

Dance

严道康 — 主编
廖萍 朱畅 — 副主编

► 师范院校音乐舞蹈系列教材

舞蹈实用教程

| 配教学光盘 |



Dance

严道康 — 主编
廖萍 朱畅 — 副主编

▶ 师范院校音乐舞蹈系列教材 ◀

舞蹈实用教程

图书在版编目(CIP)数据

舞蹈实用教程 / 严道康主编. —南京: 南京
师范大学出版社, 2010. 8
(师范院校音乐舞蹈系列教材)
ISBN 978-7-5651-0200-4/J · 114

I. ①舞… II. ①严… III. ①舞蹈—教材
IV. ①J7

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2010)第 154809 号

书 名	舞蹈实用教程
主 编	严道康
责任编辑	跣 琦 张绚绚
出版发行	南京师范大学出版社
地 址	江苏省南京市宁海路 122 号(邮编: 210097)
电 话	(025)83598077(传真) 83598412(营销部) 83598297(邮购部)
网 址	http://press.njnu.edu.cn
电子信箱	nspzbb@163.com
照 排	南京凯建图文制作有限公司
印 刷	南通印刷总厂有限公司
开 本	850×1168 1/16
印 张	9.75
字 数	288 千字
版 次	2011 年 4 月第 1 版 2011 年 4 月第 1 次印刷
印 数	1—3600 册
书 号	ISBN 978-7-5651-0200-4/J · 114
定 价	30.00 元
出 版 人	闻玉银

前 言

为加强舞蹈艺术教育普及化建设,本教材以“师范院校舞蹈人才培养方案及课程要求”为指导,按照师范教育舞蹈教学工作的实际需求组织编写。教材力求进一步完善中等及幼儿师范教育专业学生的舞蹈知识结构,提升学生综合能力,通过科学系统的教学,把学生培养成为工作真正需要、具有社会竞争力的应用型小学及幼儿园教师。

为使职前教育与社会就业需求紧密结合起来,本着师范教育舞蹈教学应帮助学生既掌握一定的舞蹈技能,又具备较强的儿童舞蹈活动创作、设计能力的原则,本教材针对专业特点,吸取一批长期在师范舞蹈教学一线并具有丰富教学实践经验的老中青教师的教学科研成果,融合当今国际国内最前沿的教育理念,将现有师范教育专业的舞蹈教学目标、教材体系、教学课时分配等进行了一系列调整,使师范教育舞蹈的教学目标更贴近师范教育专业学生的培养目标,更利于师范教育专业学生学习和掌握。这样让学生在校园里真正能接受到学以致用职前培训教育。

本教材共包含六章内容,分别为:舞蹈基础理论、舞蹈基础训练、中国民族民间舞、中国民族民间舞蹈风格的儿童舞蹈、儿童舞蹈创编、儿童舞蹈教学活动设计与指导。与同类教材相比,本教材增强了儿童舞蹈教学的理论和实践方面的比重。本教材由严道康拟订编写大纲。各章的编写与分工情况如下:第一章,第三章第二、三、四、六、七节,第四章第二至七节由严道康编写;第二章第一节及第二节中“中间练习、舞姿练习”部分,第三、四章第一节,第五、六章由廖萍编写;第二章第二节中“基本手形、手位与脚位”、“地面练习”、“扶把练习”部分,第三章第五节由朱畅编写。最后由严道康统审定稿。

作为编者,我们的最大愿望是让本教材在广大师生教与学的实践中,不断得到充实与改进,为中等及幼儿师范的舞蹈艺术教育普及化做出一些实际的贡献。在教材的编写过程中,得到了成都大学艺术学院、学前教育学院和南京师范大学出版社的大力支持,在此一并表示衷心的感谢!

编 者

2010年8月

目 录



第一章 舞蹈基础理论

- 第一节 舞蹈的主要特征 /001
- 第二节 舞蹈的类别 /002
- 第三节 人体基本方位和各部位名称 /005
- 第四节 舞蹈常用术语 /009
- 第五节 舞蹈记录知识 /010



第二章 舞蹈基础训练

- 第一节 中国古典舞基本手形、手位、脚位与步伐练习 /012
- 第二节 芭蕾舞基本手形、手位与脚位练习 /025



第三章 中国民族民间舞

- 第一节 汉族民间舞——东北秧歌 /056
- 第二节 汉族民间舞——云南花灯 /065
- 第三节 藏族民间舞 /074
- 第四节 蒙古族民间舞 /081
- 第五节 维吾尔族民间舞 /092
- 第六节 傣族民间舞 /100
- 第七节 彝族民间舞 /107



