



中等职业教育国家级  
示范学校特色教材

# 古典舞身韵及技巧

教学做一体化教程

主 编 屈俊芳  
主 审 苏 忠 李 辉



华中科技大学出版社  
<http://www.hustp.com>

主 编 屈俊芳  
主 审 苏 忠 李 辉



中等职业教育国家级  
示范学校特色教材

# 古典舞身韵及技巧

教学做一体化教程



华中科技大学出版社

<http://www.hustp.com>

中国·武汉

## 内 容 简 介

本书充分体现了中等职业示范学校建设“理论够用,技能实用”课程的思想,弱化了专业理论,突出了专业技能的培养。本书编写层次清晰,教学模块组织合理,既方便教师教,又方便学生学。

本书包含6个项目的内容,分别为舞蹈理论基础知识,身韵单一元素练习,身韵基本动律练习,身韵短句练习,常用跳、转、翻技巧练习,综合性组合及技巧练习,共35个训练任务。项目一重点介绍了舞蹈理论基础知识,项目二至项目六主要介绍身韵及技巧的实训内容和组合练习。

本书可作为中职旅游文化专业(舞蹈表演方向)教材,同时也可以作为学前教育专业(舞蹈教学方向)教材。

### 图书在版编目(CIP)数据

古典舞身韵及技巧 教学做一体化教程/屈俊芳 主编. —武汉:华中科技大学出版社, 2013.8

中等职业教育国家级示范学校特色教材

ISBN 978-7-5609-9300-3

I. ①古… II. ①屈… III. ①古典舞蹈-中国-中等专业学校-教材 IV. ①J722.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2013)第 193562 号

古典舞身韵及技巧 教学做一体化教程

屈俊芳 主编

策划编辑:王红梅

责任编辑:余涛

封面设计:三禾

责任校对:刘竣

责任监印:周治超

出版发行:华中科技大学出版社(中国·武汉)

武昌喻家山 邮编:430074 电话:(027)81321915

录 排:武汉楷轩图文

印 刷:华中理工大学印刷厂

开 本:787mm×1092mm 1/16

印 张:9.75

字 数:246千字

版 次:2013年8月第1版第1次印刷

定 价:19.80元



华中出版

本书若有印装质量问题,请向出版社营销中心调换  
全国免费服务热线:400-6679-118 竭诚为您服务  
版权所有 侵权必究

# 序 言

“课难上，生难管”，这是中等职业学校面临的共同难题。究其原因，其中很重要的因素在于现行的中职教育教学目标过高，教材难度较大，学科化味道较浓，与企业对相应岗位的要求差距较大，与学生的学习水平不符。因此，创新职业教育教学模式和课程、教材体系，推进教学改革和教材建设，已成为摆在职业教育工作者面前的一项紧迫而又艰巨的任务。

湖北省秭归县职业教育中心以创建“中等职业教育改革发展国家级示范学校”为契机，围绕党的十八大提出的“加快发展现代职业教育”的宏伟战略目标，立足学生实际，着眼学生发展，强力推进课程改革，精心组织、编写了一批满足当地经济社会发展要求、反映本校教学特色和教学改革创新成果的教材。

这套教材的编写体现了这样的思路：符合学生认知规律和技能养成规律，体现以能力为本位、以应用为主线的教学设计要求。推行“大课程”制，将相近或相关学科整合成一门学科，避免相近学科知识传授的重复，实现模块化教学管理。在专业课程的理论知识方面，注重常识、流程、操作规范等的教学，减少在原理上的纠缠，不要求学科体系上的完美；在技能操作

方面注重适应企业对岗位的要求。文化素养类的课程注重服务学生的终身发展、服从学生的专业成长。

阅读完部分书稿，我欣喜地发现本套教材具备如下特点。

第一，做到“教本、教案、学案”三位一体。为了把课程体系改革效益最大化，独创了教学工作页。工作页集教材、教案、学案于一身，基于学习和工作流程设计，能引导学生自主学习，保持学生的学习热情，提高教师的备课效率。这一设计以人为本，减轻了师生负担。

