

苏联民間舞蹈 基本訓練

特卡勤科編著

苏联民間舞蹈基本訓練

T·特卡勤科編著

鮮繼平 韓紹淦 楊修蘭譯

艺术出版社

一九五七年·北京

內 容 說 明

本書是苏联 T·特卡勤科編著的“民間舞蹈”中的基本訓練部分。原文于1954年由苏联國家藝術出版社出版，曾經苏联文化部藝術事業总局教育处批准作为舞蹈学校和戲劇学院舞蹈系的教学参考書。

本書包括“民間舞蹈”中的总序，全面地介紹了苏联各民族民間舞蹈的發展情况；舞蹈和动作的記錄方法；舞蹈动作的基本訓練（把干練習）；教員的任务；課程進度等。文字說明很精確、細緻，插圖很多，容易看懂。可供專業和業余的舞蹈团体作業訓練之用；也可以作为舞蹈愛好者業余自修的材料。

艺术出版社出版

（北京東四頭條胡同4號）

北京市書刊出版業營業許可證出字第 058 號

机械工業出版社印刷厂印刷 新华書店發行

*

書号55 字數 86,000 开本850×1168 $\frac{1}{32}$ 印張 $3\frac{3}{4}$ 插頁2

1957年7月北京第1版 1957年7月北京第1次印刷

印數 0001—2600 冊

定价 70.45 元

总 序

民間舞蹈在世界藝術史上，任何地方与任何时期都沒有达到过像我們苏維埃國家这样繁荣。團結在共產党旗帜下的各民族，为發展自己多民族的藝術獲得了廣闊的可能性。甚至像哈薩克斯坦、吉尔吉斯和土庫曼这些在日常生活中舞蹈并不普遍的國家里，也出現了民間舞蹈。在它們的城市或鄉村中，沒有舞蹈小組的俱乐部是不存在的。在各共和國的業余藝術会演以及以后的全苏業余藝術会演上，我們常常可以看到这种舞蹈小組最优秀的成員参加演出。

只有在我們的条件下，才可能建立起許多卓越的專業民間舞蹈团，以及細致地搜集民間創作，并在这一基礎上創造出美妙的舞蹈藝術形式。苏联的舞蹈巨匠們，如苏联人民演員И·莫伊塞耶夫，俄罗斯苏維埃联邦社会主义共和國功勳藝術活动家Т·烏斯季諾娃，俄罗斯苏維埃联邦社会主义共和國功勳藝術活动家П·維爾斯基，Н·納杰日金娜，О·克涅捷娃，格魯吉亞苏維埃社会主义共和國功勳藝術活动家Д·卓烏里史維里，格魯吉亞苏維埃社会主义共和國人民演員И·苏希史維里，烏克蘭苏維埃社会主义共和國人民演員В·弗拉斯基，Ю·林吉斯，卡列里芬蘭苏維埃社会主义共和國功勳演員В·科諾諾夫等在这一領域中進行着巨大而富有成果的工作。

在這一領域中按實質來說是從事着重大科學研究工作的民間創作之家，也同樣地進行着這一巨大而必要的工作。他們一方面到蘇聯那些最邊遠的角落去組織專門調查，一方面蒐集民間的創作形式，並且以這些形式來豐富專業藝術。

也有相反的現象：專業舞蹈家們也通過這些組織來幫助業餘藝術的成長和發展。他們領導着舞蹈小組，參加民間創作會演，並舉辦有關舞蹈文化的討論和演講。

民間舞蹈對蘇聯古典芭蕾舞有巨大而積極的影響。在偉大的十月社會主義革命以前，無論是劇院或舞蹈學校對民間舞蹈都抱以輕視的態度。在舞台上表演的只是些歪曲成為“高尚的”所謂“代表性”舞，假充俄羅斯風格的各種舞蹈等等。這些舞蹈與民間舞蹈的距離是極遠的，它的使命只不過是使宮廷貴族和資產階級“上層”觀眾開心取樂而已。

只有在十月革命以後，芭蕾舞的工作者才轉而研究民間藝術。目前民間舞蹈在各舞蹈學校中已被列為必修課程。蘇聯的舞蹈導演們已創造出許多新的芭蕾舞劇，這些舞劇中的舞蹈是基於那些曾使古典舞豐富起來的真正的民間材料。這些舞劇曾取得觀眾的充分讚賞，同時也經受了時間的考驗。例如，還在一九二七年時，舞劇“紅罌粟”中著名的“小蘋果”（Яблочко）就已經很引人注意了（小蘋果是芭蕾舞劇“紅罌粟”中之一段俄羅斯民間舞——譯者注）。這是作曲家和舞蹈導演所創作的現代俄羅斯民間舞蹈第一次出現在大劇院的舞台上。根據俄羅斯民間題材上創作了芭蕾舞劇“村姑小姐”（Барышня-крестьянка）和“青銅騎士”（Медный всадник）。在芭蕾舞劇“巴黎的火燄”（Пламя Парижа）中是運用了一七八九年法國革命時的音樂和舞蹈；在“巴赫齊薩拉伊水泉”（Бахчисарайский фонтан）中就

