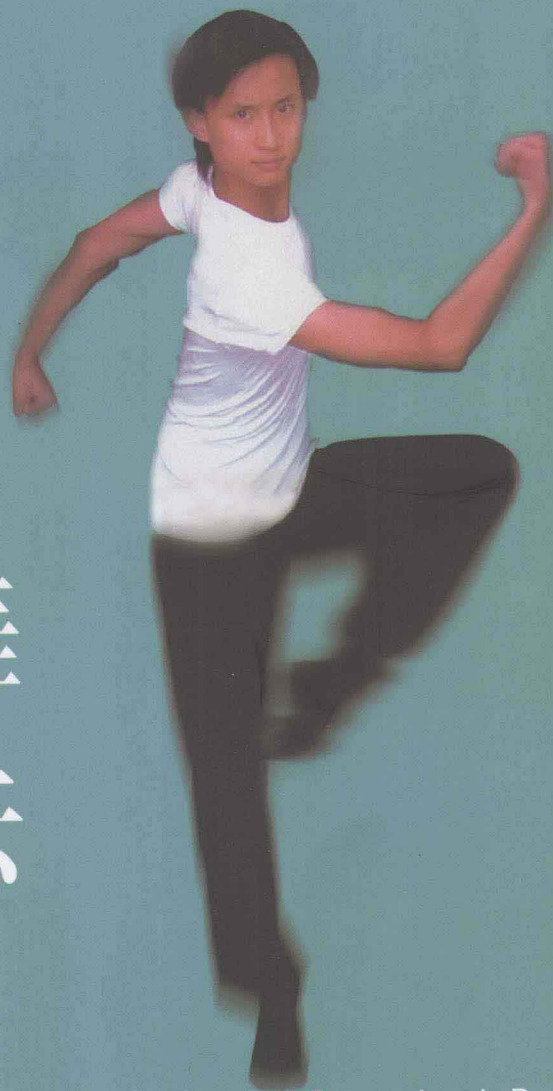




北京市高等教育精品教材立项项目



中国古典舞 身韵教学法

(修订版)

唐满城 金浩 著

Teaching Methodology of SHENYUN of Chinese Classical Dance



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.SLAV.CN



北京市高等教育精品教材立项项目

中国古典舞 身韵教学法

(修订版)

唐满城 金浩 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

中国古典舞身韵教学法(修订版) / 唐满城, 金浩著.

-- 修订本. -- 上海: 上海音乐出版社, 2011.9

ISBN 978-7-80751-833-4

I. ①中… II. ①唐…②金… III. ①古典舞蹈—教学法—中国 IV. ①J722.4

中国版本图书馆CIP数据核字(2011)第103615号

书名: 中国古典舞身韵教学法(修订版)

著者: 唐满城 金浩

出品人: 费维耀

责任编辑: 黄惠民

音像编辑: 曹德玲

封面设计: 陆震伟

印务总监: 李霄云

上海音乐出版社出版、发行

地址: 上海市绍兴路74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

上海音乐出版社论坛: BBS.smph.cn

上海音乐出版社电子信箱: editor_book@smph.cn

印刷: 上海市印刷二厂有限公司

开本: 787×1092 1/16 印张: 13.75 谱·文: 220面

2011年9月第1版 2011年9月第1次印刷

印数: 1—3.000册

ISBN 978-7-80751-833-4/J·764

定价: 48.00元 附DVD一张

读者服务热线: (021) 64315066 印装质量热线: (021) 64310542

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

序

唐满城教授和金浩副教授合著的《中国古典舞身韵教学法》作为2004年学院五十年院庆的教学与教材成果问世不久,唐满城教授便患病去世了,它成为无法挽回的、令人心痛的憾事。随着时间的延续,我们每次追忆起唐老师那般幽默风趣、妙语横生的教学场景,品读其教学理念和教学思想,以自身的才学和人格魅力吸引和影响了几代的学生,越发感到“身韵教学法”一书带给后人不仅是一种情感的怀念、一部教学思想的启迪、一段学术历程发展的见证,更为后人传承和发扬“身韵”的成果,提供了重要的理论和实践的依据。“身韵”是中国古典舞教学中最核心、最重要的内容,唐教授的《身韵教学法》也一直是深受读者喜爱的著作。时隔六年,唐教授的学生金浩作为当年的合著者,为《中国古典舞身韵教学法》进行修订再版,特嘱我为序,我为唐教授事业有后继者而高兴,便欣然应承。

