



高校教材

高职高专学前教育专业系列教材

舞蹈基础 与幼儿舞蹈创编

主 编 任红军

院图书馆



华东师范大学出版社

舞蹈基础与幼儿舞蹈创编

主 编 任红军

副主编 张 磊 韩莉娟 霍习霞

编 者 (按姓氏拼音)

程津钊 丁依云 韩莉娟 何爱丽 庞 玲

任红军 王 玮 王雅晴 张 洁 张 磊

图书在版编目 (CIP) 数据

舞蹈基础与幼儿舞蹈创编/任红军主编. —上海:
华东师范大学出版社, 2015. 7
ISBN 978 - 7 - 5675 - 3950 - 1

I. ①舞… II. ①任… III. ①舞蹈—高等教育—
教材②儿童舞蹈—舞蹈编导—高等教育—教材 IV.
①J7

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2015)第 179704 号

舞蹈基础与幼儿舞蹈创编

主 编 任红军
项目编辑 蒋 将
审读编辑 陈晓红
责任校对 时东明
装帧设计 陆 弦
封面作品 徐忆婷

出版发行 华东师范大学出版社
社 址 上海市中山北路 3663 号 邮编 200062
网 址 www.ecnupress.com.cn
电 话 021 - 60821666 行政传真 021 - 62572105
客服电话 021 - 62865537 门市(邮购)电话 021 - 62869887
地 址 上海市中山北路 3663 号华东师范大学校内先锋路口
网 店 <http://hdsdcbs.tmall.com/>

印 刷 者 常熟高专印刷有限公司
开 本 890 × 1240 16 开
印 张 13.75
字 数 348 千字
版 次 2015 年 9 月第 1 版
印 次 2015 年 9 月第 1 次
书 号 ISBN 978 - 7 - 5675 - 3950 - 1 /G · 8536
定 价 34.00 元

出 版 人 王 焰

(如发现本版图书有印订质量问题,请寄回本社客服中心调换或电话 021 - 62865537 联系)

第一单元 舞蹈理论基础	1
第一章 舞蹈艺术的产生与发展	3
第二章 舞蹈的艺术特征及分类	13
第三章 舞蹈教育的目的与方针	19
第四章 学前儿童舞蹈教育的意义	25
第二单元 舞蹈基础训练	27
第一章 幼儿教师舞蹈基本能力要求与专业素质	29
第二章 舞蹈基础训练常识	30
第三章 中国古典舞基础训练	32
第四章 中国古典舞身韵训练	47
第三单元 民族民间舞蹈	71
第一章 藏族舞蹈	73
第二章 蒙古族舞蹈	78
第三章 汉族舞蹈	85
第四章 傣族舞蹈	95
第五章 维吾尔族舞蹈	101
第六章 儿童民族民间舞组合	106
第四单元 幼儿舞蹈教学	111
第一章 幼儿舞蹈教学与幼儿的身心发展	113
第二章 幼儿舞蹈的特征及教育原则	121
第三章 幼儿舞蹈的教学内容	124
第四章 幼儿园舞蹈教育	130
第五单元 幼儿舞蹈创编	159
第一章 幼儿舞蹈创编的基本原则	161
第二章 幼儿舞蹈创编的基本要素	162
第三章 幼儿舞蹈创编的常用手法	173
第四章 幼儿园舞蹈创编及案例分析	175
第六单元 舞蹈欣赏	193
第一章 舞蹈欣赏的本质与意义	195
第二章 舞蹈欣赏过程、规律及作品赏析	198
主要参考书目	213

第一单元

舞蹈理论基础

第一章 舞蹈艺术的产生与发展

第一节 舞蹈艺术的产生

什么是舞蹈？美国哲学家苏珊·朗格称“舞蹈是一切艺术之母”，英国哲学家罗宾·柯林伍德称“舞蹈不仅是一切艺术之母，而且是一切语言之母”，中国文豪闻一多称“舞是生命情调最直接、最实质、最强烈、最尖锐、最单纯而又最充足的表现。”据艺术史学家的考证，人类最早产生的艺术就是舞蹈。在远古人类尚未产生语言以前，人们就用动作、姿态以及表情来传达信息进行交流，沟通思想交流情感，以共同面对生活。那么，舞蹈作为一种最古老的艺术，它的源头来自哪里呢？

关于这个问题，中国古代有这样一个神话传说：据说夏禹的儿子启“曾经三次乘飞龙上天，到天帝那里去做客，就把天乐《九辩》和《九歌》偷偷地记下来，带到人间，改了一遍，成为《九招》。在大穆之野进行了第一次的演奏后，又根据这只曲子写成歌舞剧的形式，吩咐歌童舞女手里拿着牛尾巴在大运山北方的大乐之野表演起来”。

古希腊也有一个关于文艺女神缪斯的神话：“宇宙之王宙斯和记忆女神曼摩辛生了九个女儿，她们就是掌管文艺和历史、天文的女神缪斯。太阳神阿波罗是她们的领袖。九个女神各有分工，如手持笛子、头戴鲜花圈的伏脱卜专管音乐；具有一双轻盈敏捷的脚、手里拿着七弦琴的脱西库，专管舞蹈……她们掌管着天上人间的一切文学艺术。天才的诗人和艺术家们因得到她们的启示，才写出伟大的作品来，人间也才开放出各种绚丽的艺术之花。”

根据这些神话传说，人类是从天帝那里学来的舞蹈，或是人类受到掌管舞蹈的女神的启发才创造出舞蹈来。古代的先民往往把一些具有不凡才能、超出一般人的智慧和力量的人，或是为人类作出较大贡献的人，都看成是神的化身，或是能通神的人。各种各样的神都是人以自己的影像为基础，经过想象而创造出来的。是神创造了舞蹈，归根结底也就是我们人类创造了舞蹈。

一般研究者认为舞蹈始于旧石器时代，也可能更早。在我国古代神话传说中，有的说祝融的儿子长琴始作乐风；有的说帝俊的八个儿子始为歌舞，炎帝（神农氏）的重孙延始为乐风；还有的说黄帝创造了乐舞。实际上舞蹈的创始者应当是人类自己。