表現了波蘭和韃靼的民間舞蹈；“高加索的俘虜”（Кавказский пленник）就是以真實的契爾克斯克民間創作作為舞蹈基礎的；芭蕾舞劇“群山之心”（Сердце Гор）是在格魯吉亞民間舞蹈材料的基礎上創作的；斯大林納巴德的“列依利與麥支農”（Лейли и Меджнун）是用塔吉克的材料所構成的，而里加的“自由的薩克塔”（Сакта Свободы）則是由拉脫維亞的材料中所整理出來的；具有現代蘇維埃主題的立陶宛芭蕾舞劇“海岸上”（На берегу моря）是以立陶宛民間舞蹈作為基礎的。這樣的例子可以說還很多。現代蘇聯舞蹈導演們正仔細地研究自己祖國的民間舞蹈創作，用它來豐富自己的表演，正由於這樣，這些表演已使廣大羣眾易于接近和了解。

民間舞蹈在舞蹈演員和導演創作素養的形成上具有決定性的意義。本書在今後的民間舞蹈研究事業上盡力地貢獻出它的一份力量。

戰前出版的А·В·史里耶夫，А·И·保卡洛夫和А·В·羅卜赫夫的“代表性舞蹈”一書已奠定舞臺民間舞蹈教學法制訂的基礎。

本書——Т·С·特卡勤科所著的這本“民間舞蹈”的任務是對蘇聯民間舞蹈的豐富性提供出一般的概念，說明十六個加盟共和國舞蹈之不同特點及其民族風格。當然不可能要求本書把這個問題能做到充分地詳盡無遺地闡明。蘇聯的民間舞蹈藝術是如此的豐富而多樣化，以致在一部作品中要全面地闡明它並介紹出一切舞蹈的性質以及描繪出所有的舞蹈動作來，是不可想像的。著者僅從最豐富的民間舞蹈創作寶庫中，把它最有代表性的個別例子提出來供讀者參考。

本書目的是使這些舞蹈材料得以系統化，並確立在舞蹈學校

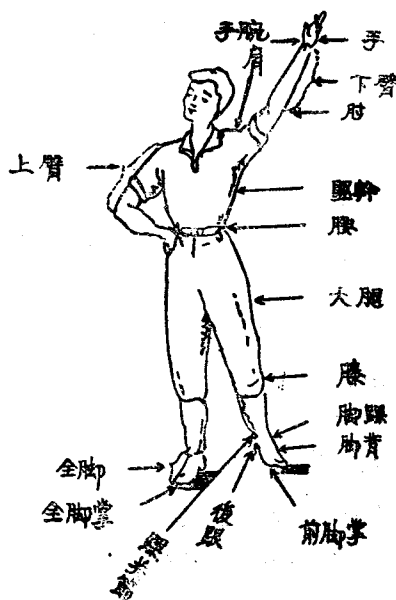
中研究这些舞蹈的一般原則。我們推荐本書作为舞蹈学校教师 and 業余团体舞蹈導演之参考書，以及作为一切对于民間舞蹈問題有兴趣的人們的参考書。

国立A·B·盧那察尔斯基戏剧艺术学院舞蹈教研室主任、
俄罗斯苏維埃联邦社会主义共和国人民演員、教授

P·扎哈洛夫

舞蹈和动作的記錄

由于舞蹈記錄方法制定得不完善，动作的術語还没有明确規定，我們認為必須將我們过去使用的記錄法与術語的基本原則加以說明，这样可以幫助讀者了解所記錄的动作和舞蹈。这里所提出的記錄方法基本上是与全苏人民創作室相一致的。