我在1980年就读北京舞蹈学院首届本科教育专业时,有幸成为唐老师教授的第一批大学生,也经历了创建“身韵”教学初始阶段的探索过程。唐老师从戏曲艺术、戏曲舞蹈和武术的动作特征中,启发我们认识中国古典舞的动作缘由;从建构身韵中提升我们认识确立古典舞本体价值的意义;从中国艺术的特征规律和原理中启发我们认识中国古典舞身体语言的审美特征;从舞台艺术表演的需要去塑造动作的形象,探索情感表现的手段。每天的教学充满了交流、争议、探讨和变化,时

常会有成果出现的欣喜，“元素提炼”、“短句连接”、“八大组合”，抒情浪漫、文雅洒脱、刚韧内敛、威武悲壮，渐渐形成身韵的教学系统、审美元素和表演特点。因为“身韵”使我为古典舞而沉醉，因为“身韵”使我体会到身体表达的特殊意味，因为“身韵”使我们发现开掘中国身体文化的一种“美”的价值意义。

“身韵”从课堂教学的实践起步，发展至今，它已成为一种文化理念、一种审美追求、一种身体语言、一种训练功能、一种表演和创作的要素而决定着中国古典舞的教学训练、风格特征、作品创作和审美价值。尽管，它外延的作用在不断地被发现和拓展，但是我仍然认为教学发生的原始价值最值得重视和把握的，也是教学传承之本色。唐满城教授《中国古典舞身韵教学法》倾注了他对身韵教学实践的经验总结和理论思考。从“身韵”的创始、建设身韵教学的功能意义、身韵表现的审美意义、身韵教学理论概述、身韵教学的具体教材与教法等等，是一部系统的、涵盖理论与实践双重价值的教学论著。我们作为后人对前人的学术成果永远怀有崇敬之心，同时也有着一种不可推卸的责任之感。作为唐教授的义子金浩，他能够一如既往地研究和继承老师的事业，钻研舞蹈理论，实践舞蹈教学，发扬老师的学术见解，是一位在理论上不懈追求的年轻人，值得赞扬，也是中国古典舞事业后继有人、未来发展的希望。

修订版的教材内容，我略读之后，感觉在关键词的阐述、教学要点分析、动作分类等方面充实了内容，增加了对学理研究的探讨和思考，作为每章节后的思考题和附录中的视频光盘，对阅读此书，或借此学习、体悟、实践的读者，是非常有益的内容。

“身韵”既是历史的产物又是历史的过程，它的“命题”和“使命”并没有终结。一个事物命名的历史和事物本身的历史是有所不同的，也就是说，在中国古典舞发展的进程中，“身韵”并不停留和局限在其本身产生的价值。“身韵”命名之前所发生和存在过的舞蹈历史经典，仍然需要不断地去发现、认识、研究和应用，“身韵”命名后的未来，仍然需要去探索、创造和发展。中国文化历史的渊源和积淀有多深厚，中国古典

舞身韵的探索就有多深远。我真诚的希望,把本书作为一种重要的思想资源来使用,更进一步思考身韵的意义,思考从事中国古典舞教学的文化角色和当代舞蹈教学发展中的长远价值。

以此序,怀念敬仰已去的唐满城教授,鼓励后人继往开来……

Handwritten signature in black ink, consisting of two characters: '李' (Li) and '缘' (Yuan).

2010年5月6日

编写说明

自1980年中国古典舞身韵课的诞生至今日,由于它对中国古典舞学科在继承与发展上起到的巨大作用,以及它对改进和丰富中国古典舞基训的民族风格与肢体语言的直接影响,并由此产生了一代新型的中国古典舞演员模式和带动了古典舞剧目创作繁荣等诸多方面取得了有目共睹的、不可取代的训练价值,因而引起了国内外舞蹈同仁们的广泛关注与赞誉!

