



北京舞蹈学院
BEIJING DANCE ACADEMY



*Terminology Dictionary of
Street Dance*

街舞术语词典

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



杨亮 编著

 **SMPH**
上海音乐出版社
WWW.SMPH.CN

4J0612



北京舞蹈学院
BEIJING DANCE ACADEMY



*Terminology Dictionary of
Street Dance*

街舞术语词典

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



杨亮 编著

图书在版编目 (CIP) 数据

街舞术语词典 / 杨亮编著 - 上海: 上海音乐出版社, 2014.12
ISBN 978-7-5523-0681-1

I. 街… II. 杨… III. 现代舞蹈 - 名词术语 - 中国 - 词典 IV.
J732.6-61

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 231333 号

书 名: 街舞术语词典
编 者: 杨 亮

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: 1.75 插页: 2 图、文: 56 面
2014 年 12 月第 1 版 2014 年 12 月第 1 次印刷

印数: 1-2,200 册

ISBN 978-7-5523-0681-1/J · 0612

定价: 15.00 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



杨亮

1998 年开始学习街舞, 中国街舞第一代传承者。2001 年至 2005 年就读于北京舞蹈学院, 在校期间创建了北京舞蹈学院第一个街舞社团, 获得“北京高校街舞大赛”个人第一名, 并多次参加中央电视台《舞蹈世界》栏目的录制及 2005 年中央电视台公安部春节晚会。毕业后主要从事街舞教学工作, 师从于国际诸多元老级大师, 熟练掌握街舞各舞种的风格特点及动作特征, 并进一步将自身多年所学系统化、规范化。教学十年中所教授的学生多次获得省级、国家级、世界级奖项。2011 年在北京舞蹈学院开设街舞选修课, 针对全院本科生开设了街舞的五大舞种, 并再次创办街舞社团“BOM CREW”, 努力实践街舞本土化并寻求创新之路。

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 and 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，舞蹈文化得到极大的丰富和发展，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



目录

总序	1
一、基本术语及风格特点	1
1. HIPHOP	1
(1) HIPHOP	1
(2) LA STYLE	2
(3) C-WALK	3
THE “V”	3
SHUFFLE	4
HEELTOE	4
(4) KRUMPIN	4
2. POPPING	5
(1) BOOGALOO	6
POPPING	6
TICKING	6
TIDE WAVE	6
TWIST O FLEX	7
NECK O FLEX	7
MASTER FLEX	7
EGYPTIAN TWIST	7
ROMEO TWIST	7
PUPPET	7
SCARECROW	7
CREEPING	8



TOY MAN	8
OLD MAN	8
MOONWALK&BACKSLIDE	8
WALK OUT	8
ROMAN TWIST	9
FRESNO	9
ROBOT	9
(2) ANIMATION	10
3. BREAKING	11
(1) FREESTYLE	12
TOPROCK	12
GO DOWN	13
FOOTWORK	13
FREEZE	14
(2) POWERMOVE	16
BACKSPIN	16
WINDMILLS	16
SWIPES	16
TURTLES	16
FIARES	16
DRILLS	16
HEADSPIN	16
1990' S	17
2000' S	17
AIRFLARES	17
二、世界赛事及评判标准	19
1. 世界著名街舞赛事	19



(1) BOTY	19
(2) UK.....	19
(3) REDBULL BC ONE	20
(4) JUSTE DEBOUT	20
(5) IBE	21
(6) JAPAN DANCE DELIGHT	21
(7) KOD	22
2. 街舞比赛的评判标准.....	23
附录	27
一、街舞的由来	27
二、其他舞种介绍	29
三、如何欣赏和学习街舞.....	40
结语	48



一、基本术语及风格特点

1. HIPHOP

HIPHOP 已经历了近四十年的发展，是街舞早期的舞种之一，由于起源于派对，所以 HIPHOP 的动作特点是比较放松和随意。它的基础动律我们称之为 UP DOWN，也就是身体上下松弛的运动。UP DOWN 包括身体的两个部分，一个是胸腔，一个是膝盖。胸腔的 UP DOWN 类似于中国古典舞中的含腆。不同的是胸腔在向前的同时向上，也就是前上方，我们称之为 UP。相对应的，胸腔在向后含的同时向下沉，我们称之为 DOWN。膝盖的 UP DOWN 就是自然的下蹲，在站直时注意不要用力向上，而是继续下沉，也可以理解为向下蹲和再向下蹲。UP DOWN 是 HIPHOP 最基础的动律，也相应的存在于街舞的众多其他舞种之中。作为动律的 UP DOWN 应该是松弛的，而不是强而有力的，像我们每个人的呼吸一样，自始至终贯穿于舞蹈之中！

