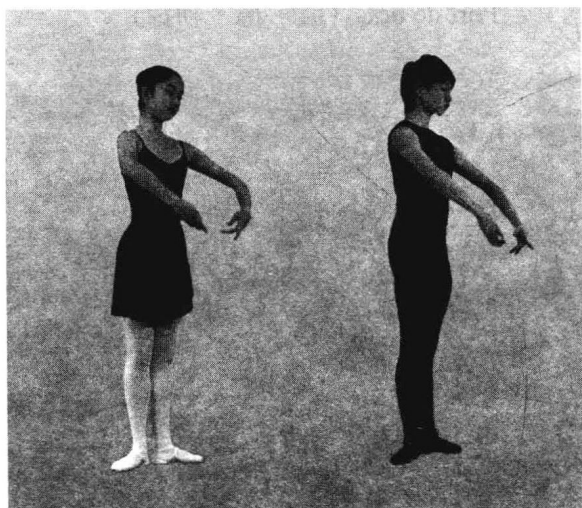
BATTEMENTS TENDU (巴特芒·汤迪)

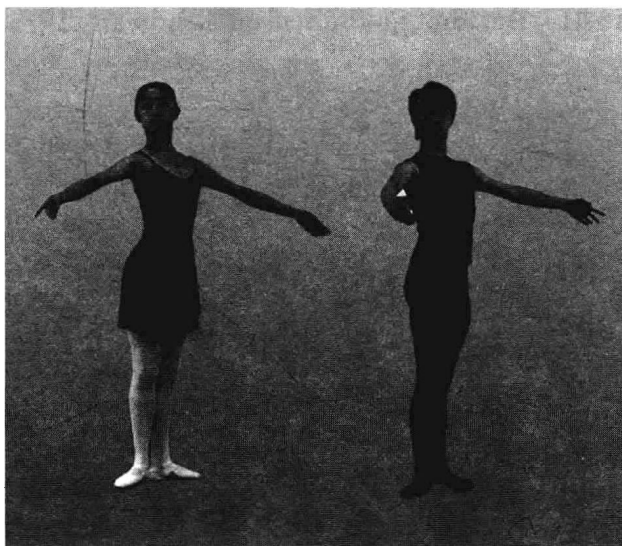
准备姿态：站在中后区，面朝8点方向，一位脚，一位手准备。



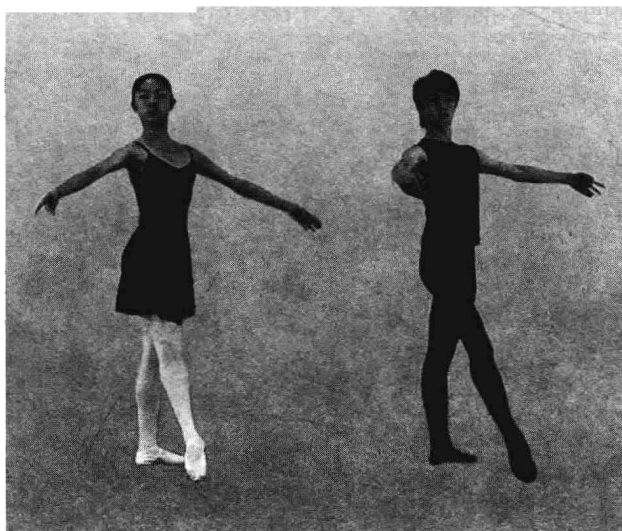
准备拍：4拍

第1~4拍：身体保持不动，手通过二位至七位。





第1~4拍：右腿两次Battements tendu（巴特芒·汤迪）向前，头看右手方向。



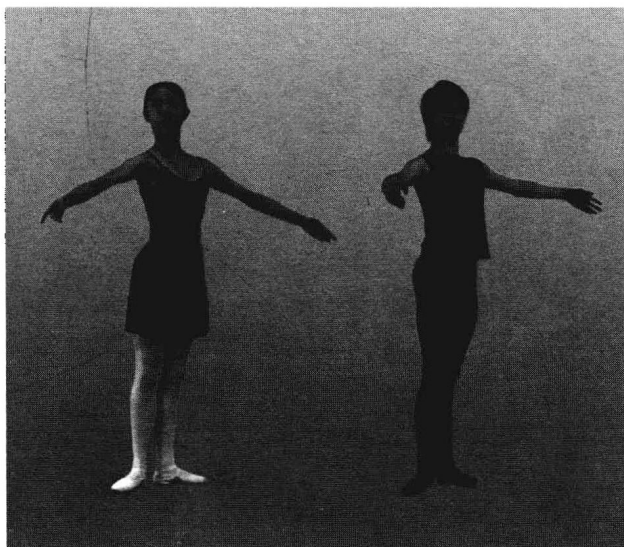
第5拍：Battement tendu en fondu（巴特芒·汤迪·昂·丰究）向前。