手臂

手臂的位置和姿勢

表演者的双手对于自己來說可以有四种基本方向，現將手的位置規定如下：

开始位，手的方向：向下面

第一位，手的方向：向前

第二位，手的方向：向兩側

第三位，手的方向：向上

手的方向朝后的情形，实际上很难行得通，就不算作是一种位置了。



开始位



第一位



第二位



第三位

对于本教材的各篇來說，手的位置作了統一規定，但在各加盟共和國的舞蹈中則帶有其独具的特点，关于这些特点將在適當的篇幅中來說明。

与手的位置相反，手的姿勢是極其多样化并具有各种特点的，因而將在每一篇內單獨加以說明。

按其性質來說，手的姿勢可以分为下列几类：

簡單姿勢：手的位置是对称的，即一只手与另一只手相同。

复雜姿勢：一只手与另一只手放的位置不同。

組合姿勢：一只手放在基本位置中的一个位置，另一只手放在另一位置或放在所講过的簡單姿勢中的一个位置。

手的复雜姿勢和組合姿勢通常具有兩個方向：向右和向左。在某一姿勢下，手臂从“向右”的方向移动到“向左”的方向或相反的情形时，我們称为手的方向变换。

手 臂 动 作

手臂抬起（例如，从开始位到一位，二位，三位等等）。

手臂打开（例如，从一位到二位）。

手臂移动（例如，从二位到一位）。

手臂向右或向左移动。

手臂移向后面。

手臂下垂。

下 臂 动 作（在肘關節处）

下臂抬起或下垂。

下臂轉动，同时手掌时而轉向上，时而轉向下。

手臂在肘处弯曲。

手臂在肘处微曲。

手臂在肘处弯曲成圓弧形。

手臂在肘处伸直（直）。

手臂在肘处綑直。

手 的 动 作

手在腕处弯曲（在撓腕關節处），具有下列姿勢。



手上翘(豎立)



手微抬起



手直



手微下垂(略微弯曲)



手下垂(用力下弯)

手臂的迴旋动作

手的迴旋动作可以这样做:

- 1) 肩部的旋轉,
- 2) 肘部的旋轉,
- 3) 撓腕關節处的旋轉。

手臂在肩部和在肘部的旋轉决定于动作的开始, 可以这样做: 向上——向右, 向上——向左, 向下——向右, 向下——向左。

手在撓腕關節处可以循着两个方向旋轉——“朝自己”的和“离自己”的, 手的結束位置决定其是“朝自己”的或“离自己”的。

“朝自己”的——手旋轉終結时強調手掌的姿势是“朝自己”的。(朝表演者自己, 即向内)