(1) HIPHOP

这里的 HIPHOP 是狭义的，指的是 HIPHOP 里面较为原始的部分，在街舞界我们称之为 OLD SCHOOL，也就是比较久远和传统的部分。发展至今已经形成了规范的教学体系，包括基础动作、风格性动作和组合三个教学内容。传统的 HIPHOP 在动作上延续了之前 PARTY DANCE 的感觉，随意性较强，动作幅度较大，对音乐的



处理没有之后出现的其他风格那么细腻，切分较少。动作以大开大合为主要特点，强调随意性和 DANCE 的感觉。近年来我在很多国外的大师班中经常听到老师这样说：跳舞要先有感觉，后面再学技术。所以，OLD SCHOOL HIPHOP 是 HIPHOP 风格的基础，因为在舞蹈中感觉是最重要的。就像中国民族民间舞一样，动作的难度往往不是制约舞者的难题，风格性才是最难把握的重点。这里也是一样，所以，每一个 HIPHOP DANCER 都应该跳好 OLD SCHOOL HIPHOP，而学习街舞其他风格的舞者也应该好好学习 OLD SCHOOL HIPHOP，因为它可以将街舞的风格深深地烙印在你的身上。

(2) LA STYLE

LA STYLE 是洛杉矶风格的简称。它成形于 20 世纪初，伴随着流行文化的兴起，越来越多的歌手开始在自己的 MTV 中加入舞蹈的部分，这一时期出现了 LA STYLE。它为特定的歌曲进行编排，这一点与传统的 HIPHOP 有很大的不同。传统的 HIPHOP 基本上适合任意风格的 HIPHOP 音乐，因为在节奏处理上没有太多的变化。而 LA STYLE 为某一首歌而编排，所以动作相对于音乐具有唯一性。此外，因为这一时期比较盛行 R&B（节奏和布鲁斯）的音乐风格，所以早期的 LA STYLE 多使用 R&B 音乐，因为 R&B 音乐的风格特点多是在轻柔中带有突然爆发的力量，所以 LA STYLE 的舞蹈动作也极大地体现了这一特点：在延伸中突然收紧，或是在运动中突然停顿静止。此外，由于配合歌曲进行编排，为了突显歌词的连贯性，LA STYLE 在舞蹈中涵盖着大量联系密切的局部肢体动作，由一个部位开始建立一连串的连接，最后延伸舒展开来。在这一点上，LA STYLE 与现代舞极为相似！



(3) C-WALK

C-WALK 是 CRIP WALK 的缩写,中文直译为“瘸子步”。它的出现来源于街舞的另一大要素——说唱。其实街舞在发展过程中与说唱一直联系紧密,无论在早期或直至今日,依然有非常多的舞者用说唱乐跳舞。而 C-WALK 的诞生正是源于早期的说唱歌手。因为在早期,说唱歌手与舞者是不在同一时段出现的。一般在派对中音乐的间隙也就是大家休息的时段,说唱歌手会出来烘托气氛。但派对的主题永远是舞蹈,所以说唱歌手总是没有舞者那么受人瞩目。这时一部分说唱歌手开始在说唱时试着加入一些简单的舞步,但由于手上有麦克风,所以没有办法加入上肢的动作,只是简单的步伐。这样,C-WALK 就形成了最初的三个基本步伐——THE “V”,SHUFFLE 和 HEELTOE.