那么，人又是如何创造了舞蹈呢？

有的学者认为，人有模仿的本能，舞蹈是人用有节奏的动作对各种野兽动作和习性的模仿。有些舞蹈还是对一些自然景物动态形象的模仿，如柳枝的摇曳、海浪的翻滚、风的飘荡旋转等等，人们都可以模仿它们进行舞蹈。也有学者认为，在艺术的起源中，模仿虽然重要，但还不是真正的起因，艺术的起因是“游戏的冲动”，游戏是自由的人性的表现。游戏也是人类最终脱离动物界的标志。这里的游戏，是指人的审美需求，即以假象为快乐。如人模仿动物的舞蹈，就是通过这种假象的游戏来获得快乐和宣泄自己的情感。还有学者认为，由于原始人的思维分不清主客观的界限，认为一切自然物都和自己一样是有灵魂的，由此而产生了图腾崇拜、原始宗教、巫术祭祀等，而这些活动都离不开舞蹈，舞蹈甚至是巫术活动的

主要内容和最主要的表现手段。因此,有人断言“一切跳舞原来都是宗教的”。不少学者从原始人为了生存的需要,把繁衍下一代看作是非常重要的事情,而舞蹈是择偶、求婚和进行情爱训练的主要方式和手段,因此认为舞蹈起源于性爱活动。而有的学者认为,舞蹈不仅表现人的情爱,而且人们各种激越的情感及人们生活中有重大意义的情感和活动,都会用舞蹈来表现。再没有别的艺术行为,能像舞蹈那样转移和激动一切人类。我国古代乐舞理论中就有:“情动于中而行于言,言之不足,故嗟叹之;嗟叹之不足,故咏歌之;咏歌之不足,不知手之舞之,足之蹈之也。”这也生动地说明了舞蹈是表现人们最激动的情感的产物。

我国有很多学者主张舞蹈起源于劳动的理论,因为劳动是人生存和发展的第一需要,也是劳动创造了人自身,是劳动使人脱离了动物界,是劳动创造了人类社会。在原始人的舞蹈中,表现狩猎和种植以及各种劳动生活占有的比重最大。

舞蹈是人类最早创造的无声的符号语言系统。从史前的艺术功用来看,舞蹈(伴随着呐喊)承担着符号学家所说的两种符号——理智符号与情感符号的全部任务——舞蹈在人之初的各种生活中,行使着传达、叙事、表意以及自我表现的种种功能,以求与自然界沟通,与神灵沟通,与他人沟通。人以自我为中心,表达他在自然界发现的意义,表现他的创造力和想象力,表现他作为一个人,对自然界的超越,并通过表现与沟通达到自我展示,或者获取某种物质与精神的利益。例如,人们在劳动中用舞蹈作为语言符号传播技能;在祭祀中用舞蹈作为语言符号祈求神灵庇佑;在游戏中以舞蹈作为语言符号表达生命的欢欣……只有从人类为了达到自我存活的目的,而建立起符号语言系统与信息交流系统的角度去探寻舞蹈的起源,才能解开舞蹈起源的“司芬克斯之谜”,才能真正理解舞蹈艺术的生命本质,才能明白舞蹈在人类的原始社会中无所不在的根本原因,才能解释关于舞蹈起源方面的模仿说、劳动说、宗教说、游戏说、性爱说以及剩余精力发泄说等等为什么会陷入以偏概全的困境。

诚然,时间不会倒流,我们不可能回到历史的起点,还原历史的真正面貌。根据少之又少的历史遗迹以及文献古籍等资料还原舞蹈的发生发展,终归是不全面的。

法国结构主义学者阿尔都塞认为,社会发展不是由一元决定的,而是由多元决定的,并进而提出了多元决定的辩证法,或者说是结构的辩证法。文化现象的产生,都有多种多样的复杂原因,而不是由一个简单原因造成的。著名的芬兰艺术学家希尔恩就认为艺术本身就是一种综合性现象。因此,研究艺术的起源必须用社会学、人类学、心理学等多学科相结合的综合研究方法,才能真正揭示艺术起源的奥秘。总之,艺术的产生经历了一个由实用到审美、以巫术为中介、以劳动为前提的漫长的历史发展过程,其中也渗透着人类模仿的需要、表现的冲动和游戏的本能。艺术的发生虽然是由多元决定的,但是巫术说与劳动说更为重要。从根本上讲,艺术的起源最终应归结为人类的实践活动。归根结底,艺术的产生和发展来自人类的社会实践活动,艺术是人类文化发展历史进程的必然产物,艺术的起源应当是原始社会中一个相当漫长的历史过程。

我们认为以上各种舞蹈起源的理论,都有一定的道理,但又都不十分完整和全面,因为舞蹈活动是人类生活中的一种社会现象,它的起源和世界上的一切事物的构成一样都不是单一的,而是有由多种因素决定的,所以人们主张“劳动综合论”,即:舞蹈起源于人类求生存、求发展中劳动实践和其他多种生活实践的需要,如果再详细一点来说,舞蹈起源于远古人类在求生存、求发展中劳动生产(狩猎、农耕)、性爱、健身和战斗操练等活动的模拟再现,以及图腾崇拜、巫术宗教、祭祀活动和表现自身情感思想内在冲动的需要。它和诗歌、音乐结合在一起,是人类历史上最早产生的艺术形式之一。

拓展阅读

舞蹈起源的重要理论

1. 模仿论

这是艺术起源中最古老的理论,起源于古希腊哲学家。他们认为文艺起源于人对自然的模仿,模仿是人的天性和本能。由于模仿的对象及所用的媒介不同,而产生不同的艺术种类。

有一些人用颜色和姿态来创造形象,模仿许多事物,而另一些人则用声音来模仿。舞蹈者的模仿则只用节奏,他们借姿态的节奏来模仿各种性格、感受和行动。

在我国古代的乐舞理论中也有类似的说法,如《吕氏春秋》卷五《仲夏纪·古乐》:“帝尧立,乃命质为乐。质乃效山林溪谷之音以歌,乃以麋辘置岳而鼓之,乃拊击石,以象上帝玉磬之音,以致舞百兽。……”《尚书·舜典》中则记有“於!予击石拊石,百兽率舞”。

2. 游戏论

游戏说是18世纪德国的诗人、文艺理论家席勒依据康德所说发展并加以完善的,认为艺术像游戏一样,都是“自由的”活动。他认为,在艺术起源中,模仿虽然重要,但是并非是艺术起源的真正起因,而艺术的根本起因是“游戏的冲动”,“以假象为快乐的游戏冲动一发生,模仿的创作冲动就紧跟而来,这种冲动把假象当作某种独立自主的东西”。他还认为,游戏是自由的人性的表现,游戏也是人类最终脱离动物界的标志,在游戏中人的天性得到充分的发挥和满足,只有当人是完全意义上的人,他才游戏;只有当人游戏时,他才完全是人。