尤其是从事中国古典舞教学的老师们迫切希望能了解、掌握、运作身韵的教材,在各自从事教学的单位中将中国古典舞身韵普及并开花结果。多年来这些老师大多是从“录像带”和“VCD”中学习身韵并“转授”给学生,这样造成的结果往往是只见皮毛不见本质、只见树木不见树林,因为“身韵”本身是一部构建在理论基础上的具有鲜明审美功能和科学系统训练价值的教学工程,它不是一两个动作所能包含的。要真正了解身韵、掌握身韵、操作身韵、发展身韵,必须从它所赖以建构的理论核心及教材整体框架进行学习入手,才能成为一位名副其实的中国古典舞教师。作为身韵“运作之匙”的身韵教学法就是帮助你认识身韵,从理论到实践掌握身韵,从方法到规格操作身韵,从继承到发展运用身韵。

这部“身韵教学法”主要是总结记载了唐满城教授多年执教该门课程,即北京舞蹈学院历届中国古典舞系教育专业学生的授课实践中逐步完善而成的教材。其宗旨是通过把身韵教学积累的宝贵经验,转化

为一种科学的教学规律与方法,采用理论与实践兼顾的教学模式,在教学示范和思维上给予学生最大限度的锻造与启发,“授之以鱼、不如授之以渔”,身韵教学法正是秉承了挖掘学生创造性潜能的教学任务与教育理念,而最终是让学生达到熟悉教材、运用教材和发展教材的根本目的。

1. 《中国古典舞身韵教学法》首先是进行身韵理论的概述;解释身韵的基本术语与概念;再根据舞蹈运动规律以及身韵的教材特点,对动律元素、主干动作、支干动作、保留短句和组合分别进行归类与分析。在每个章节中还留有思考题,以帮助学习者更好地理解与掌握教学内容。

2. 教材注重图文并茂,遵循图跟文走的基本原则。对动作的规格要领主要以文字表述并配有插图补充说明,增强其形象性。教材中动作的表述尽量使用统一的专业术语,在保留短句和组合部分还附有相应的伴奏曲谱。

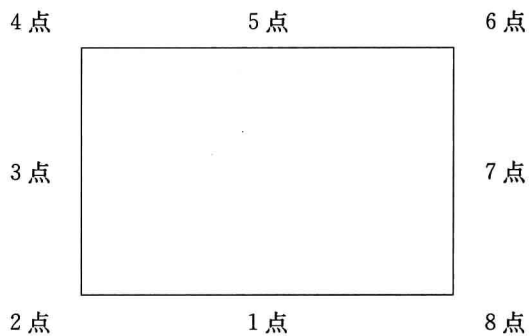
3. 短句和组合的记录均按音乐节拍的长短进行表述,□符号代表一个8拍。身体的运动方向,以舞台常用的8个方位(8个点),9个区域为界定。方位与区域的定位,是以人的身体和该动作所处的位置、角度为准,并随身体姿态和所处位置的变化而变化。身体的整体或局部的方向,统称为“身对……”,头和眼的方向统称为“目视……”,如丁字步站位中,古典舞子午相姿态特点表述为:“身对2点,目视8点”;对于身体整体移动重心的表述为“向”,如“左脚向7点上步”;身体整体转动称为“转身”;脚下固定,上身转动,称为“拧身”(横拧、俯拧、仰拧);由一个动作向另一个动作过渡,称为“经”;一个动作转化为另一个动作,称为“至”;慢结束的动作,称为“成”,如“成大掖步”;快停顿或结束的舞姿造型,称为“亮相……”如“弓步亮相”。

4. 短句分析和组合分析:主要针对该短句或组合的训练目的、结构、特点与音乐节奏的关系及运动路线等的分析与阐释教学思路。教学提示:提出教学中的重点与难点及教学方法以供参考。