THE“V”

顾名思义,就是双脚无论怎样变化,脚尖和脚跟始终保持英文字母中“V”的形状。(图1—图3)



图1



图2



图3



SHUFFLE

双脚重心始终保持在前脚掌上，前后交替移动，每次前脚向后移动时有轻微的上提，使动作看起来像是漂浮在地面之上的。(图4)



图4

HEELTOE

双脚始终保持前后支撑地面，前脚脚跟和后脚脚尖，以前或后为支点另一只脚横向移动。(图5)



图5

这三个步伐使得说唱歌手们能在说唱时跳舞，在当时大为风靡。街舞舞者将其发展，利用基础的三个步伐演出丰富的变化，使得如今的 C-WALK 速度极快，变化极多，令人眼花缭乱。

(4) KRUMPIN

KRUMPIN 在 HIPHOP 中，与其他风格的差异最大。这种舞蹈的起源可以追溯到非洲的一些原始部落中。湊在



男子即将成年的时候，部落中会举行一些特别的仪式，这些仪式表现了从男孩到男人的转变中所必须具备的本领和必须履行的职责。其中便包括狩猎、角斗还有战斗，所以 **KRUMPIN** 在舞蹈中所表现最多的就是暴力 and 对抗，动作凶狠，神情严肃，几乎每一个动作都有其特定的意义。例如 **KILL OFFS**，用双手在脖子前由交叉横向抹开，表示杀掉面前的所有敌人，又比如 **SPEED GAIN** 这个动作，单手快速向前击打，类似拳击手在练习击打沙袋，完全是一种攻击性的动作。在 **KRUMPIN** 的比赛中，这种对抗性体现得尤为明显。某一瞬间观众会感觉到这不是一场舞蹈比赛，而是一场没有身体接触的斗殴。关于 **KRUMPIN** 这种舞蹈，更多详细的介绍大家可以参考一部纪录片“**RIZE**”中文译为《街舞风雷》。(图 6)



图 6

2. POPPING

POPPING 在国内被译为“机械舞”，这并不准确，因为 **POP** 只是形容肌肉在最短的时间内从放松到收紧的一种视觉效果，也就是达到所谓的“暴突”。况且 **POPPING** 包含太多的风格，“机器人”只是其中一个，所以直译为“机



械舞”不是很适合。国内之所以有这样的翻译可能是因为 POPPING 发展的早期，ROBOT 这个风格在表演中出现的频率较高，所以 POPPING 被误认为就是模仿机器人的舞蹈了。

现在我们所知道的 POPPING，LOCKING，BREAK DANCE，都是属于 FUNK STYLE，所以它们有一个共同的特点，就是以 PARTY DANCE 为舞蹈基础，以 UP（向上）为感觉重点的舞蹈。

POPPING 风格的起源来自于 BOOGALOO。可以说先有 BOOGALOO，后来才出现了 POPPING。有人说 BOOGALOO 是一种感觉，但是实际上它是一种集合了十几种风格为一体的舞蹈。我们现在所说的 POPPING 这个舞种，在广义上就包含了两大风格：BOOGALOO 和 ANIMATION。

（1）BOOGALOO

BOOGALOO 是 POPPING 的前身，创始人是美国的 BOOGALOO SAM，也是最著名的 POPPING 团体 EB（ELECTRIC BOOGALOOS）的创始人。BOOGALOO 包含十四种风格，包括：

POPPING

通过肌肉的震动产生暴突的舞蹈效果。

TICKING

同样是靠肌肉震动产生效果，但是在同等时间内双倍的震动，是 EB 观察秒针一格一格的运动得来的。

TIDE WAVE

身体或四肢像潮水或是波浪一样的流动。其中 WAVE 包括手指、手、小臂、手臂、身体、腿，既可以连接在一起，也可以分段自主运动。



TWIST O FLEX

动作特点以扭曲为主要的视觉效果，身体分段进行拧转。

NECK O FLEX

由于 NECK 是脖子的意思，所以这个动作也就是头和身体配合转动。

MASTER FLEX

这里的 MASTER 的意思不是老师或是大师，而是“僵尸”的意思，全身由上到下依次进行拧转。

EGYPTIAN TWIST

模仿埃及壁画里的人物形象而创造，运用了扭曲的感觉。

ROMEO TWIST

通过脚尖和脚跟的变换来改变身体的重心，配合身体将脚移动出去。

PUPPET

模仿提线的木偶人得来的舞蹈风格。做这个风格的时候身体是放松的，不需要做 POP。感觉是被别人用线提着操作自己的所有关节来运动。

SCARECROW

模仿稻草人展开双臂在风中摇曳的感觉，据说是从卡通片里得到的灵感而创造出来的。（图 7）



图 7