第四章 中国民族民间舞蹈风格的儿童舞蹈

- 第一节 汉族儿童舞蹈(一)——东北秧歌 /115
- 第二节 汉族儿童舞蹈(二)——云南花灯 /118
- 第三节 藏族儿童舞蹈 /121
- 第四节 傣族儿童舞蹈 /124
- 第五节 蒙古族儿童舞蹈 /127
- 第六节 维吾尔族儿童舞蹈 /130
- 第七节 彝族儿童舞蹈 /133



第五章 儿童舞蹈创编

第一节 儿童舞蹈的选材 /137

第二节 儿童舞蹈的结构 /137

第三节 儿童舞蹈的编舞 /139

第四节 儿童舞蹈创作实践训练 /140



第六章 儿童舞蹈教学活动设计与指导

第一节 儿童动作发展特点分析 /143

第二节 儿童身心发展特点与儿童舞蹈教学 /144

第三节 儿童舞蹈教学活动指导原则 /146



第一章 舞蹈基础理论

舞蹈与其他艺术门类一样,起源于人类劳动和其他多种生活实践,是社会生活的反映。

舞蹈是通过节律化、造型化和表情化的人体动作塑造艺术形象,是表达人们思想感情的一种艺术形式。因此,舞蹈追求艺术美,并具有教育功能、认知功能和审美愉悦功能。

舞蹈能够促进人们身心的全面发展,是美育的重要手段之一。它使人动作协调、反应灵敏,有力地促进人脑迅速地发育成长;使人筋骨柔韧、肢体强健、精神振奋、心灵净化;增强人们之间的情感交流和社会凝聚力,对人们道德情操的教育有着深远的影响。

舞蹈艺术发展到今天,作为人类自身高洁、纯美灵魂的物化形态,作为人的本性,作为感情直观的外化显示,它始终闪烁着真、善、美的理想灵光,从而成为推动社会前进和发展的一种能动的精神力量。

第一节 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。它具有以下六种主要艺术特征。

一、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。如梦幻中的情景、某一个人的感受、激烈的思想斗争等等。

二、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言不停地发展、变化来完成。

舞蹈动作可大致分为表情性、说明性、装饰性联结三类。表情性动作主要描绘人物的情感、思想和性格特征,具有一定的类型化、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,这类动作具有更多的模拟性、象征性特点。装饰性联结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。

三、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。

四、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。因为造型本身首先应构成具有美感的形象,它必须是经过提炼和美化的最生动、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,有幽雅娴静、活泼生动的美等等。

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。根据舞蹈作品所表现的各种不同情绪和内容的需要,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。

五、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。

六、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,音乐一般具有以下三个方面的作用:

- (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、布景、灯光、道具等,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。

◎ 第二节 舞蹈的类别

一、按体裁划分

1. 情绪舞

情绪舞也叫抒情性舞蹈,主要是通过抒发人物的思想感情,即通过特定的情景和人物思想感情,塑造



出鲜明的舞蹈形象,达到感染观众的目的。一般来说,抒情舞蹈在表现手法上注意写意,舞段比较完整流畅,群舞动作强调整齐划一。由于抒情性舞蹈的“舞性”较强,故有“舞蹈长于抒情,拙于叙事”的说法。

2. 情节舞

情节舞也叫叙事性舞蹈,是指通过事件的叙述,刻画人物性格,揭示性格冲突和发展,从而表现主题的舞蹈。叙事性舞蹈所叙之事一般比较单纯、简短,人物关系也比较简明,因而舞蹈本身的构成也比较简短,由于舞蹈是以动作语言来叙事的,所以大多数叙事性舞蹈都以一定的文学蓝本为依据,使观众更容易理解舞蹈所叙之事。与抒情性舞蹈相比,叙事性舞蹈更偏重于写实,由于其内涵比抒情性舞蹈丰富、具体,往往能在观众中产生强烈反响。

二、按风格划分

1. 中国古典舞

中国古典舞是指具有古典风格的中国舞蹈。它是在民间舞蹈基础上经过历代舞蹈艺术家们提炼、加工、整理、创造而逐渐形成的。它有着整套规范化的舞蹈技艺、程式化的表现手段、严谨的训练体系和相对稳定的审美原则。