游戏论者所谓的游戏,是指人的审美需求,即以假象为快乐。我国古代的乐舞理论中就有“舞以达欢”和“盖乐心内发,感物而动,不觉手足自运,欢之至也。此舞之所由起也”。

3. 巫术论

图腾和巫术说是现代西方最流行的一种艺术起源的理论,为不少人类学家、考古学家和文艺理论家所赞同。这一理论创始人是英国的人类学家泰勒。他提出原始人的思维分不清主客观的界限,认为一切自然物都和自己一样是有灵魂的,由此而产生了图腾崇拜、原始宗教、魔法巫术、祭祀礼仪等活动,而这些活动一般都离不开舞蹈,甚至舞蹈是其主要内容。因此,德国的民族学家威兹格兰德提出“一切跳舞原来都是宗教的”。

我国自古以来,巫和舞就有非常紧密的关系,我国的“巫”字就是从“舞”字演变而来的,古代的“巫”人,从某种意义上也可以是最早的专业舞蹈家。他们是专司占卜而兼舞蹈的人,他们以舞蹈为手段来降神、祈雨,为人们去灾、逐疫。

4. 表情论

艺术起源于表达人的情感和人与人之间的情感交流的理论。俄国伟大的文学家列夫·托尔斯泰在《艺术论》中就艺术的起源问题讲道:“艺术起源于一个人为了要把自己体验过的感情传达给别人,于是在自己心里重新唤起这种感情,并用某种外在的标志表达出来。”在唤起这种感情之后,用动作、声音、线条、色彩以及言辞所表达的形象来传达这种感情,使别人也能体会到同样的感情——这就是艺术活动。

普列汉诺夫对托尔斯泰的观点有不同的看法,他认为,艺术既表现人们的感情,也表现人们的思想,但是并非抽象地表现,而是用生动的形象来表现。这就是艺术的最主要的特点。他对于舞蹈的起源强调了情感对舞蹈产生的作用,认为在原始民族艺术中占有这样重要地位的丰富多彩、优美如画的舞蹈,表现和描述了在他们生活中有重大意义的情感和动作。

格罗塞在《艺术的起源》中讲道“再没有别的艺术行为,能像舞蹈那样地转移和激动一切人类。”他非常强调原始民族的舞蹈在表现他们的情感和进行情感交流时的重要作用。

在我国古代的乐舞理论中,对于舞蹈起源于表现人们的情感也有许多基本相同的意见。比如,《毛诗序》载:“情动于中而形于言,言之不足,故嗟叹之;嗟叹之不足,故咏歌之;咏歌之不足,不知手之舞之,足之蹈之也。”又如《白虎通·礼乐》载:“心中喜乐,口欲歌之,手欲舞之,足欲蹈之。”

5. 性爱论

舞蹈起源于性爱的理论,虽然没有上述一些理论那样历史久远,但是却受到愈来愈多的学者的重视。过去,在我国性爱和舞蹈的关系问题,一直是舞蹈研究的“禁区”,对这个问题常常是避而不谈。进入20世纪80年代以后,这个情况才有了根本的改变。我国的一些理论研究工作能够能够从舞蹈的客观实际出发,对这个问题作出自己的判断。

国外的一些学者,如英国的博物学家、进化论的奠基人达尔文,就断言“音乐和舞蹈起源于性的冲动,起源于恋爱。”我国方纪生编著的《民俗学概论》中介绍了国外的民俗学者和人类学者对此问题的一些看法,认为“跳舞为人类筋肉活动的主要形式,原始民俗此风最盛……但是最不可忘记的,就是跳舞在原始时代,同样也是求爱泄欲的手段”。关于此事,民俗学者与人类学者曾有种种可靠的证据。在原始社会人们群居生活时,为了生存的需要,把人的自身的生产,也就是繁衍下一代,看成是一件非常重要的活动,把性和人们的性行为看成是很神圣和很神秘的事情。因此,在图腾崇拜的同时,也产生了生殖崇拜和性崇拜。在很多原始民族的舞蹈中还有这方面的遗存。英国的艺术家兼人类学家卡纳在《人类的性崇拜》一书中说:“北美洲的印第安人,有一种舞蹈名叫‘水牛舞’。这个侍神的舞会,常延长数天,到最后一日,便有一个乔装的人物出场,腰间带有一根硕大的阳具,经过一番做作后,末了,便由在场的女人,一拥而上,把这根伟物扯下来,胜利地扛着,游行于最邻近的村落。阿拉伯及中美洲墨西哥各部落所行的‘太阳舞’,也有同样的情形。故无论此种跳舞的根本观念是什么,其主要动机在激发生殖,则无疑义。”我国1987年在新疆呼图壁县天山深处的康家石门子哈萨克牧区,发现一幅反映生殖崇拜的巨型舞蹈岩刻画。我国土家族产生于原始社会的“毛古斯”舞,除了反映了他们的狩猎生活外,也保存了生殖崇拜的习俗。从上论述我们可以看到,舞蹈与性爱的紧密关系和舞蹈起源于性爱理论的依据,但是也不能把性爱看成是舞蹈唯一的起源,因为这也不符合实际,事实是在原始舞蹈中有许多是与性爱没有任何关联的。

6. 劳动论

我国有很多学者主张舞蹈起源于劳动的理论。劳动是人生存和发展的第一需要,劳动创造了人自身,是劳动使人脱离了动物界,使人与一般的动物有了根本的区别;也是由于劳动,创造了人类社会,创造了艺术赖以产生的物质基础,创造了舞蹈艺术的物质载体——人的灵活自如的、健美的、有着丰富表情功能的身体。恩格斯说劳动“是一切人类活动的第一个基本条件,而且达到这样的程度,以至我们在某种意义上不得不说:劳动创造了人本身。”

