



北京舞蹈学院
BEIJING DANCE ACADEMY



*Terminology Dictionary
of Long-Tasseled Sword Dance
in Chinese Classical Dance*

中国古典舞
长穗剑舞术语词典

北京舞蹈学院纪念建校60周年系列丛书

北京市教育委员会科技创新平台项目

辽宁省教育厅人文社会科学研究项目



孙力 本卷主编

SMPH
上海音乐出版社
SHANGHAI MUSIC PUBLISHERS

4J0611



北京舞蹈学院
BEIJING DANCE ACADEMY



*Terminology Dictionary
of Long-Tasseled Sword Dance
in Chinese Classical Dance*

中国古典舞长穗剑舞术语词典

北京舞蹈学院纪念建校60周年系列丛书
北京市教育委员会科技创新平台项目
辽宁省教育厅人文社会科学研究项目



孙 力 本卷主编
王 楠 本卷副主编

图书在版编目(CIP)数据

中国古典舞长穗剑舞术语词典 / 孙力本卷主编; 王楠本卷副主编
- 上海: 上海音乐出版社, 2014.12

ISBN 978-7-5523-0680-4

I. 中… II. ①孙… ②王… III. 古典舞蹈-名词术语-中国-词典 IV. J722.4-61

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 235941 号

书 名: 中国古典舞长穗剑舞术语词典

本 卷 主 编: 孙 力

本卷副主编: 王 楠

出 品 人: 费维耀

责任编辑: 黄惠民 朱沛琪 (见习编辑)

封面设计: 周艳梅

印务总监: 李霄云

出版: 上海世纪出版集团 上海市福建中路 193 号 200001

上海音乐出版社 上海市绍兴路 7 号 200020

网址: www.ewen.cc

www.smph.cn

发行: 上海音乐出版社

印订: 上海书刊印刷有限公司

开本: 787×960 1/32 印张: 3.5 插页: 2 图、文: 112 面

2014 年 12 月第 1 版 2014 年 12 月第 1 次印刷

印数: 1-2,000 册

ISBN 978-7-5523-0680-4/J·0611

定价: 18.00 元

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

主编 邓佑玲

执行主编 金 浩



孙力

1978年毕业于沈阳音乐学院文训班京剧表演专业。现任沈阳音乐学院大连校区党总支副书记、舞蹈系主任、教授、硕士研究生导师，中国舞蹈家协会会员，辽宁省舞蹈家协会理事。拥有三十余年专业教学经验，曾多次在省部级以上的舞蹈大赛中获指导教师奖，并发表学术论文二十余篇。近年来，潜心研究中国古典舞长穗剑舞，主持完成了院级科研项目“中国古典舞之长穗剑舞的课程构建”，课题“长穗剑舞课程的构建研究”获批辽宁省教育厅人文社会科学研究项目。



王楠

现任沈阳音乐学院大连校区舞蹈系主任助理、中国古典舞教研室主任、副教授，中国舞蹈家协会会员，辽宁省舞蹈家协会会员，大连市舞蹈家协会理事。拥有二十余年专业教学经验，曾多次在省部级以上的舞蹈大赛中获创作奖、园丁奖、指导教师奖，并发表学术论文十余篇。2012年开始参与辽宁省教育厅人文社会科学研究项目“长穗剑舞课程的构建研究”。