第二，做到“教、学、做”一体化。理论与实践相结合，教师边教边做，学生手脑并用，在学中做，在做中学，体现了“教、学、做合一”的教育思想，突出了教师的主导作用与学生的主体地位。

第三，体现“够用、实用、适用”的编写思想。坚持职业教育改革的发展方向，反映了编撰者较高的现代教育理论修养和创新精神。体系简洁，活泼自然。在教学内容上注重学生的学力水平，力求引进新工艺、新技术、新材料，吸引学生回归课堂，积极参与教学活动。

第四，坚持“教得了、用得着、学得会”的原则。坚持理论够用、技能实用，采用“归、并、删、降、加”的办法进行整合处理，内容贴近学生实际生活及职场需求，安排符合逻辑，不仅有利于教师组织教学，也方便学生自学，操作性强，达到了精选内容、把教材变薄的效果。

“职业教育是一项事业，事业的意义在于奉献；职业教育是一门科学，科学的价值在于求真；职业教育是一门艺术，艺术的活力在于创新。”秭归县职业教育中心的老师们勇于实践、大胆创新，群策群力，用心血、智慧编撰的这套教材，传递了职业教育教学改革正能量，对于改变宜昌市中等职业教育教学现状、深入推进宜昌市中等职业教育教学改革，将起到良好的示范、引领、带动作用。

石希峰

2013年7月

# 前 言

“古典舞身韵及技巧 教学做一体化教程”是中等职业学校旅游文化专业（舞蹈表演方向）学生必修的专业基础性课程，是学习舞蹈表演和舞蹈创编的基础。该课程专业性强，舞蹈基本功要求高，对于没有一定舞蹈基础的中职学生而言是一门比较难学的课程。为了有效地解决该课程“教师难教、学生难学”的双重难题，同时又能很好地满足一般性舞蹈表演人员练习专业基本功的需要，笔者在总结多年来教学经验的基础上，编写了本书。

本书在教学内容的选取上，既考虑到学生“学得了”的实际，又兼顾专业“用得上”的需要，同时还充分考虑中职学校“理论够用，技能实用”的课程改革思想，突出了基础性、专业性和实用性，对难度较大的一些技巧性的内容降低了难度，将一般性舞蹈表演不常用的高难度技巧性内容直接删去。本书适合旅游文化专业（舞蹈表演方向）和学前教育专业（舞蹈教学方向）的学生使用。

本书有以下特点。

（1）突出教学重点，注重学生基础。本书立足于舞蹈专业基础课程“以练为主”的特点和学生实际，将学生需要掌握的古典舞身韵及技巧分解成了

6个项目共35个任务。项目设计中,充分体现了“学生主体”的教学思想,每个教学项目以“导”构建知识线索,以“学”呈现出学生主体的学习过程。

(2)“教”与“学”的要求形象直观,学习过程清晰。本书以每个具体项目为一个学习单元,将复杂的学习内容简单化,教学目的明确,学习要求具体,学习方法简便,既方便教师教,又方便学生学。

(3)注重学生专业兴趣的培养。在教学环节上采取了趣味性较强的“舞海导航”“舞海泛舟”“舞林大会”“舞海拾贝”等,给枯燥的教学环节赋予趣味性,循序渐进教与学过程,不断提高学生的学习兴趣。

(4)讲究图文并茂。本书插入了丰富的舞姿图片,学习要求清晰、明了,便于学生模仿学习。

(5)注重培养学生自信心。本书插图主要选用的是我校2011级旅游文化班向姣同学的示范动作照片,插图真实性强、示范性强,有利于增强学生学好该课程的自信心。

本书由屈俊芳独立编写。全书由苏忠、李辉两位老师担任主审,他们对本书的撰写提出了许多宝贵的意见和建议,本人对此表示衷心感谢!