在原始人的舞蹈中,表现狩猎和种植以及各种劳动生活的舞蹈占最大的比重。从原始人的一些洞窟壁画中可以看到很多表现他们狩猎生活的舞蹈场面。如西班牙东海岸克鲁库地方的洞画,画了有女性参加的狩猎舞的画面。南非共和国龙山地方的洞画,画了古代布须曼人发射弓矢、追踪猎物的舞蹈,甚至把猎人的足迹都画了出来。我国内蒙古阴山岩画中也有多幅狩猎舞蹈的画面,其中有一幅是反映“猎前操练”或是“传授狩猎技艺”的舞蹈场面。我国一些原始舞蹈的现代遗存中也有许多反映狩猎和种植生活内容的舞蹈,如鄂温克族的“跳虎”、鄂伦春族的“黑熊搏斗舞”都是人模拟虎、熊的舞蹈,是从他们狩猎生活中产生出来的。

劳动是人类生存的第一需要,作为反映社会生活审美形态之一的舞蹈,无疑,人类的劳动生活是它最主要的起源,模仿、巫术等从其根本来说,也都是从属于劳动。如模仿人的狩猎动作、狩猎的过程,模仿动物的形态和习性,都与人的狩猎劳动有着密不可分的联系;巫的舞蹈和祭祀舞蹈,其中有一个很主要的内容就是祈求劳动、生产获得丰收,这是我们的祖先在不能科学地认识客观世界的情况下,为征服大自然而取得一定的精神力量的手段。

第二节 中国舞蹈艺术的发展概述

舞蹈艺术的发展是随着时间的流逝,依附社会的发展,在生活中通过劳动而达到目的,所以舞蹈艺术本身不可避免地留有时代的烙印,具有鲜明的时间性。中华民族历史悠久,灿烂的舞蹈文化达到了极高的境界。这种境界是经历了漫长的时间沉淀、发展而来的。

1973年秋天,在青海省大通县上孙家寨的一座马家窑类型的墓葬中挖出了一件有舞蹈纹饰的彩陶盆(见图1-1-1),是迄今为止世界各国发现的所有舞蹈形象中年代最早的。科学家们经过严格的碳素测定和树轮校正后发现,这个彩陶盆属于距今约5 000—5 800年的新石器时代,大致相当于炎黄二帝时代,也就是我们中华文明形成的初期。它和“世界之最”的公元前4000年左右出现在埃及卢克索附近露天岩画中的舞蹈形象并驾齐驱。这是迄今为止出土文物中可以确定时代的最古老的一件原始舞蹈图。其实,中国舞蹈的产生,比这个陶盆的时代还要早得多。

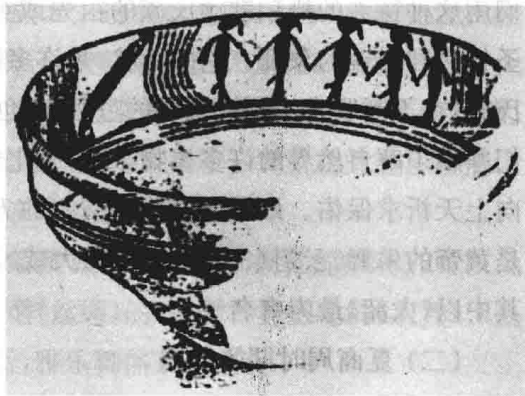


图 1-1-1

在舞蹈艺术的发展历史中,影响舞蹈发展的因素有外部因素和内部因素:外部因素是指舞蹈本身以外的,对影响和促进舞蹈的发展有密切关系的那些因素,如社会生活的发展、自然环境的变迁、社会思潮的演变等等;内部因素是指舞蹈本身内部推动舞蹈发展的因素,如各个历史时期舞蹈对今天舞蹈的影响、各个国家和民族舞蹈之间的相互影响等等。

在人类发展的历史长河中,人类社会呈现出各种形态,艺术的发展也日渐繁荣。舞蹈的发展随着时间的流动,也变得更加丰富多彩。

一、古代舞蹈发展史

(一) 原始社会的舞蹈

在艺术的发展历史中,当各种艺术刚刚萌生,还处于原始阶段的时候,舞蹈就进入了它的黄金时期。原始人在其生活实践中,创造了与他们生存休戚相关的原始舞蹈。德国艺术史家、现代艺术社会学奠基人之一的格罗塞认为,原始舞蹈是原始的审美感情的最直率、最完美,但却是最有力的表现。原始人跳舞,不是出于审美或艺术创造,而是完全出于生存的需要,

在原始社会,人们群居生活,共同劳动,共同享有劳动所得。舞蹈是他们传授劳动生产(狩猎、种植)技能、操练战斗本领、锻炼身体、寻找配偶以及交流情感思想和发泄内心情绪的不可缺少的重要手段。也可以说,在那时,一个人如果不会舞蹈,或者不参加舞蹈活动是很难生存的。

在生产力极端低下的原始社会,部落成员间的团结合作至关重要。在有着共同血缘的群体中,共同的舞蹈体现着共同的意志,培养着大家的合作意识。舞蹈大多是人们集体的活动。“圆圈”,则是人类最基本、最单纯的一种舞蹈场面。

传说中的远古音乐,充满神秘色彩,因其特点是以歌、舞、乐三者融为一体的表现形式,故后人统称其为“原始乐舞”。原始乐舞基本上分为两类:一类是以反映部落的生产和生活方式为代表特征的音乐,如“朱襄氏之乐”说的是因干旱求雨的事;“阴康氏之乐”是健身驱湿的乐舞;“伊耆氏之乐”反映出先民以“腊祭”祈求丰收的愿望;“葛天氏之乐”勾画出先民进入农业生产阶段的生活图景等。另一类则是与传说中的古代帝王密切相关的音乐,如歌颂黄帝、颛顼、帝喾、帝尧、帝舜和夏禹功绩的乐舞。

这一时期的乐舞内容,集中地体现出人类的生存行为以及求索于自然的心态。例如“葛天氏之乐”

的乐舞,“三人操牛尾,投足以歌八阕”。其中提到的八首歌曲中,《载民》是歌颂承天载民的土地;《玄鸟》是崇拜氏族的图腾——一种寓意吉祥的黑色小鸟;《遂草木》是祝愿茂盛的草木;《奋五谷》是祈求五谷的丰收;《敬天常》是歌颂上天的恩赐;《达帝功》是歌颂上天的恩德;《依地德》是歌颂大地的抚育;《总禽兽之极》是祈祷上天多赐予鸟兽,使人民安居乐业。