《中国古典舞长穗剑舞术语词典》
编辑委员会

主 编：孙 力

副主编：王 楠

编 委：阎生姓 张 圣 孙艺萌

马 俏 赵广沂 杨月晴

图片拍摄：李光阳

图片示范：赵广沂 李诗璇 李诗蓉



总序

在中西文化发展长河中，人类创造了无穷无尽的身体律动的方式和形态，在审美体悟的最高境界，人类身体的律动应该是可以理解和共感的。但是在现代学校舞蹈教育和人们的日常生活中，为便于教学和交流的需要，则要求教育者和研究者把只可意会不可言传的，超越文字符号和声音符号的舞蹈用可视、可听、可读、可记录、可传播的语言文字加以记录和解读。在人类已进入信息社会，文化高速发展和全球文化信息共享的今天，一方面各舞种、各流派或分流，或融合，或专业，或民间，舞蹈文化得到极大地丰富和发展，另一方面也衍生出了大量的舞蹈名词和术语，舞蹈的专业从业者、爱好者也与日俱增。无论是业余舞蹈爱好者，还是舞蹈演员、教师、学生或者相关研究人员，在其舞蹈生活中无疑都需要可供言说舞蹈的术语工具。尽管舞蹈的本质有其非语言、不可言说性，但我们在探索研究舞蹈文化与进行艺术实践时，还必须借助语言文字和文献资料。否则，舞蹈只会停留在口传身授、单纯模仿、感性体悟的直观认识阶段，而无法准确掌握独特的风格特性和舞蹈艺术发展的规律性，更无法在前人的宝贵经验基础上积淀文明，推陈出新。舞蹈专业术语不仅是记录舞蹈文化的重要历史材料，也是开展科学、规范、高效的现代舞蹈教育和理论研究的需要。为满足这一需求，我们编写了“舞蹈术语词典”丛书，作为舞蹈艺术专业的一套工具性书籍。

这套“舞蹈术语词典”与以往词典类书籍的不同之



处，一是不同舞种分类撰写。根据各个舞种不同的发展历史和表现方式，对每一舞种做尽可能详细的文字介绍并辅以图片，而不仅限于总结专业术语。除了中国古典舞，还纳入现代舞、国标舞、音乐剧以及时下流行的街舞等等。二是注重理论与舞蹈教育实践相结合，语言通俗易懂，反映了各个时期舞蹈艺术实践和理论研究的成果，不但具有一定的文献价值、史料价值，而且融知识性、学术性与可读性于一体，可以为舞蹈工作者、舞蹈爱好者和研究人员提供参考，也可以作为社会大众快捷了解舞蹈艺术的工具书。三是开本轻便小巧，便于携带和使用。

参与编写的几位作者都是该领域的专业教师和研究者，有长期开展专业舞蹈教育教学的经验和专业知识，他们在繁重的教学、研究工作之余，克服种种困难完成了编写任务。呈现在读者面前的小手册，虽还有不尽如人意之处，但我们愿与更多舞蹈同仁一道进一步将它完善和丰富。

文化艺术是一个民族素养和文化软实力的核心，艺术如水，滋润身心，心灵的滋养和文化力的提升都要靠长期积累，对于不可言说、转瞬即逝的舞蹈文化艺术来说，作为舞蹈文化知识体系的积累尤为必要，舞蹈术语词典的编纂正是这一努力的见证。

主 编

2014年9月



编写说明

一、《中国古典舞长穗剑舞术语词典》的编写，是根据古典舞身韵体态及动态韵律的特点，按照长穗剑的运行轨迹及动律，对剑法、穗法、典型舞姿等基本概念进行阐述和分析。在说明时，尽量统一使用古典舞身韵的专业术语。

二、本词典图文并茂，文字的描述与图片紧密结合，增强其形象性，易于掌握理解。

三、词典中归纳的剑法和穗法，是依据剑与穗之间你行我走、相互连带的特殊关系，和具有一定训练价值和意义归纳整理而成的部分训练内容。

四、本词典在进行动作过程描述时，“经”指一个动作完成的过程；“至”指一个位置转换成另一个位置；“上弧线”指经上方的运行路线；“下弧线”指经下方的运行路线；“手臂的内旋”指手臂按逆时针方向旋转；“手臂的外旋”指手臂按顺时针方向旋转；“前肩搭穗”是由身前搭；“后肩搭穗”是由身后搭。

五、文字说明一般是从准备动作（由左手持剑或右手握剑）开始，然后说明剑、穗的先行关系及运行轨迹，最后描述动作的截止位置。

六、所有准备动作的持、握法，是基于剑、穗运行时能够以正确运动规律来引导规范的剑法、穗法的形成而叙述。

七、主要剑法常用的连接剑法，是指剑与穗在相互配合运动时形成的剑法连接。穗法与剑法的常用连接，



是指穗法形成同时连接的剑法。

八、本词典中长穗剑舞的典型舞姿是根据整理出的穗法特征，依据剑穗通过身体不同的位置和运用的方法，结合古典舞舞姿而创编的。



目录

总序	1
编写说明	1
一、长穗剑构成说明	1
二、长穗剑和剑穗的选择标准	2
三、剑的基本形态	3
立剑	3
平剑	3
竖剑	3
垂剑	4
四、持剑、握剑	5
1. 持剑	5
2. 握剑	6
正握	6
反握	6
仰握	6
俯握	7
虚握	7
实握	7
五、剑指	9
1. 剑指规格	9
直指	9
立指	9
2. 剑指作用	10
六、基本脚位	11