在本书编写过程中,参考了唐满城、金浩主编的《中国古典舞身韵教学法》等著作,还得到了华中科技大学出版社的大力支持,在此一并表示衷心的感谢!同时也恳请广大读者和同行对书中的错误和不妥之处提出批评和指正。

编者

2013年6月



# 目 录

项目一 舞蹈理论基础知识·····	(1)
任务一 舞蹈的特征与分类·····	(2)
任务二 舞蹈的常用术语及舞蹈记录·····	(8)
任务三 舞蹈的起源与发展·····	(18)
任务四 身韵的核心与基本概念·····	(23)
任务五 基本手形、手位与手臂动作·····	(26)
任务六 基本脚形、脚位与下肢动作·····	(34)
项目二 身韵单一元素练习·····	(41)
任务一 头、眼单一训练·····	(42)
任务二 手臂单一训练·····	(44)
任务三 基本步伐·····	(50)
任务四 提、沉·····	(54)
任务五 冲、靠·····	(57)
任务六 含、腆、移·····	(59)
任务七 旁提·····	(62)
项目三 身韵基本动律练习·····	(67)
任务一 云间转腰·····	(68)



任务二 云手 .....	(72)
任务三 燕子穿林 .....	(76)
任务四 风火轮 .....	(79)
<b>项目四 身韵短句练习 .....</b>	<b>(85)</b>
任务一 冲靠短句 .....	(86)
任务二 摇臂短句 .....	(88)
任务三 圆场短句 .....	(90)
任务四 双晃手短句 .....	(92)
任务五 旁提漫步短句 .....	(94)
<b>项目五 常用跳、转、翻技巧练习 .....</b>	<b>(99)</b>
任务一 小跳、中跳、叉跳 .....	(100)
任务二 射雁跳、吸腿跳、燕式跳 .....	(103)
任务三 摆腿跳、撩腿越 .....	(105)
任务四 倒踢紫金冠(女)、双飞燕(男) .....	(106)
任务五 转技巧训练 .....	(108)
任务六 翻身技巧训练 .....	(112)
任务七 常用毯子功技巧训练 .....	(116)
<b>项目六 综合性组合及技巧练习 .....</b>	<b>(121)</b>
任务一 地面身韵组合 .....	(122)
任务二 身韵平圆盘腕组合(中间练习) .....	(126)
任务三 综合性跳、转、翻组合训练 .....	(131)
任务四 舞姿身法组合 .....	(134)
任务五 综合性组合(舞段训练) .....	(136)
任务六 代表性的古典舞展示 .....	(141)
<b>参考文献 .....</b>	<b>(145)</b>

## 项目一

# 舞蹈理论基础知识



### 知识目标

通过舞蹈理论基础知识的学习，掌握身韵的核心内容，了解身韵的基本概念及常用术语，为以后的学习奠定基础。



### 技能目标

培养学生正确的动作方法及观念，在身体基本条件、基本能力、基本技术和基本身法韵律方面打下坚实基础。



### 情感目标

使学生尽可能地接触古典身韵等风格鲜明的教材，以便加深对古典舞风格特点和审美规范的认识和理解，达到训练的目的。





## 舞海导航

书山有路勤为径，舞海无涯苦作舟！同学们加油！祝你早日达到胜利的彼岸！

初次接触舞蹈的身韵课，首先需要对舞蹈的基础知识加以认知和体会，再来学习并掌握身韵的训练性与审美性——即身韵的核心是什么？了解身韵的常用术语和一些基本概念。

本项目的**主要内容**：舞蹈的特征与分类；舞蹈的常用术语及舞蹈记录；舞蹈的起源与发展；身韵的核心与基本概念；基本手形、手位与手臂动作；基本脚形、脚位与下肢动作。



## 舞海泛舟

### 任务一 舞蹈的特征与分类

- 任务呈现：**
- (1) 舞蹈的定义；
  - (2) 舞蹈的特征；
  - (3) 舞蹈的分类。

**任务要求：**理解舞蹈的定义，掌握舞蹈的特征以及分类。



#### 看一看

播放视频，呈现目标！

播放相关的身韵练习视频，一起欣赏美、感受美！



#### 讲一讲

紧扣目标，教授新知！

舞蹈是人类文化史上最早产生的艺术形式之一。它与其他艺术门类一样，起源于人类劳动和其他生活实践，是社会生活的反映。

#### 一、舞蹈的定义

舞蹈是以人的身体为表现工具，以经过提炼、组织和艺术加工的人体动作为主要表现手段，表达人们的思想感情，反映社会生活的一种艺术形式。因此，舞蹈追求艺术美，并具有教育功能、认知功能和审美功能。