中国古典舞大多保存在戏曲舞蹈中。在表演上手、眼、身、法、步的紧密配合使中国古典舞更具传统特色。20世纪50年代初期,舞蹈工作者为繁荣民族舞蹈艺术,对中国古典舞蹈进行了挖掘、整理,继承了中国戏曲表演中的舞蹈步伐、身段、武术、毯子功等精华,借鉴西方芭蕾的训练方法,编写了中国古典舞训练教材,同时创作演出了《宝莲灯》、《小刀会》等舞剧作品。80年代,由李正一、唐满城两位教授创编的中国古典舞身韵教材,标志着中国古典舞不仅从外形上而且从内在的神韵上都找到了与中国传统文化精神相一致的东西,使中国古典舞成为独立的具有鲜明民族性和时代性的舞蹈体系。代表作品如北京舞蹈学院青年教师创编的《黄河》,范东凯、张建民编导的《长城》等。

2. 中国民间舞

中国民间舞是指在人民群众中广泛流传,具有鲜明风格和地方特色的传统舞蹈形式。它与人们的劳动生活、传统观念、民俗活动紧密结合,经过历代相传,人们不断加工、创造,发展形成了具有中国民族特色的舞蹈。

由于中国各民族、各地区地理环境和自然条件的差异以及人民生活、历史文化、风俗习惯的不同,所形成的舞蹈风格和特色有着明显的差异。因此民间舞蹈又是舞蹈创作的无尽源泉和坚实基础。

在中国56个民族形成、发展、融合的漫长过程中,民间舞蹈的种类繁多,形式丰富多样,至今难以准确统计。仅就汉族的秧歌舞蹈来看,就有东北秧歌、陕北秧歌、河北秧歌、胶州秧歌、海阳秧歌、云南花灯、安徽花鼓灯等等,舞蹈作品如张继刚创编的《一个扭秧歌的人》、《俺从黄河来》等。其他民族民间舞蹈中又有蒙古族、藏族、维吾尔族、朝鲜族、傣族、苗族等多个民族的舞蹈,如中央民族学院马跃创编的《奔腾》、张继刚创编的《母亲》、阿依吐拉表演的《摘葡萄》、孙龙奎创编的《残春》、杨丽萍自编自演的《雀之灵》、苗族舞蹈《苗女》等。在社会经济得到充分发展的同时,中国民间舞蹈也进入一个崭新的阶段,传统的舞蹈形式不断地融入时代精神,充满了生机。在对外文化交流中,中国民间舞蹈已经走向世界,受到了国际友人的高度评价,为中华民族争得了荣誉。

3. 芭蕾舞

芭蕾舞是欧洲古典舞剧的统称,它有狭义与广义之分。狭义的芭蕾舞,专指产生于欧洲的一种综合性舞蹈艺术形式,包括古典芭蕾和现代芭蕾。广义的芭蕾舞,泛指一切用有韵律的人体运动来表现人的思想感情和社会生活的舞蹈表演。

作为特定的舞蹈艺术形式,芭蕾舞起源于意大利民间。17世纪进入法国宫廷后,逐渐形成一种在统一的结构下,集歌唱、朗诵、舞蹈、戏剧于一体的宗教性综合表演艺术。17世纪70年代,芭蕾从宫廷移向剧场,产生了专业演员,舞蹈技术迅速发展。18世纪芭蕾又传入俄国,到19世纪已经发展成为一

门独立艺术,并创造了足尖技巧,有规范的程式化的表演和一套完整科学的训练方法。20世纪以来,各种现代文艺思想对芭蕾产生了很大影响,逐渐形成了不同风格的学派,其中有意大利学派、俄罗斯学派、法兰西学派等。芭蕾新作有《仙女》、《关不住的女儿》等。现代舞的产生,对古典芭蕾舞产生了很大的冲击,出现了交响芭蕾舞、现代芭蕾舞等各种不同的探索与创造,在芭蕾舞程式上有很多突破,呈现了多种风格的芭蕾舞。我国的芭蕾舞从20世纪50年代开始得到发展,各地建立了芭蕾舞团和培养芭蕾舞演员的专业学校,培养出了很多优秀的芭蕾舞演员,如谭元元、吕萌、焦洋等。同时我国参加了许多国际性重大的芭蕾舞比赛,并取得了优异的成绩,我国的芭蕾舞得到了迅速发展,走向了世界。