1. 脚位	11
八字步	11
大八字步	11
丁字步	12
大丁字步	12
踏步	12
前点步	13
旁点步	13
后点步	14
前弓步	14
旁弓步	14
扑步	15
掖步	15
七、剑法	17
1. 艺术特征	17
2. 训练价值	17
3. 训练目的	18
4. 主要剑法	19
挂剑	19
拧身挂剑	19
挂剑花	20
屈臂挂剑花	21
撩剑	22
拧身撩剑	22
撩剑花	23
曲臂撩剑花	23
穿背花	24
背剑花	25



云剑	26
掰腕云剑	26
盘腕云剑	27
头顶云剑	27
倒把剑	28
单手倒把（钳指）	29
身前倒把	29
身后倒把	30
头上倒把（立圆）	31
头上倒把（平圆）	32
拧身倒把	32
涮腰倒把	33
5. 辅助剑法	34
掖剑	34
点剑	35
崩剑	35
抹剑	36
提剑	36
削剑	36
抱剑	37
穿剑	37
刺剑	38
扫剑	38
架剑	39
压剑	39
抽剑	39
搅剑	40
提拉剑	40



盘剑	41
八、穗法	42
1. 艺术特征	42
2. 训练价值	42
3. 训练目的	43
4. 主要穗法	43
抓穗	43
身旁抓穗	43
身后抓穗	44
肩上抓穗	44
身前抓穗	45
头上抓穗	45
搭穗	45
右后肩搭穗	45
右前肩搭穗	46
左后肩搭穗	47
左前肩搭穗	47
右臂搭穗	47
推穗	48
搭肩推穗	48
身旁推穗	48
头上推穗	49
肩上推穗	49
肘臂推穗	49
截穗	50
腿部截穗	50
腰部截穗	50
手臂截穗	51



踢穗	51
前踢穗	51
旁踢穗	51
踮腿踢穗	52
5. 辅助穗法	53
吊穗	53
捋穗	53
绕穗	54
扔穗	54
扫穗	54
扬穗	55
九、典型舞姿	56
1. 艺术特征	56
2. 训练价值	56
3. 训练目的	58
4. 典型舞姿	58
卧鱼	58
卧鱼左后肩搭穗【俯拧】	58
长卧鱼头上抓穗【拧仰】	59
单腿跪	59
单跪左后肩搭穗【俯拧】	59
单跪左前肩抓穗【仰身】	59
单跪身后抓穗【仰身】	60
单跪腰部截穗【拧倾】	60
单跪扬穗【旁提】	60
踏步蹲	61
踏步蹲左前肩搭穗【旁提】	61
踏步蹲右后肩搭穗【拧身、旁提】	61



踏步蹲身前抓穗【横拧】	61
双腿舞姿	62
扑步左后肩搭穗【俯拧】	62
旁弓箭步左肩搭穗【拧仰】	62
旁弓箭步身后抓穗【旁倾】	62
前弓箭步左后肩搭穗【前倾】	63
大掖步右后肩搭穗【拧仰】	63
大掖步左后肩搭穗【拧身、旁提】	63
头上抓穗大掖步【拧仰】	64
大丁字步持剑搭穗【横拧】搭臂	64
左肩抓穗大丁字步【拧仰】	64
左肩搭穗姿态斜腰【拧仰】	65
身前抓穗姿态斜腰【拧仰】	65
并步搭穗	65
身后抓穗前点步【拧身、旁提】	66
单腿舞姿	66
后肩搭穗端腿蹲【俯拧】	66
身前抓穗端腿【拧倾】	66
腿部截穗端腿【旁提】	67
右臂搭穗小射雁【横拧】	67
吊穗小射雁山膀位【横拧】	67
左肩抓穗旁掖腿【拧仰】	68
吊穗旁腿【旁提】	68
抓穗斜探海【俯拧】	68
左肩抓穗软端雁【仰身】	69
右肩搭穗斜探海【俯拧】	69
腰部截穗旁腿【旁提】	69
扬穗旁提后腿【旁提】	70