#### 二、舞蹈的主要特征

舞蹈艺术是以人的形体动作、姿态和造型的组合及变化而形成舞蹈语言，塑造出生动、鲜明、具体的舞蹈形象来反映现实生活，表现人物的情感

和思想。它具有以下六种艺术特征。

### 1. 直觉性

舞蹈形象是一种直观的艺术形象。它是通过人们的视觉器官（眼睛）来进行审美感知的。这就决定了舞蹈作品中的情景和人物心理状态、情感，都必须通过舞蹈形象直接表现出来。

### 2. 动作性

舞蹈是一种流动状态的直觉形象。人物情感、思想的表达，情节、事件的发展，矛盾、冲突的推进，情调、氛围的渲染，意境的形成等，都要由一系列舞蹈动作所组成的舞蹈语汇不停地发展、变化来完成。

舞蹈动作可大致分为表情性、说明性、装饰性连接三类。表情性动作主要描绘人物的情感、思想和性格特征，具有类型化、概括性特点。说明性动作主要展示人物行动的目的和具体内容，这类动作具有模拟性、象征性特点。装饰性连接动作一般没有明显含义，在舞蹈中起装饰、衬托作用，常作为表情性动作和说明性动作相互转换和连接的过渡。

舞蹈动作是舞蹈作品最基本的元素。舞蹈由最单一的姿态开始，到形成舞句、舞段，由一个小型舞蹈到形成一部大型舞剧，都是在相同动作的重复、发展，不同动作的衔接、变化基础之上，在有目的的组合过程里发展完成的。

### 3. 节奏性

任何舞蹈都具有节奏性，没有节奏便没有舞蹈，舞蹈的动态形象是一种具有节奏性的动态形象。

在舞蹈中，节奏一般表现舞蹈动作力度的强弱、速度的快慢和能量的大小。由于节奏的发展变化——诸如力度的增强与减弱，速度的加快与减慢，幅度和能量的增大与缩小等，相同的动作会表现出不同的情绪和情感，体现出不同的内容。

### 4. 造型性

舞蹈动作必须具有造型性。这是舞蹈动作具有美感的最基本的条件和因素。因为造型本身应构成具有美感的形象，它必须是经过提炼和美化了的最生动、最鲜明、最有表现力的典型性动作。也就是人们常说的，舞蹈是动的绘画、活的雕塑。

舞蹈中人体动作、姿态的造型是多种多样的，有对称、平衡的美，有矫健、温和的美，有阳刚、阴柔的美，有优雅娴静、活泼生动的美等。

舞蹈队形、画面的造型，是舞蹈作品构成的重要因素。无论是独舞还是群舞，无论是抒情舞还是叙事舞，舞蹈者总是要在舞台的空间按一定的方向、路线运动。根据舞蹈作品需要表现的各种不同情形和内容，就产生了各种类型的舞台空间运动路线和画面造型。

舞蹈的空间运动路线可分为斜、竖、横、圆、曲折五种。

舞蹈画面造型一般有方形、三角形、圆弧形、梯形、菱形等基本图形。

### 5. 抒情性

用舞蹈语言来表现和描绘人的内在精神世界和丰富复杂的情感，是舞蹈艺术一个非常重要的审美特征，所以说舞蹈是一门抒情性艺术。

舞蹈在表现人的情感方面所具有的真实、直观、激越、丰富、深厚的特点，往往是其他艺术门类所不及的。无论是人的初级感情还是高级感情，舞蹈都可以充分、深刻、淋漓尽致地予以表达，它既能表现人们的情感，也能表达人们的思想。它借助于情感这个中介，使人物思想的内涵、意蕴充分地展现出来。

### 6. 综合性

舞蹈从产生时就离不开音乐、诗歌、美术等艺术，这些同样是舞蹈艺术的重要组成部分。因此，舞蹈形象是一种综合性的艺术形象。其中音乐是舞蹈最亲密的伙伴。没有好的音乐很难产生优秀的舞蹈作品。从一定意义上可以说，音乐是舞蹈的声音，舞蹈则是音乐的形体。在舞蹈艺术中，音乐具有以下三方面的作用。