原始社会的人类常以动物或植物作为他们的祖先,并以此为图腾,形成具有代表性的舞蹈。每逢祷告或庆贺,都对着图腾跳舞,这叫图腾舞蹈。图腾舞蹈在世界各地原始民族中都是一样存在的。他们用这种特殊的舞蹈歌颂氏族的祖先或英雄,祭祀祖先。龙是我们祖先创造的一种臆想的动物,是神圣权力和祥瑞的象征。它的形状,是许多民族图腾形状的集合体,显示了在远古时代,中华大地的不同氏族,在不断联合、兼并、融合的过程中,创造了龙的形象。因此,龙称得上是中华民族的象征。当时人们并不了解自然界的许多事物,认为是上天的安排,是神在主宰一切。因此,当人们遇到困难时,就会向上天祈求保佑。最早人们称呼祭祀的人为“巫”,而其在进行巫术时跳的舞蹈就叫“巫舞”,最有名的是黄帝的乐舞《云门》、唐尧的乐舞《大咸》、虞舜的乐舞《大韶》、夏禹的乐舞《大夏》、商汤的乐舞《大濩》。其中以《大韶》最为有名。

(二) 夏商周时期的舞蹈

夏禹的儿子启建立了中国历史上第一个世袭制的王朝。从此,结束了“天下为公”的原始社会,进入了私有制的奴隶社会。奴隶主支配着奴隶们创造的一切,包括奴隶们创造的艺术。观赏乐舞是奴隶主的一种特殊享受,由此而出现了以表演乐舞供人欣赏娱乐的乐舞奴隶。奴隶时代的舞蹈和音乐开始摆脱原始先民歌舞的群体自娱性,而向表演艺术发展。

夏以后的殷商时代(公元前1600—前1046年)是一个神权统治的奴隶时代,事无巨细都要占卜问卦。在河南安阳殷墟出土的大批甲骨文(刻在龟甲和兽骨上的文字),是记录宗教活动的档案。在河南安阳殷墟出土的甲骨卜辞中,有关于商朝人用舞的记载,这是中国舞蹈史上最早的文字记录。从中可以看到当时的乐舞活动和生活、生产、战事以至神权统治等多方面的联系,可以了解舞蹈在殷商社会中的地位 and 作用。商朝的乐舞除了向供奴隶主娱乐的表演性方向发展,还有一个特点是祭祀舞蹈盛行。祭祀的主持者是巫。商王朝巫风弥漫,巫舞成了商代舞蹈的重要组成部分。

巫作为鬼神和人之间的中介,在巫术和原始宗教祭祀活动中扮演着极为重要的角色。唱歌跳舞是巫的专长,是巫术的主要内容。《说文解字》对“巫”字的解释是:“女能事无形,以舞降神者也。”甲骨文的“舞”字,像一个人拿着两根牛尾或其他动物的尾巴跳舞的样子。而“巫”的写法是“𠩺”或“𠩻”,也像人拎着牛尾或鸟羽起舞的样子。可知“巫”和“舞”原是同一个字。

商朝的统治者迷信巫术和祭祀。他们相信天上有个上帝,能主宰人间的一切;死去的祖先也能干预活人的活动;山川河岳的神灵,也能降祸赐福。因此巫歌巫舞也就风行一时。从甲骨卜辞的内容看,商朝人用舞很频繁,尤其是在祭祀和求雨时,巫舞几乎是不可少的。所有这些属于原始宗教仪式的舞蹈,都列入了商代统治者祭祀的礼仪。这种祭祀延续到周朝。周朝的祭祀虽不像商朝那样天天举行,事事占卜,但举行祭祀时的仪式也很隆重,有乐有舞。巫依然起着重要的作用。

周代民间巫风也很盛行。地处长江流域的楚国,巫风特别流行。楚国人把起源于远古时代的巫称作“灵”。伟大诗人屈原流放在沅湘之间时,见到当地的巫歌巫舞,把它的歌辞加工修饰,就成了《楚辞》中奇幻瑰丽的《九歌》。歌辞“灵偃蹇兮姣服,芳菲菲兮满堂”(《东皇太一》),“灵连蜷兮既留,烂昭昭兮未央”(《云中君》)等,描写的就是穿着华美的衣服,熏着芬芳的香料,拿着漂亮的鲜花,唱歌跳舞的巫的形象。

一部分巫舞经过商周两代的酝酿发展成为全民性的风俗性舞蹈。《蜡》(庆祝丰收,报谢神灵的民间祭典)、《雩》(求雨的祭典)、《傩》(驱逐疫鬼的巫仪)就是盛行于商代而流传后世的全民性舞蹈,其中包括丰富多彩的巫舞。

（三）周代的雅乐和俗乐

周武王领导各方部落，一举灭商，在公元前1046年建立周朝。从周公“制礼作乐”开始，乐舞就被当作了“载道”的手段，发挥着政治作用。舞蹈被纳入了“雅乐”体系，成为“礼治”、“乐治”的工具。统治者用乐舞来纪功德、祀神祇、成教化、助人伦。“舞以象功”、“舞以象德”成了雅乐的宗旨。

西周初年，在吸收商朝文化思想的基础上，汇集整理了从远古到周初时期歌颂对推动人类进步有贡献的领袖的乐舞，如《云门》、《大章》、《大韶》、《大夏》、《大濩》，又新创制了《大武》，合称《六代舞》。《六代舞》也称《六大舞》，都是纪功德的乐舞。《云门》歌颂黄帝“大施天下道而行之”，《大章》歌颂尧之大德彰明于天下，《大韶》歌颂舜以文德治邦，《大夏》歌颂禹治水之功，《大濩》歌颂汤灭夏桀以拯救万民，《大武》歌颂武王伐纣灭商的伟大功绩。每一部乐舞都有明确的主题，都是表彰某个圣明的先王的功德。前四种属文舞，后两种属武舞。“文”是指以文德定天下，“武”是指以武功取天下。周代将这些乐舞用于礼仪祭祀。各种不同等级的人，用不同规模的乐舞，等级严明，不容僭越。

同时又编制《六小舞》，用以教育国子（即贵族子弟，当时只有贵族子弟才有受教育的权利），可以说是中国最古老的舞蹈教材。《六小舞》大都是古代民间舞，如舞缦（丝绸）的《帔舞》，舞羽毛的《羽舞》、《皇舞》，舞盾的《干舞》，舞牛尾的《旄舞》，舞袖的《人舞》。自此以后，雅乐舞体系建立。

雅乐舞一直延续到清代，各朝各代均按本朝歌功颂德的需要而增删、编制。这些“雅乐”被统治者视为经典，称之为“先王之乐”。因长期用于宗庙祭祀，充分体现了其特殊的政治目的和宗教色彩，形式上日趋刻板与僵化，逐渐失去原有的生命活力和艺术感染力。