5. 教材中对方位、节拍及插图部分出现的数字,均用阿拉伯数字记录,如“身对2点;目视1点;音乐2/4拍;见图1”等。

6. 身韵教学法的标准答卷与教学口诀示例,以及附录有关身韵的学术文章等等,正是本书的特点之一,目的是为了增强学习者对教材的进一步理解与思考。

7. 方位、区域图



方位图

右后区	后 区	左后区
右 区	中 区	左 区
右前区	前 区	左前区

区域图

目 录

序	1
编写说明	1
第一章 身韵理论概述与分析	1
第一节 身段课(身韵)产生的历史背景	1
第二节 身韵的训练价值与美学意义	4
第三节 “形、神、劲、律”——身韵的核心	7
第二章 身韵的基本术语与概念	15
第一节 基本站式与步位	16
第二节 基本手型	19
第三节 基本手位	20
第四节 基本手位造型	23
第五节 “拧、倾、仰”的概念	25
第六节 “平圆、立圆、八字圆”的概念	27
第七节 “点、线、面”的概念	27
第八节 “凝神、聚神、放神”的概念	28

第三章 身韵的基本动律元素	30
第一节 盘坐的基本形态	30
第二节 提、沉	31
第三节 冲、靠	31
第四节 含、腆	32
第五节 移	33
第六节 旁提	33
第七节 动律元素训练的价值	33
第四章 身韵主干教材中的典型动作	36
第一节 云肩转腰	38
第二节 云手系列	46
第三节 燕子穿林	52
第四节 青龙探爪	55
第五节 风火轮	57
第五章 身韵支干教材的练习及运用	60
第一节 盘手	61
第二节 穿手	63
第三节 晃手	68
第四节 摇臂	69
第五节 大刀花	70
第六节 基本步法	71
第六章 身韵教学法保留短句、组合示例	74
第一节 冲靠短句	75
第二节 摇臂短句	78
第三节 摆扣步短句	81

第四节 燕子穿林短句	84
第五节 基本手位组合	87
第六节 盘手组合	92
第七节 云肩转腰组合	96
第八节 云手强化组合	102
第九节 冲靠、大开大合云手组合	105
第十节 云手大揉球组合	109
第十一节 青龙探爪组合	117
第十二节 刚武型表现组合	120
第七章 身韵教学法标准答卷与教学口诀示例	127
第一节 身韵教学法标准答卷	127
第二节 身韵教学口诀示例	132
附录:有关身韵的学术文章	134
对戏曲舞蹈的再认识	唐满城 134
关于《身韵课》教材对传统的	
继承关系及整理方法	唐满城 144
论中国古典舞《身韵》的形、神、劲、律	唐满城 150
唐满城“身韵”教学启示录	于 平 155
求索“中国古典舞”舞魂之路	
——李正一、唐满城“身韵”课描述	于 平 157
“含”在“身韵”训练中的作用及其运用	
	高珊珊 165
民族艺术精华 舞蹈教材典范	
——读《中国古典舞身韵》教材	高椿生 170
“身”临其境“韵”在其中	
——评唐满城教授对《身韵》课的新探索	
	张 军 174

太极与中国古典舞身韵	孙汉明	178
“三点一线”:中国古典舞身韵 教学法课的启示	金浩	182
子午之身·阴阳之韵 ——中国古典舞身韵教学的特点与规律	庞丹	192
对中国古典舞身韵的反思与展望	李正一	195
原版后记		200
新版后记		202

Contents

Preface	1
Introduction	1
Chapter One: Summary and Analysis of Shen Yun Theory	1
Unit One: The historical Background of Shen Duan Course (ShenYun)	1
Unit Two: Value and Aesthetic significance of Shen Yun	4
Unit Three: “Appearance, Expression, Drive and Rhythm” —the Center of ShenYun	7
Chapter Two: The Basic Terminology and Category of ShenYun	15
Unit One: the Basic Posture and Position of Standing	16
Unit Two: Basic Hand Patterns	19
Unit Three: Basic Hand Positions	20
Unit Four: Basic Postures of hand positions	23
Unit Five: The Concept of “Ning, Qing and Yang”	25
Unit Six: The Concept of “PingYuan, LiYuan and BaZiYuan”	27
Unit Seven: the Concept “Dian, Xian and Mian”	27
Unit Eight: The Concept “Ning Shen, Ju Shen, Fang Shen”	28