(1) 描绘人物的思想感情和性格特征，与舞蹈共同完成塑造艺术形象的任务。

(2) 对舞蹈所处的客观环境和气氛进行渲染和衬托。

(3) 具有明显的戏剧性因素。表现出戏剧性的性格冲突，在一定程度上担负着交代和展现剧情的任务。

舞台美术——服装、道具、布景、灯光等，也是舞蹈艺术不可缺少的。它对于展现舞蹈作品所处的时代、环境和人物形象，表现人物思想感情和推动舞蹈情节的发展都起着不可忽视的重要作用。

## 三、舞蹈的类别

艺术，是由各个不同的艺术品种所组成的。作为艺术之一的舞蹈，同样是一个非常广阔的天地，它也是由各个不同种类、不同样式、不同风格的舞蹈所组成的。从整体来看，根据舞蹈的作用和目的，舞蹈可分为生活舞蹈和艺术舞蹈两大类。生活舞蹈是人们为自己的生活需要而进行的舞蹈活动；艺术舞蹈则是为了表演给观众欣赏而进行的舞蹈活动。

### 1. 生活舞蹈

生活舞蹈包括习俗舞蹈、宗教祭祀舞蹈、社交舞蹈、自娱舞蹈、体育舞蹈、教育舞蹈等。

(1) 习俗舞蹈，又可称节庆、仪式舞蹈，是我国许多民族在婚配、丧葬、种植、收获及其他喜庆节日所举行的各种群众性的舞蹈活动。在这些舞蹈活动中，表现了各民族的风俗习惯、社会风貌、文化传统和民族性格特征。

(2) 宗教祭祀舞蹈，是进行宗教和祭祀活动的舞蹈形式。宗教舞蹈是对超自然、超人间的神秘力量——神灵的一种形象化的再现，使无形之神成为

可以被感知的有形之身，是神秘力量的人格化，主要用以祈求神灵庇佑、除灾去病、逢凶化吉、人畜兴旺、五谷丰登，或是答谢神灵的恩赐。祭祀舞蹈，是祭祀先祖和神佛对自己的保佑和赐福。

(3) 社交舞蹈，是人们进行社会交往、增进友谊、联络感情的舞蹈活动。一般多指在舞会中跳的各种交际舞。另外我国许多少数民族在各种节日所进行的群众性的舞蹈活动，也可以说是各民族的社交舞蹈。

(4) 自娱舞蹈，是人们以自娱自乐为唯一目的的舞蹈活动。用舞蹈来抒发和宣泄自己内在的情感冲动，从而获得审美愉悦的充分满足。

(5) 体育舞蹈，是舞蹈和体育相结合，以艺术审美的方式锻炼身体，使身心全面健康发展的舞蹈新品种。体育舞蹈也称“国际标准交谊舞”，是体育运动项目之一，是以男女为伴的一种步行式双人舞的竞赛项目。体育舞蹈分两个项群，十个舞种。其中标准舞（摩登舞）项群含有华尔兹、维也纳华尔兹、探戈、狐步和快步舞；拉丁舞项群包括伦巴、恰恰、桑巴、牛仔和斗牛舞。每个舞种均有各自的舞曲、舞步及风格。根据各舞种的乐曲和动作要求，组编成各自的成套动作。

(6) 教育舞蹈，是指学校、幼儿园等用来进行审美教育的舞蹈活动，以及开设的舞蹈课程。它对陶冶道德情操和美化人的思想感情，培养人的团结友爱，提高礼仪修养，以及增进身心健康，起到潜移默化的作用。

## 2. 艺术舞蹈

艺术舞蹈，是指由专业或业余舞蹈家，通过对社会生活的观察、体验、分析、集中、概括和想象，进行艺术的创造，从而创作出主题思想鲜明、情感丰富、形式完整，具有典型化的艺术形象，由少数人在舞台或广场表演给广大群众观赏的舞蹈作品。由于艺术舞蹈品种繁多，根据不同的艺术特点，大致可分为三类。