和雅乐相对的，是民间流行的俗乐，它是老百姓们参加的歌舞，也称作“新乐”。春秋战国时期，“礼崩乐坏”，“先王之乐”渐渐失去其魅力与权威。“新乐”成了人们宣泄情感的艺术，受到社会各阶层的欢迎。生动活泼的民间歌舞，和活跃于贵族生活中的专业伎乐，组成了春秋战国时期盛极一时的“新乐”。在春秋战国时期的文化以至于政治生活中，“新乐”起着重要的作用，对后世乐舞艺术的发展也产生了不可忽视的影响。

周代声势浩大的乐舞锻炼出人数众多的专业乐舞艺人。他们被称作倡优、女乐。据史书记载，春秋战国时代已经涌现了一些天下闻名的舞人。如中国历史上著名的美人西施，就是一位训练有素的杰出的舞蹈家。燕昭王宠爱的两个女子——旋娟和提嫫，也是杰出的舞蹈家。她们善于表演《紫尘》、《集羽》、《旋杯》等名舞，在铺着四五寸厚的香屑的席上舞蹈，竟留不下足迹，可见其体态之轻盈。正是这些舞蹈艺术家，把表演性舞蹈提高到新的水平。

（四）两汉时期的舞蹈

历史短暂的秦王朝留下了令举世惊叹的秦始皇陵兵马俑，但有关秦朝舞蹈的文献与文物却为数寥寥。汉代可不同了，无论是西汉还是东汉，传世的舞蹈文献和文物都很丰富。在《史记》、《汉书》等光辉史册中，有不少关于舞蹈的记述。两汉诗赋中有不少篇章写到舞蹈，甚至还有专门描写舞蹈的著作，如东汉傅毅的《舞赋》。在中国南北各地出土的汉代画像石（砖）上，更有对舞蹈场面生动传神的刻画，为我们考察两汉舞蹈提供了大量的形象资料。

秦汉时代建立的“乐府”制度，整理了大量的民间乐舞，一方面可供统治者作施政参考，另外亦可供宫廷欣赏享乐，客观上推动了舞蹈的发展。汉代是中国舞蹈繁荣的时代。《六代舞》、《六小舞》等周朝雅乐，经过儒家的乐舞教育，代代相传。西汉初年，儒术独尊，这些庙堂乐舞更以法定的地位流传下去。与此同时，汉代世俗的乐舞也得到了极大的普及，以至出现了举国上下从君主到臣民，“鸣竽调瑟，郑舞赵讴”的歌舞热潮。总之，统治者的提倡，使群众歌舞大普及，开创了两汉舞蹈艺术多姿多彩的新局面。

汉代盛行《百戏》，是多种民间技艺的串演，包括杂技、武术、幻术、滑稽表演、音乐演奏、舞蹈等，深受人民的喜爱。著名的节目有《东海黄公》、《总会仙倡》等。从汉墓出土的大量画像石、画像砖及陶俑等文物中，我们今天仍可一窥2000多年前丰富多彩的汉代《百戏》和舞蹈。

汉代舞蹈的特点是博采众长,技艺向高难度发展。汉代最流行的舞蹈有结合舞蹈与杂技的《盘鼓舞》、以长袖为特征的《袖舞》、双手执长巾而舞的《巾舞》,汉代舞蹈中还有一类拿着道具作舞的节目。

汉代“百戏”的盛行,对中国舞蹈艺术的发展产生了深远的影响。由于舞蹈和杂技、幻术、武术等经常在一起演出,它们互相吸收和融合,以至武术与杂技中的跳、转、翻、滚等技巧和造型都被吸收到舞蹈中来,丰富了舞蹈的表现力,形成了中国舞蹈技艺并重的特点。汉朝建国后由于国家日渐强盛,政治力量逐步延伸到边疆少数民族地区。汉朝和国内外各民族间的交往,以及对边疆的开发,带来了各族舞蹈、音乐和杂技等艺术的交流。到了东汉灵帝时代,西域的乐舞大量地传入中原。京都的贵戚竞尚“胡乐”、“胡舞”。汉朝与北方的匈奴,东北的夫余、高句丽、朝鲜,海外的倭国(今日本),岭南的南越国,西南的掸国(今缅甸北部),都有过乐舞的交流。应该说两汉乐舞的繁荣是各民族共同促成的。在汉代丰富多彩的乐舞活动中,表演性舞蹈获得进一步的发展,出现了像戚夫人、赵飞燕那样著名的舞蹈家。

(五) 魏晋南北朝时期的舞蹈

魏晋南北朝时期,由于民族迁徙杂居,文化交流频繁,出现了各民族乐舞的大交流。随着西北的少数民族内迁,大量西域乐舞传入中原,如影响颇大的龟兹(今新疆库车一带)乐舞,大约是在公元384年传入中原的。此外,其他如天竺(今印度)、高丽(今朝鲜半岛)等地的乐舞,也是这个时候传入中国的。

南朝的统治者一向崇尚歌舞作乐,他们生活在这大动乱的时代,崇尚清谈,提倡及时行乐。他们养有大批家妓,歌舞艺术成为他们享乐的手段。大量的民间歌舞,被宫廷贵族采用,南朝盛行的《清商乐》,就是汉朝和魏晋南北朝时期流传在汉族地区的传统音乐和舞蹈。随着时代的发展,《清商乐》的内容逐渐扩大,它包括了北方的许多民间歌曲、乐曲和配合舞蹈表演的舞曲、舞歌,如汉代的《巴渝舞》、《公莫舞》,三国时吴国江南地区的《拂舞》、《白紵舞》,晋朝的《明君舞》等。

南朝除盛行《清商乐》外,北方的“胡乐”、“胡舞”也不断传入南方。陈后主甚至专门派遣宫女到北方去学习箫鼓。这都是南朝、北朝乐舞互相交流的明证。

(六) 隋唐五代时期的舞蹈

公元581年,隋代统一中国,结束了长期战乱的局面。隋文帝为了显示自己统一国家的功绩和国力强盛,于开皇初年(公元581—585年)集中整理了南、北朝各族及部分外国乐舞,创制《七部乐》,后来发展成《九部乐》,使宫廷燕乐得到空前发展。