4. 现代舞

现代舞是19世纪末20世纪初由美国著名舞蹈家伊莎多拉·邓肯开创的一种新的舞蹈形式。其特点是摆脱古典芭蕾的程式和束缚。邓肯认为舞蹈的本质应通过人体动作表现人类精神,用最自由的身体表现最高的智慧。在芭蕾舞的改革中许多舞蹈家受此影响,继承了邓肯的主张,在各自基础上发展创造,形成了许多不同风格的现代舞流派。近一个世纪以来,邓肯一直被现代舞蹈家们奉为精神领袖,被誉为“现代舞之母”。

现代舞20世纪初传入我国,著名舞蹈家吴晓邦在上海举办“晓邦舞蹈研究所”,传播和教授现代舞,成为现代舞的开拓者。其代表作品有《义勇军进行曲》、《游击队歌》、《饥火》、《思凡》、《丑表功》、《渔夫乐》等。广东舞蹈学校于1987年首次开设现代舞蹈专业,培养现代舞人才,在中国文化基础上创造了中国的现代舞艺术。广东舞蹈学校对建立中国现代舞流派起到了积极的作用,在1991年巴黎现代舞比赛中以现代舞《太极印象》荣获金奖。当代中国还涌现出许多年轻的现代舞蹈家,如金星、沈伟、邢亮等。

5. 社交舞

社交舞又称“交谊舞”或“交际舞”,指欧洲文艺复兴以来的宫廷舞蹈和近代社交舞蹈。这些舞蹈中的绝大多数是从法国、意大利、西班牙的民间舞蹈演化而来,各国宫廷的舞蹈教师按照宫廷生活和礼仪习俗的需要对其进行加工改造,使之具有规范的程式。每种舞蹈都有严格规定的步伐、舞蹈图形、舞曲、举止仪态和进行程序,从而成为宫廷贵族专享的一种展示自己富丽华美的服饰、高贵文雅的风度以及地位和尊严的特权。直到19世纪初期,这种贵族式的宫廷舞才变为社会各阶层人人可跳的社交舞蹈。而当今社交舞坛又逐步形成了普通舞厅的交际舞和供竞技表演的国际标准交谊舞等。国际流行的社交舞蹈主要有华尔兹、探戈、狐步、快步舞、伦巴、桑巴、恰恰舞、牛仔舞、斗牛舞等等。

三、按表演形式划分

1. 独舞

独舞是指由一个人单独表演的舞蹈形式。它要求表演者具有高度的舞蹈表演技巧和较为全面的艺术修养。在舞剧或集体舞中,常用独舞形式突出刻画人物性格和表达思想感情。

2. 双人舞

双人舞是指由两人一起表演的舞蹈形式,用以表现人物之间的思想感情交流,是作品中人物对话的一种表现形式。两人要有较高的技巧,舞蹈上配合默契、和谐一致。

3. 三人舞

三人舞是指三人表演的舞蹈形式。但并非三人表演的舞蹈都可以称为“三人舞”,如果三位表演者始终以整齐划一的动作表演,那只是一个小群舞。三人舞大部分是具有情节性的小型舞蹈作品,是能够组成突出性格的最小舞蹈形式。三人舞的运动方式主要是非对称、矛盾的,是一种独具特色的舞蹈样式。

4. 群舞

群舞即三人以上表演的多人舞蹈形式。从表演的性别上可分为男子群舞、女子群舞和男女大群舞。从内容构成上可分为情节性群舞和抒情性群舞。群舞注重队形和画面的变化,构图丰富、色彩纷呈,具有较为浓郁的民族风格和地方特色。

5. 组舞

组舞通常是将几个相对独立完整的舞蹈作品组合在一起进行表演的舞蹈形式。有的组舞是根据共同的主题,把几个舞蹈组合在一起;有的组舞是根据共同的舞蹈形态组合在一起;还有的组舞是以编导或演员自身的创作或表演风格为依据组合在一起的。

6. 舞剧

舞剧是以舞蹈为主要表现手段,综合文学、戏剧、音乐、美术、照明等艺术形式来反映生活、表现人生的舞台表演艺术。舞剧是一种大型的舞蹈表演形式,它可以运用独舞、双人舞、群舞及组舞等多种舞蹈手段来塑造内涵丰富的人物性格,表现较为复杂的故事情节。世界各国都有各具独特风格的舞剧。新中国成立后,我国民族舞剧得到很大发展。