Chapter Three: Basic Rhythm Elements of ShenYun	30
Unit One: Basic Formation of PanZuo	30
Unit Two: Ti and Chen	31
Unit Three: Chong and Kao	31
Unit Four: Han and Tian	32
Unit Five: Yi	33
Unit Six: PangTi	33
Unit Seven: Value of Rhythm Element Training	33
Chapter Four: Typical Movements of the Mainstay Teaching	
Material of ShenYun	36
Unit: YunJianZhuanYao	38
Unit Two: YunShou series	46
Unit Three: YanZiChuanLin	52
Unit Four: QingLongTanZhao	55
Unit Five: FengHuoLun	57
Chapter Five: Practice and Exercise of the Branchy Teaching	
Material of Shen Yun	60
Unit one: PanShou	61
Unit two: ChuanShou	63
Unit three: HuangShou	68
Unit four: YaoBi	69
Unit five: DaDaoHua	70
Unit six: the basic pace	71
Chapter Six: Demonstration of Phrases and combinations	
Reserved in the Teaching Method of ShenYun	74
Unit One: ChongKao Phrases	75
Unit Two: YaoBi Phrases	78

Unit Three: BaiKouBu Phrases	81
Unit Four: YanZiChuanLin Phrases	84
Unit Five: Basic Position of Hand Combinations	87
Unit Six: PanShou Combinations	92
Unit Seven: YunJianZhuanYao Combinations	96
Unit Eight: YunShouQiangHua Combinations	102
Unit Nine: ChongKao、DaKaiDaHeYunShou Combinations	105
Unit Ten: YunShouDaRouQiou Combinations	109
Unit Eleven: QingLongTanZhao Combinations	117
Unit Twelve: GangWuXing Expressional Combinations	120
 Chapter Seven: The Standard Answer Paper and Example of Teaching Pithy Formula of the Teaching Method of Shen Yun	127
Unit One: The Standard Answer Paper of the Teaching Method of Shen Yun	127
Unit Two: The Example of Teaching Pithy Formula of the Teaching Method of Shen Yun	132
 Appendix:	
Some Academic Article about ShenYun	134
Re-knowing about Dramatic Dance Tang ManCheng	134
About the Relation between Tradition and the Teaching Material of Shen Yun Course Tang ManCheng	144
Discussing the "Appearance, Expression, Drive and Rhythm in ShenYun of the Chinese Classical Dance Tang ManCheng	150
The Enlightenment of Tang ManCheng's ShenYun Teaching Yu Ping	155
Seeking the Road to the Spirit of the Chinese Classical Dance ——Describing prof. Li ZhengYi's and Tang Man Cheng's ShenYun Lessons Yu Ping	157
Function and Application of "contract" in Training of "Shenyun" Gao Shanshan	165

The Essence of the National Art, the Model of Dance Teaching
Material

——Reading Teaching Material of the Chinese Classical

Dance ShenYun Gao ChunSheng 170

When Personally on the Scene, there is a Rhyme.

——Reviewing Professor Tang ManCheng's New

Seeking to ShenYun Course ZhangJun 174

TaiJi and Chinese Classical Dance Shenyun Sun Hanming 178

“Three point in a line”: the Enlightenment of the Teaching

Method Course of the Chinese Classical Dance ShenYun

JinHao 182

The Body of Zi & Wu, The Charm of Yin & Yang

——Characteristics and Law of Teaching Chinese

Classical Dance Shenyun Pang Dan 192

Reflection and Vision on Chinese Classical Dance Shenyun

Li Zhengyi 195

Postscript of First Edition Tang Mancheng 200

Postscript of Second Edition Jin Hao 202

Attached with DVD of teaching demos