### 1) 根据舞蹈的表演风格特点划分

(1) 古典舞蹈。古典舞蹈是在民族民间舞蹈的基础上，经过历代专业工作者提炼、整理、加工创造，并经过较长期艺术实践的检验流传下来的，被认为是具有一定典范意义的、古典风格特点的舞蹈。世界上许多国家和民族都有各具独特风格的古典舞蹈。欧洲的古典舞蹈，一般泛指芭蕾舞。

(2) 民间舞蹈。民间舞蹈是由广大人民群众在长期历史进程中集体创造，不断积累、发展而形成的，并在群众中广泛流传的一种舞蹈形式。它直接反映人民群众的思想感情、理想和愿望。

(3) 现代舞蹈。现代舞蹈是19世纪末和20世纪初在欧美兴起的一种舞蹈流派。其主要美学观点是反对当时古典芭蕾的因循守旧、脱离现实生活和单纯追求技巧的形式主义倾向；主张摆脱古典芭蕾过于僵化的动作程式的束缚，以合乎自然运动法则的舞蹈动作，自由地抒发人的真实情感，强调舞蹈艺术要反映现代社会生活。

(4) 新创作舞蹈。新创作舞蹈，即不同于上述三种风格的舞蹈，它常常是根据表现内容和塑造人物的需要，不拘一格的，借鉴和吸收各舞蹈流派的

各种风格、各种舞蹈表现手段和表现方法，兼收并蓄为我所用，从而创作出不同于已经形成的各种舞蹈风格而具有独特新风格的舞蹈。

### 2) 根据舞蹈的表演形式的特点来划分

(1) 独舞。独舞，由一个人表演就可完成一个主题的舞蹈，多用来直接抒发人物的思想感情和揭示人物的内心世界。

(2) 双人舞。双人舞，由两个人表演共同完成一个主题的舞蹈，多用来表现人物之间思想感情的交流和展现人物的关系。

(3) 三人舞。三人舞，由三个人合作表演完成一个主题的舞蹈。根据内容可分为表现单一情绪和表现一定情节，以及表现人物之间的戏剧矛盾冲突等三种不同的类别。

(4) 群舞。群舞，凡四人以上的舞蹈均可称为群舞，一般多为表现某种概括的情绪或塑造群体的形象。通过舞蹈队形、画面的更迭、变化和不同速度、不同力度、不同幅度的舞蹈动作、姿态、造型的发展，能够创造出深邃的诗的意境，具有较强的艺术感染力。