◎ 第三节 人体基本方位和各部位名称

一、人体部位方位图

1. 人体各部位名称(图 1-3-1)。

2. 抬腿的角度(图 1-3-2)。

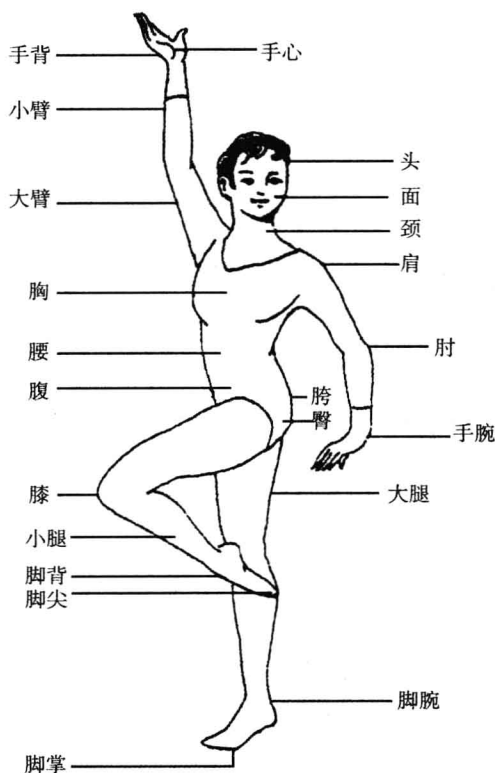


图 1-3-1



图 1-3-2

3. 手的方位(图 1-3-3)。

4. 人体的平面方位(图 1-3-4)。

二、舞台调度图(图 1-3-5)。

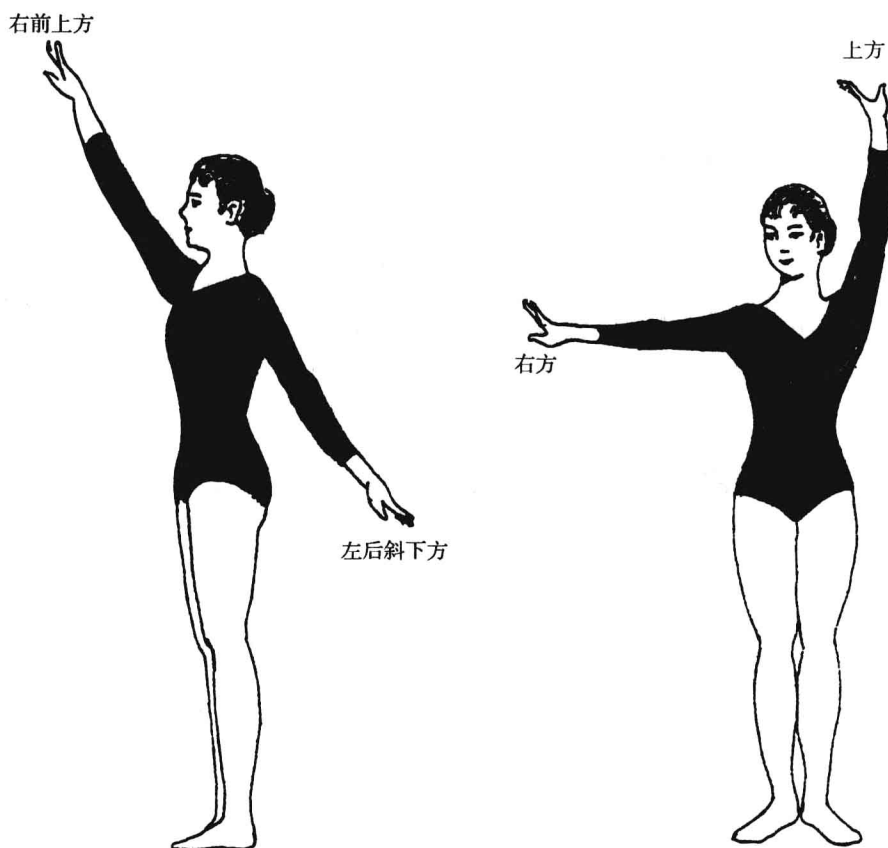


图 1-3-3

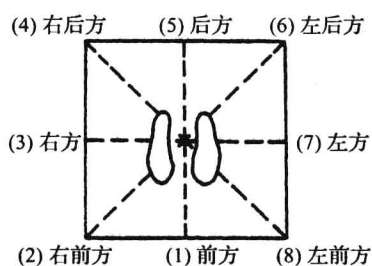


图 1-3-4①

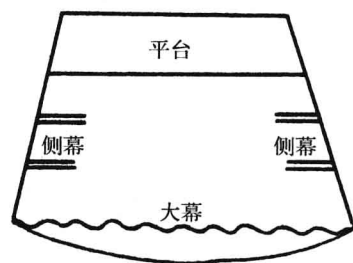
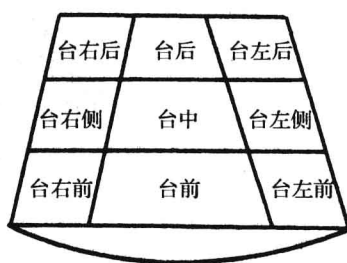


图 1-3-5

三、常用人物符号的记法

1. 常用人物符号

舞蹈记录中常用   等符号表示舞蹈中的不同角色,习惯上用  表示男性舞蹈者,用  表示女性舞蹈者。如果舞蹈者人数多,在队形变化时可加上标号,如 ₁ ₂。

① 图中括号里的数字表示方位,如(1)表示1点,(2)表示2点等。



2. 动作时人物记录符号

- (1)  涂实部分为脑后所朝方向,空白部分为面部所朝方向。
- (2)  表示原地逆时针方向自转一周。
- (3)  表示连续向前转圈。
- (4)  表示先前进,然后退回原位。
- (5)  表示左右横动(先左后右)。
- (6)  表示两人面朝同一方向,里手相拉。