唐代是中国文化蓬勃发展的时期,唐代的舞蹈艺术也得到高度的发展。唐代宫廷设置的各种乐舞机构,如教坊、梨园、太常寺,集中了大批各民族的民间艺人,使唐代舞蹈、音乐成为吸收异族文化精华的载体,反映出唐人自信而又宽广的恢宏气量。“坐部伎”和“立部伎”这些宫廷燕乐,都是吸收了各民族乐舞而创制的新型乐舞节目,在内容上则都是歌功颂德的。

唐代的乐舞活动也渗透于社会的各阶层,上至宫廷,下至庶民百姓,在节庆和宴饮中,乐舞表演都是不可或缺的。这些在一般宴会中表演的小型舞蹈,按其动作特征和风格,可分为“健舞”和“软舞”。“健舞”是指那些舞蹈动作风格健朗、豪爽的乐舞,著名的有“剑器舞”、“柘枝舞”、“胡旋舞”等。“软舞”则舞姿优美柔婉,节奏舒缓,著名的有“春莺啭”和“绿腰”。

(七) 两宋时期的舞蹈

宋代是中国乐舞文化史上一个重要的转折阶段。这一时期,开封、临安等大城市商业繁华,交通畅达,促进了城市文化娱乐生活的兴盛,民间文学、艺术有了很大发展,乐舞文化亦出现新的生机。在大城市中,有许多叫“瓦子”的地方,瓦子内拦成一个个的圈子叫“勾栏”,是专门表演各种技艺的固定场所,表演项目包括杂技、说书、皮影、傀儡戏、舞剑、舞砍刀,以及舞旋等。当中的民间舞蹈及舞蹈性较强的歌舞节目,深受市民欢迎,在中国舞蹈史上占有一席之地。

此外,宋代民间舞队也十分兴盛,每逢农历新年、元宵或清明等节日,各地都会举行庆祝活动,各村、各社(城市内各行各业的行会组织)都有自己的民间舞队,即综合性的街头游行表演队伍。这些舞队所表演的节目,不少至今仍在各地流传。宋代宫廷流行的队舞,是对唐代舞蹈的继承和发展,很多都是沿用唐代舞蹈的名称,但表演形式已发生变化,主要在宫廷举行典礼时演出。

宋代民间节日的游行表演队伍叫“舞队”,有时也称“社火”,类似清代的“走会”。演出《村田乐》、《旱龙船》、《鲍老》、《十斋郎》、《竹马儿》、《柞歌》等民间歌舞,还有音乐演奏《清乐》、武术《掉刀》等表演项目。这种表演形式一直流传至今,河北等地的“走会”或“花会”、陕西的“社火”等,就是继承和发展宋代“舞队”的民间综合性表演形式。

(八) 元明清时期的舞蹈

元朝是蒙古贵族建立的政权。入主中原后,除本民族的歌舞流传外,元朝宫廷还接受了宋朝和金朝的宫廷和民间乐舞。

元朝的蒙古族统治者信奉喇嘛教,同时也信奉萨满教、道教、伊斯兰教。元朝的宫廷舞蹈也就带有浓厚的宗教色彩。在元朝宫廷丰富多彩的舞蹈中,以《十六天魔舞》最为著名。元代宫廷里也有队舞,也都有着浓厚的宗教色彩。

明清时代,舞蹈的发展进入了一个崭新的阶段。一方面,民间舞蹈以其浓郁的农民文化的朴实、活泼、清新,不受形式的束缚,不讲格局地兴盛起来。在明清两代,民间歌舞呈现繁荣的局面。因为各民族的生活、历史、宗教、文化和风俗不同,产生了丰富多彩的民族民间舞。广泛流传的汉族民间歌舞,大多在正月十五日灯节时演出。明代的社火、清代的走会,就是将多种民间娱乐或技艺,如音乐、舞蹈、杂技、武术等组织在一起,形成综合性的游行表演队伍。在这种队伍中,舞蹈如秧歌、跑旱船、跑竹马、大头和尚、狮子舞、龙舞、霸王鞭、高跷等表演占有重要地位。通过社火、走会的活动,这些舞蹈得以流传至今。从流传至今的各民族民间舞蹈来看,这些舞蹈绝大多数在明清时期已定型成熟。另一方面,在经过宋代“队舞”的程式化、清洁化之后,宫廷舞蹈已日薄西山。而被戏曲吸收为表现手段的戏曲舞蹈通过戏曲的形式发展到一个很高的程度。舞蹈逐渐融入戏曲之中,成为戏曲表演的重要组成部分,并形成了一套较完整的训练方法和表演体系。在明清戏曲剧目中,保存了相当丰富、优秀的舞蹈遗产。

二、近现代的中国舞蹈

中国近现代舞蹈是指 19 世纪中叶到当下的中国舞蹈。中国近现代舞蹈继承了中国古代舞蹈的优秀传统,随着中国社会这一百六十多年的巨大变化,舞蹈艺术也发生了质的变化。这一时期的舞蹈大体上可分为三个阶段:(1) 清末民初的舞蹈;(2) “五四”运动以后的新舞蹈;(3) 社会主义时期的舞蹈。

清末民初的民间舞蹈,继承了中国民间舞蹈的传统,每逢喜庆佳节或迎神赛会上,以娱乐的形式在广场演出。当时已出现了半职业性的民间艺人,他们流入大城市中以卖艺为生,民间舞蹈进入游艺场所,改变了它的自娱性质,促进了舞蹈技艺的提高。在民间舞蹈的基础上发展起来的地方小戏也日益增多,民间舞蹈趋向戏剧化,是这一时期中国舞蹈的显著特点。

“五四运动”以后,我国的新舞蹈运动是随着我国的新文化运动的兴起而开展起来的。舞蹈开始从封建的舞蹈文化里挣脱出来,其在中国儿童歌舞的成就方面具有一定的进步意义。在 20 世纪 30 年代初期,黎锦晖先生创作了《麻雀与小孩》、《小小画家》、《葡萄仙子》、《神仙妹妹》等十一部儿童歌舞剧,促进了中国歌舞的发展。当时,新舞蹈运动的开拓者是舞蹈家吴晓邦先生和戴爱莲女士。吴晓邦和戴爱莲都是在抗日战争爆发后,先后回到祖国的。他们用自己所学,结合当时的社会生活和我国民族民间舞蹈艺术,创作演出了一大批反映现实生活的舞蹈作品,对振奋民族精神、召唤民众团结一致抵抗日本侵略,起到了很大的作用。中国共产党领导下的红色根据地出现了新的文化艺术,歌舞艺术、群众性的