(5) 组舞。组舞，由若干段舞蹈组成的比较大型的舞蹈作品。其中各个舞蹈有相对的独立性，但它们又都统一在共同的主题和完整的艺术构思之中。

(6) 歌舞。歌舞，是一种歌唱和舞蹈相结合的艺术表演形式。其特点是载歌载舞，既长于抒情，又善于叙事，能表现人物复杂、细腻的思想感情和广泛的生活内容。

(7) 歌舞剧。歌舞剧，是一种以歌唱和舞蹈为主要艺术表现手段来展现戏剧内容的综合性表演形式。

(8) 舞剧。舞剧，是以舞蹈为主要艺术表现手段，并综合了音乐、舞台美术（服装、布景、灯光、道具）等，表现一定戏剧内容的舞蹈作品。

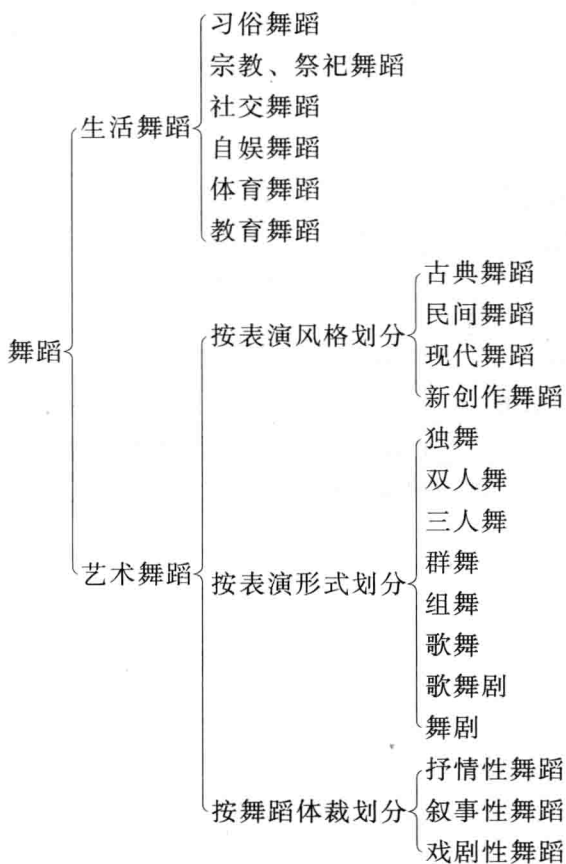
### 3) 根据舞蹈的体裁的特点来划分

(1) 抒情性舞蹈。抒情性舞蹈，又称情绪舞，其主要艺术特征是在特定的环境中，以鲜明、生动的舞蹈语言来直接抒发人物——舞蹈者的思想感情，以此来表达舞蹈者对生活的感受和评价。

(2) 叙事性舞蹈。叙事性舞蹈，又称情节舞，其主要艺术特征是通过舞蹈中不同人物的行动所构成的情节、事件来塑造人物，表现作品的主题内容。

(3) 戏剧性舞蹈。戏剧性舞蹈，即舞剧，是以舞蹈为主要表现手段，综合音乐、哑剧等艺术门类的一种戏剧形式。舞剧中的舞蹈一般以古典舞或民间舞为基础，以结合剧中人物性格和情节的发展。世界上许多民族都有各具独特风格的舞剧，中国民间舞蹈中，尤其是戏曲艺术中，保存着不少小型舞剧和舞蹈性很强的剧目与片段。新中国成立后，民族民间舞剧得到了很大的发展，创作了许多反映新生活和历史题材的优秀剧目，如“宝莲灯”“丝路花雨”等。

舞蹈种类一览表如下所示。



结合老师讲解的内容，学习并掌握舞蹈的定义，掌握舞蹈的特征，并说说舞蹈的种类有哪些？

知识学习，提升目标！



- (1) 掌握舞蹈的概念，相互检查。
- (2) 按舞蹈的类别列举自己了解的舞蹈作品，并相互点评。

学生练习，巩固目标！



学生互评：

学习新知识最认真的同学\_\_\_\_\_；课堂发言最踊跃的同学\_\_\_\_\_；  
小组展示最积极的同学\_\_\_\_\_；友情“一帮一”的同学\_\_\_\_\_。

教师评价：\_\_\_\_\_

舞林大会，我行我秀！通过各小组的项目成果展示，看看谁最棒！





## 舞海拾贝

### 1. 填空

(1) 舞蹈的表现形式有独舞、\_\_\_\_\_、\_\_\_\_\_、\_\_\_\_\_、\_\_\_\_\_、歌舞、歌舞剧、\_\_\_\_\_等。

(2) 生活舞蹈的种类有\_\_\_\_\_、宗教祭祀舞蹈、\_\_\_\_\_、自娱舞蹈和\_\_\_\_\_、\_\_\_\_\_等。

(3) 舞蹈的主要特征有\_\_\_\_\_性、\_\_\_\_\_性、\_\_\_\_\_性、\_\_\_\_\_性、\_\_\_\_\_性和\_\_\_\_\_性。

(4) 戏剧性舞蹈，即\_\_\_\_\_，是以\_\_\_\_\_为主要表现手段，综合\_\_\_\_\_、哑剧等艺术门类的一种戏剧形式。

### 2. 名词解释

(1) 古典舞蹈——

(2) 叙事性舞蹈——

## 任务二 舞蹈的常用术语及舞蹈记录

任务呈现：(1) 舞蹈的常用术语；

(2) 舞蹈记录。

任务要求：牢记舞蹈的常用术语，并在以后的舞蹈训练中熟练运用；掌握舞蹈的记录方法。



### 看一看

播放视频，呈现目标！

播放相关的身韵练习视频，一起欣赏美、感受美！



### 讲一讲

紧扣目标，教授新知！

#### 一、舞蹈常用术语

[基训/基础训练] 是指对舞蹈演员或学员基本能力的训练。如发展身