- (7)  表示两人面朝同一方向,体前交叉握手(也称滑冰式)。
- (8)  表示两人右肩相对,互挽右臂旋转。
- (9)  表示两人右肩相对,右臂互挽对方后腰旋转。
- (10)  表示两人面对面双手相拉。
- (11)  表示两人面对面双手交叉相拉。
- (12)  表示两人全朝同一方向,里手相拉高举至头上(也称搭拱门)。
- (13) 图 1-3-6 表示面向圆心,互相拉手成一圆。
- (14) 图 1-3-7 表示呈双圈面朝逆时针方向(也称顺圈方向)站好。

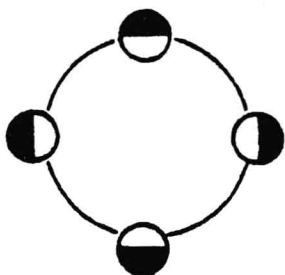


图 1-3-6

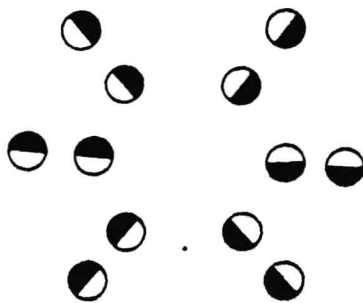


图 1-3-7

四、常用舞蹈队形图

1. 进行队形

- (1) 图 1-3-8 表示走圆形。
- (2) 图 1-3-9 表示走方形。
- (3) 图 1-3-10 表示走“之”字形。
- (4) 图 1-3-11 表示走斜排。
- (5) 图 1-3-12 表示走弧线形。
- (6) 图 1-3-13 表示走半圆形。
- (7) 图 1-3-14(1)表示走插花队形。



图 1-3-8



图 1-3-9



图 1-3-10

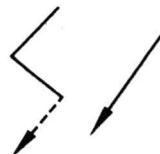


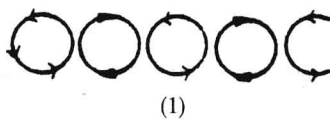
图 1-3-11



图 1-3-12



图 1-3-13



(1)

图 1-3-14



(2)