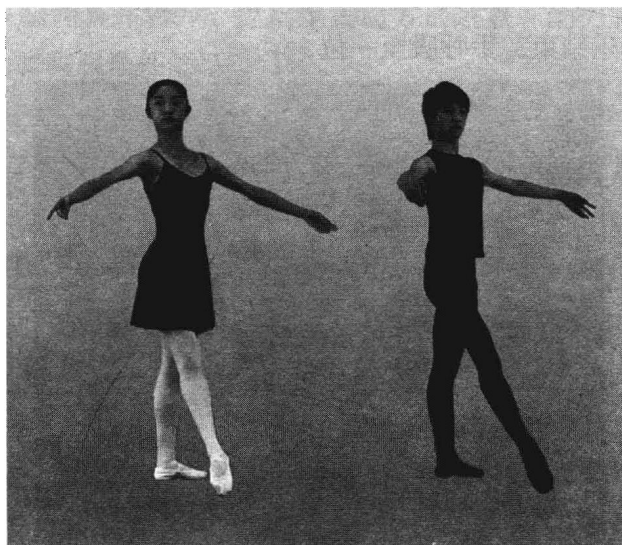
第6~7拍：Rond de jambe à terre（隆·德·让·阿泰尔）划四分之一圈到旁。



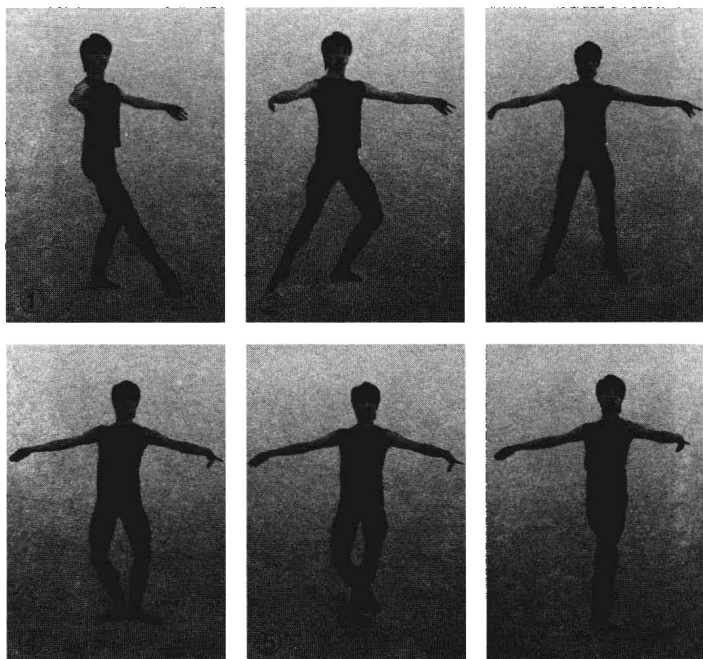
第8拍：收回一位脚，同时伸直主力腿。



1~4拍：右腿两次Battement tendu（巴特芒·汤迪）向前。

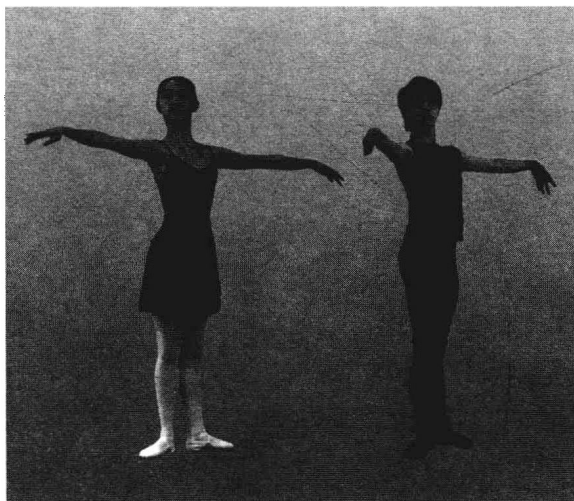


第5~8拍：一次Pas de basque（帕·德·巴斯克）向前。



第1~16拍：重复另一边。

音乐结束：手呼吸至一位。





基本动作：

(1) Battement tendu (巴特芒·汤迪) 向前：

做Battement tendu (巴特芒·汤迪) 时注意人的基本体态，双腿伸直并转开，擦出至正前方最远点，动力脚脚尖与主力脚脚跟最外侧呈垂直线。

(2) Battement tendu en fondu (巴特芒·汤迪·昂·丰究)：

做Battement tendu en fondu (巴特芒·汤迪·昂·丰究) 时注意主力腿半蹲的控制，前点地的方向同Battement tendu (巴特芒·汤迪) 向前。

(3) Rond de jambe à terre (隆·德·让·阿泰尔) 四分之一：

从Battement tendu（巴特芒·汤迪）前划圈至Battment tendu（巴特芒·汤迪）旁。

要点提示：

胯向上提起不要晃动，动作过程中脚尖向外划至所能达到的最远点，脚尖不要离开地面。

（4）Pas de basque（帕·德·巴斯克）：

第1拍：面朝8点Battement tendu en fondu（巴特芒·汤迪·昂·丰究）向前。

第2拍：Rond de jambe à terre（隆·德·让·阿泰尔）四分之一面朝1点。

第3拍：Glissade（格利沙德）向旁。

第4拍：经过一位脚，左脚Chassé（夏塞）向前。

要点提示：

Pas de basque（帕·德·巴斯克）是一个连贯的动作，中间不能停顿，Chassé（夏塞）注意向前的移动幅度不可太小。

PORT DE BRAS (波·德·勃拉)

准备姿态：站在左后区，面向2点方向，右脚后点地准备，双臂自然下垂。



准备拍：4拍

第1~4拍：身体保持不动。

第1~3拍：向前走三步（右-左-右）至左脚后点地。