“秧歌运动”蓬勃发展。

中华人民共和国建立以后,我国的新舞蹈事业得到了很大的发展。1949年7月在北京成立了中华全国舞蹈工作者协会。50年代建立了专门培养专门舞蹈人才的舞蹈学校。各地及全国性的舞蹈文艺单位相继成立。政府除了大力提倡深入地学习民族民间舞蹈传统艺术外,还引进了苏联的芭蕾艺术,请来苏联舞蹈专家帮助建立舞蹈学校、开办舞蹈教员训练班和舞蹈编导训练班。

20世纪80年代,进入改革开放时期以后,我国的舞蹈工作者积极向世界各国、各个地区、各个舞蹈流派学习和交流,为我们更好地借鉴世界上各民族发展和创造舞蹈的经验,提高我们的民族舞蹈艺术的创作和表演水平,开辟了更为宽广的道路。进入80年代以后,随着舞蹈文化的对外交流,以及舞蹈工作者的学习创作,我国舞蹈界焕发了新的生机,使我国的舞蹈创作进入了一个更加繁荣发展的新阶段。仅以舞剧为例,自80年代以来,我国不仅出现了像《丝路花雨》、《文成公主》、《召树屯与楠木诺娜》、《卓瓦桑姆》、《红楼梦》、《凤鸣岐山》、《奔月》、《木兰飘香》、《铜雀伎》、《智美更登》、《人参女》、《阿诗玛》等一批优秀的民族舞剧,还产生了如《繁漪》、《鸣凤之死》、《觅光三部曲》、《无字碑》、《玉卿嫂》、《黄土地》、《红雪》等一批优秀的现代舞剧。

20世纪90年代后,中国舞剧的原创精神得到了激发,探索领域与品种、风格也出现宽广和多样化的趋势,涌现了《远山的花朵》、《胭脂扣》、《阿诗玛》、《边城》、《虎门魂》、《阿姐鼓》、《阿炳》、《闪闪的红星》、《妈勒访天边》、《大梦敦煌》、《野斑马》、《星海·黄河!》、《青春祭》、《瓷魂》、《干将与莫邪》、《红梅赞》、《霸王别姬》、《红楼梦》、《风中少林》、《风雨红棉》等名篇佳作;建国后的三部音乐舞蹈史诗《人民胜利万岁》、《东方红》、《中国人民革命之歌》堪称绝版。这些具有不同艺术风格、不同艺术表现手法、不同艺术表现技巧,表现出的不同题材、不同内容的舞剧作品,满足了我国广大观众对舞剧艺术多方面的审美需要,使我国的舞剧园地真正地呈现出百花齐放的繁荣景象。

现在,随着经济的发展,世界文化交流的丰富,舞蹈艺术繁荣发展,还有各类大赛的举办,比如“桃李杯”舞蹈比赛、“中国舞蹈荷花奖”、“CCTV电视舞蹈大赛”、“小荷风采”等赛事,涌现出大批优秀舞蹈作品。

从上述中国舞蹈发展历史的简单回顾中,可以看出,各民族舞蹈互相交流、互相学习、互相借鉴,对舞蹈的发展产生了巨大影响和不可缺少的促进作用。有继承,有借鉴,有革新,有创造,才有发展。这就是舞蹈艺术发展的历史规律。舞蹈艺术的产生和发展于人类几千年的社会生活中,它既有传统的继承性,又在历史发展的进程中不断地充实、改造和发展而走向成熟。

第二章 舞蹈的艺术特征及分类

第一节 舞蹈的艺术特征

一、舞蹈的定义

文化人类学研究中曾有学者不无夸张地说：“只要你跳个舞给我看，我就知道你是什么（民族的）人。”许多民族还保留着自己特色鲜明的舞蹈文化传统，有的舞蹈文化还作为国家象征而得到推崇。从这个意义上来说，不了解舞蹈文化就不能完全了解这个世界。

《辞海》中对舞蹈的释义是：“艺术的一种，以经过提炼、组织和艺术加工的人体动作为主要表现手段，表达人们的思想情感和反映社会生活；舞蹈的基本要素是动作姿态、节奏、表情。”

舞蹈是一门综合艺术，随着时代的发展，人们不断地研究和分析，对它又有了新的认识和理解。

广义上的舞蹈：舞蹈是一种人体动作的艺术，这种人体动作必须是经过提炼、组织、加工、美化了的人体动作即舞蹈化了的人体动作。它以舞蹈为主要艺术表现手段，着重表现语言文字或其他艺术表现手段所难以表现的人们的内在深层的精神世界，包括细腻的感情、深刻的思想、鲜明的性格，和人与自然、人与社会、人与人之间的矛盾冲突，创造出可被人具体感知的、生动的舞蹈形象，来表达作者的审美情感、审美理想和反映生活的审美属性。

狭义上的舞蹈：舞蹈在一定时间、空间内通过连续的人体动作过程、凝练的姿态、表情和不断变化的队形画面，结合音乐、舞台美术（服装、布景、灯光、道具）等艺术手段来塑造舞蹈艺术形象。舞蹈是一种时间性、空间性、综合性的动态造型艺术。

二、舞蹈的艺术特征

艺术是人类审美活动的大家族，它的成员有文学、美术、音乐、舞蹈、戏剧、电影、曲艺、杂技等。各个门类的艺术都是反映社会生活和表现人们思想感情的，但是艺术的反映和表现不是一般的概念的抽象的反映和表现，而是个别的具体的形象和审美的反映和表现。在社会的历史发展中，人们创造了各种艺术形式。这些艺术形式的主要区别就是各有其独自的物质载体和不同的艺术表现手段。不同的艺术有不同的艺术特质，但是它们都具有艺术的基本特征，下面我们就舞蹈艺术的本体分析舞蹈的特性。

从舞蹈的外化形态方面来看，舞蹈的艺术特性是舞蹈形象的直观动态性（舞蹈的动态性表现在两个方面：在空间的范围内呈现为舞蹈的造型性；在时间的范围内呈现为舞蹈的节奏性）；从舞蹈的内在本质属性来看，舞蹈的艺术特性是它的抒情性；从舞蹈艺术表现方式特点来看，舞蹈的艺术特性是它的艺术综合性。

概括地说，舞蹈的艺术特征具有以下几个方面。