(8) 图 1-3-14(2)表示走龙摆尾队形。

(9) 图 1-3-15 表示走蜗牛队。

(10) 图 1-3-16 表示走八字队形(正、反八字形)。

(11) 图 1-3-17 表示走十字队形。

(12) 图 1-3-18 表示走相对字形。

(13) 图 1-3-19 表示围绕圆心走推磨形。

(14) 图 1-3-20 表示里外圈(或单双数)舞蹈者在圈上对穿(也可以斜穿错位)。



图 1-3-15



图 1-3-16



图 1-3-17



图 1-3-18

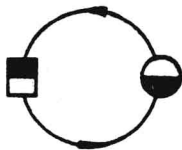


图 1-3-19

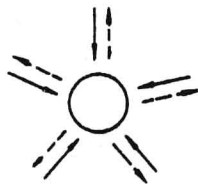


图 1-3-20

(15) 图 1-3-21 表示前后排走穿花缝队形。

(16) 图 1-3-22 表示走圆心辐射队形。

(17) 图 1-3-23 表示走圆心会聚队形。

(18) 图 1-3-24 表示走二龙吐须队形。

(19) 图 1-3-25 表示两人走套圈队形。

(20) 图 1-3-26 表示双圈队圆上形走斜穿队形。

(21) 图 1-3-27 表示走双圈反转队形。

(22) 图 1-3-28 表示走车轮转队形。

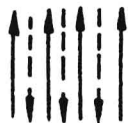


图 1-3-21

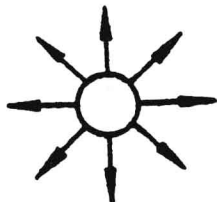


图 1-3-22

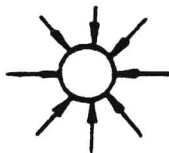


图 1-3-23

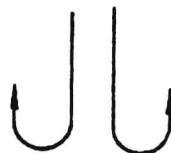


图 1-3-24



图 1-3-25



图 1-3-26



图 1-3-27



图 1-3-28

2. 静止队形

- (1) 直行(图 1-3-29)。
- (2) 横排(图 1-3-30)。
- (3) 斜排(图 1-3-31)。
- (4) 半圆形(图 1-3-32)。
- (5) 菱形(图 1-3-33)。
- (6) 三角形(图 1-3-34)。



图 1-3-29



图 1-3-30



图 1-3-31



图 1-3-32

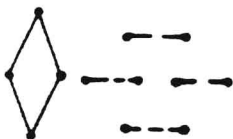


图 1-3-33



图 1-3-34

◎ 第四节 舞蹈常用术语

在学习舞蹈的过程中,必然会接触一些专业舞蹈术语。由于舞蹈术语很多,这里只介绍我们必须掌握的部分术语。

1. 主力腿

主力腿指动作过程中或形成姿态时,支撑身体重心的一条腿。它同动力腿的配合对身体平衡以及动作姿态的优美起着重要的作用。

2. 动力腿

动力腿指动作过程中或形成姿态时,非重心支撑的一条腿。动力腿可做各种屈伸、摆动等动作。

3. 起泛儿

起泛儿也叫起势,指动作前的准备姿态,技巧前的准备动作。

4. 韵律

韵律是指舞蹈动作中人体运动的自然规律造成的欲左先右,欲纵先收,以及动与静、上与下、高与低、长与短等辩证的规律,是较难掌握的一种动作因素。

5. 身段

身段是演员在舞台表演或训练中,各种舞蹈形体动作的统称,包括从简单的比拟手势到复杂的武打技巧。如坐、卧、行、走、甩袖、亮相等,都称为身段。

6. 节奏

节奏是指节拍快慢的规律,如节拍的强弱、变化及交替出现等。节奏为旋律的骨干、乐曲结构的基本因素,也是舞蹈动作的基本要素之一,一切舞蹈动作均在一定节奏下进行。

7. 造型

造型是塑造人物外部形象的艺术手段之一。在舞蹈中人们将雕塑性强的动作姿态称为“造型”。

8. 亮相

亮相是指剧中主要人物第一次上场(有时也用于下场),或一段舞蹈、武打完毕之后,在一个短促的停顿中所做的姿态。

9. 舞蹈动作

舞蹈动作是指经过提炼和美化了的,有节奏、有规律的人体动作,是舞蹈艺术的主要表现手段。

10. 舞蹈语言

舞蹈语言也是舞蹈动作的别名,它由单一或几个舞蹈动作组合而成,具有一定含义。舞蹈语言既包含有一定意义的简单舞蹈动作,又包含较长的动作组合。

11. 舞蹈组合

两个以上的舞蹈动作被组织联合在一起形成一组新的动作称为组合。它包括最简单的性质单纯的动作连接,也包括最复杂的各种不同性质的动作组合,它是用来达到某种训练目的或是为了表现一段舞蹈思想内容的手段。

12. 舞蹈语汇

舞蹈语汇是若干不同的舞蹈动作汇聚起来,为表达舞蹈作品的主题内容而形成的舞蹈语言的总称。

13. 主题动作

主题动作是指一个舞蹈或一个舞蹈形象的核心动作,是从音乐主题一语演绎而来的。音乐主题在音乐创作中反复再现,不断重复加深听者印象。舞蹈中的主题动作也可以采取不断重复和再现的手法,它是为突出舞蹈主题思想和塑造典型舞蹈形象服务的。