“离自己”的——手旋轉終結时強調手掌的姿勢是“离自己”的。（离表演者自己，即向外）

脚

脚的位置

舞台民間舞蹈中所采用的脚的位置与古典舞相同。但是这些位置做起來有少許不同，即比古典舞向外开得較小一些。

除此之外，舞台民間舞蹈中除了脚向外开的位置之外，还可以有下列位置：

- 1) 平行第二位和第四位，其中兩脚尖都是向前的；
- 2) 反向第一位和第二位，其中兩脚尖都是向內的，即兩脚尖是相对的。

最后，在舞台民間舞蹈中还采用了脚的第六位，其叙述如下：



第一位



反向第一位



第二位



平行第二位



反向第二位



第三位



第四位



平行第四位



第五位



第六位

脚的位置叙述如下：

第一位——兩脚跟并攏，兩脚尖均等地，即对称地向兩旁分开。

反向第一位——兩脚尖并攏，兩脚跟均等地向兩旁分开。

第二位——兩脚之間相距一脚之長，兩脚后跟是相对的，兩脚尖均等地向兩旁分开。

平行第二位——一只脚与另一只脚相距一脚之長，平行的站立，双脚尖向前。

反向第二位——一只脚与另一只脚相距一脚之長，兩脚尖向內，兩脚跟均等地向兩旁分开。

第三位——一只脚的脚跟放在另一只脚的中間处，脚尖均等地向兩旁分开。这个位置有右脚在前的，也有左脚在前的。

第四位——一只脚在前与另一只脚相距一脚之長，一只脚的脚跟与另一只脚的脚尖相对，兩脚尖均等地向兩旁分开。这个位置有右脚在前的，也有左脚在前的。

平行第四位——一只脚在前，与另一只脚相距一脚之長，兩脚尖向前。

第五位——一只脚的脚跟紧靠另一只脚的脚尖，脚尖均等地向兩旁分开。这个位置有右脚在前的，也有左脚在前的。

第六位——兩脚并排挨着，彼此平行并靠攏，即脚尖与脚尖靠攏，脚跟与脚跟靠攏，兩脚尖都是向前的。

腿的姿勢

腿可以是靜止的或是动的：

- 1) 外开的姿勢，即膝盖和脚尖向旁边；
- 2) 直的姿勢，即膝盖和脚尖向前方；

3) 不开的姿勢，即膝盖和脚尖向內。

腿可以在膝盖处弯曲。

腿可以在膝盖处微曲。

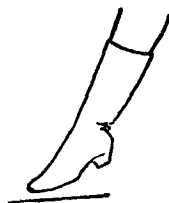
腿可以在膝盖处放松。

腿可以在膝盖处伸直或綑直。

脚与脚背的姿势



脚背——綑直的，即脚趾向下，全脚下垂，脚尖向下伸。



脚背——放松的



脚背——不綑直(向上蹶)，即脚背向小腿的前面蹶起。



脚背——歪斜的，即脚背轉向外，脚的外側向下，脚的內側向上。

腿的动作的叙述

支持身体重量的脚，称为“支撑脚”（即主力脚——譯者注）。

另外的一只脚，假如它是單獨的進行表演，我們就称为“自由脚”或者“工作脚”。

叙述工作脚的動作时采用下列術語：

腿向前或向旁伸出，不離地，或是用脚尖点地，或是用脚跟点地。

腿往后伸，不离地。

腿微离地面。

腿可以向前，向旁，向后，与另一腿成交叉形抬起。腿可以稍微抬起一点与主力脚成小于 30° 的角度，也可以较高一些，与主力脚成 30° ， 45° ， 90° 的角度。腿可以抬到任何高度，但是我们概略的指出 30° ， 45° ， 90° 的角度是为了看起来最明显。

表演者可以踢腿，也就是说急而快地将腿抬到上述方向。踢腿可以用膝盖绷直的全腿来做，也可以用下腿来做，即腿在膝关节处弯曲与伸直。

腿的打开：开始抬起来时膝盖是弯曲的，之后膝盖伸直，绷直。

腿（抬起来的）从前面移到旁边，从旁边移到后边等等。

用一只脚击打地面，当用脚击打地面时身体重量不移到击打的这只脚上。击地可以是滑动的，即一脚击地的同时用全脚掌沿地面擦出去，之后马上就移向某一个方向；击打也可以是断续的——一脚击打地面之后，很快的离开地面，弯曲膝盖。

跺脚——用一只脚击打地面。跺脚时身体重量移至击地的这只脚。

步 子

表演者往前，往旁，往后，或与另一只脚成交叉走步。在走步时身体重量移至走步完了的这只脚。

步子可以有若干种类：

简单步，用全脚掌走的，用半脚尖走的，从脚尖到全脚掌走的，从脚跟到全脚掌走的。

跑步——跑时用的步子。

沙尔卡步(Шаркающие шаги)——用全脚掌或用脚后跟顺着

地面行走。

滑步——用前脚掌順地面滑行。

側步——向旁边行走，这时表演者的臉向前方。

表演者可以在原地踏步，每一次把身体重量从这只脚移至另一只脚。

跳，大跳，轉，蹲

表演者可以用兩只脚或用一只脚跳，用一只脚跳时表演者落地的那只脚就是曾經跳起的那只脚。

交換跳可以从一只脚換到另一只脚，从兩只脚換到一只脚，从一只脚換到兩只脚。

大跳，是向高处（比一般的跳高些）或向远处跳，大跳时的腿可以向上抬起，也可以蹠腿靠攏軀干。

轉，可以轉 $\frac{1}{4}$ 个圈， $\frac{1}{2}$ 个圈，或者是轉一整圈。

轉一整圈及轉一整圈以上的有时叫做旋轉。

蹲，可以有兩種形式：半蹲和深蹲。

头和軀干

軀干是直的，即垂直的，胸部向前。

軀干用左肩或用右肩轉向前。

軀干向前弯，或向旁弯（向左，向右）。

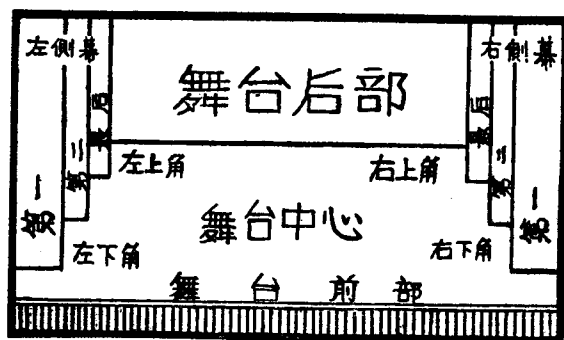
軀干向后弯。

軀干有力的向后折弯（在腰处）。

軀干做旋轉的动作（軀干的旋轉）。

头与軀干相似，可以是直的，可以轉动，可以低头和偏头。

表演者在舞台上的地位和运动



舞台平面

圖 例

面  背 少女的基本位置。

面  背 少年的基本位置。

面  背 少女移动的时候。

面  背 少年移动的时候。

 移动方向。

 向一方和另一方的移动。