14. 舞蹈结构

舞蹈结构指舞蹈作品的组织方式和内部构造。编导根据对生活的认识和舞蹈素材的理解,按照塑造形象和表现主题的需要,运用舞蹈及其他各种艺术表现手法,对一系列生活材料、人物形象、事件情节等分别加以安排和组织,使其既符合欣赏规律又适应舞蹈作品体裁的要求,达到舞蹈艺术上的完整和谐。

15. 舞蹈构图

舞蹈构图是指舞蹈表演中由舞蹈演员的舞姿、运动路线、队形及队列运动形成的画面和图形。舞蹈构图与舞蹈节奏、舞蹈韵律都是构成舞蹈的基本要素。

第五节 舞蹈记录知识

舞者收集创编、教学和训练资料,以及进行舞蹈交流,均需要了解和掌握一定的舞蹈记录方法。

舞蹈作品的记录至今尚无统一的方法,使用的名词术语也不尽相同。目前比较简便、实用的记录方法是通过文字记述、曲谱和图示等相结合的方法,把舞蹈作品的全貌记录下来,其内容包括舞蹈的内容简介、舞蹈音乐、基本动作、场记和舞台美术五部分。



1. 内容简介

内容简介是用简练、生动的文字,将舞蹈作品的主题思想、时代背景和人物思想感情、性格气质,以及主题所设置的典型环境和主要情节介绍清楚,以便编导、排演者准确地表达主题思想。作为舞蹈教材还应写出教学目的与教学提示。

2. 舞蹈音乐

舞蹈音乐一般只需用简谱记录主旋律。如果有几首乐曲就按顺序将其编为“曲一”、“曲二”……为了便于场记记录,在主旋律谱上标出小节数;若有歌词和乐曲,也可用歌词来代替小节数,记上歌词和句数。记录音乐时,必须在乐谱上标明要求,如表情术语、力度、速度等。乐曲的演奏顺序、遍数,伴奏用的乐器及音响效果等,则可用文字在乐谱上加以说明。

3. 基本动作

基本动作主要是记录舞蹈作品中反复出现的一些动作或较难的动作。常见的基本动作记法,是按照每个基本动作在舞蹈中出现的先后次序,用详细的文字(如动作名称和节拍、身体方位、人体重心、动作起止路线以及跳法等)说明并配上插图。

在记录人体各部位的动作时,一般都是先记脚、腿,再记手臂、躯体和头部的动作。

当记录脚、腿动作时,哪条腿先动就先记哪个。手臂的动作也是如此。记录下一拍动作时,如果手或腿保持上一拍动作的姿态而没有变化,则可省略不记。

当记录躯体和头部的动作时,躯体拧向一侧或前合后仰,以及头部的方向和身体方向不一致或有明显动作时,必须加以说明。没有明显变化,可以省略不记。

还有一些四拍音乐一遍的舞蹈动作,第一、二拍用一只脚和手做一个动作,第三、四拍换另一只脚和手做同样的动作,只是方向相反而已,这样可简单地记成“第三、四拍:动作同第一、二拍,方向相反”即可。有的动作脚、腿部分相同,而手臂动作稍有变化,只要将手臂动作的变化加以注明,不必详记基本动作。

配有插图时,应画得准确,再配以简明的文字说明,图文结合,易于理解。

4. 场记

场记是通过文字说明及必要的动作插图,把舞蹈的情节、动作、造型、队形、演员的位置变化、舞台调度、表演要求等,分段记录下来,比较完整地反映舞蹈的表演过程。

5. 舞台美术

舞台美术包括化妆、服装、道具、布景、灯光等。它在舞蹈中为人物的活动提供典型环境,展示时代特征、烘托舞台气氛,协助舞蹈更好地揭示主题和塑造形象。舞台美术的设计可用图画、文字综合记录。

由于舞蹈记录的目的不同,舞蹈作品的特点也不同,所以在记录过程中要从实际情况出发,参照以上记录方法,简述或详述。

学生平时舞蹈课记笔记,可按照教学顺序或所学内容归类记录。笔记前一定要做好复习,笔记时应有对重点、难点、基本动作的分析和教学目的或教学提示的记录。