



宋 丽 编著

舞蹈欣赏

**WUDAO
XINSHANG**

河南人民出版社

舞蹈欣赏

宋 丽 编著

河南人民出版社

图书在版编目(CIP)数据

舞蹈欣赏/宋丽编著. —郑州:河南人民出版社,2008.2
ISBN 978-7-215-06158-3

I. 舞… II. 宋… III. 舞蹈艺术-鉴赏 IV. J705

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008)第 008582 号

河南人民出版社出版发行

(地址:郑州市经五路 66 号 邮政编码:450002 电话:65723341)

新华书店经销 郑州市毛庄印刷厂印刷

开本 787 毫米×1092 毫米 1/16 印张 6.625

字数 14 千字

2008 年 2 月第 1 版 2008 年 2 月第 1 次印刷

定价:25.00 元

序

校本课程是新课程改革的一个重要组成部分，建设具有郑州一中特色的校本课程体系还有一段很长的路要走。近几年来，校本课程的开发虽然慢了点，但走得还算扎实，全然没有装“示范性”高中门面、作“素质教育”之秀的功利浮躁之弊。专家名人讲座、课外名师讲座、劳动技能读本、摄影艺术、舞蹈欣赏、中学生心理已经进入学校课堂相当一段时间，课程的目标定位、讲义和授课模式逐渐成熟。今后校本课程建设有两大任务：一是已经开发的课程要从讲义走向教材，并修订完善，实现课程从内容到形式的全面提升；二是着力开发符合新课程理念并真正促进学生身心发展的校本课程。不追求轰动效应，坚决反对时下有课表无课堂、有课堂无学生的形式主义。一本成熟的教材、一本被实践和专家认可的教材，是编写者专业水平发展成长的标志，是对学校教育创新的贡献。在这里，向编者表示敬意，并企望在不长的时间内完成修订，使之臻于完美。

朱 丹

2007年10月

48		第七章 章四策
58		第八章 章一策
68		第九章 章二策
78		第十章 章正策
88		第十一章 章一策
98		第十二章 章二策

目录

108		第一部分 舞蹈世界	章六策
118		第一章 舞蹈的起源、特征与功用	章一策
128		第一节 舞蹈的由来	章二策
138		第二节 舞蹈的美	章三策
148		第三节 舞蹈的功用	章四策
158		第二章 舞蹈的种类	章一策
168		第一节 生活舞蹈和艺术舞蹈	章二策
178		第二节 其他划分方法	章三策
188		第二部分 特色舞种	章八策
198		第三章 民族民间舞蹈	章一策
208		第一节 中国秧歌	章二策
218		第二节 傣族孔雀舞	章三策
228		第三节 夏威夷草裙舞	章四策

第四章 现代舞

- 第一节 现代舞 34
- 第二节 国际标准舞 37

第五章 芭蕾舞

- 第一节 芭蕾史话 42
- 第二节 芭蕾训练 47

第三部分 舞作鉴赏

第六章 中国民族民间舞蹈作品赏析

- 第一节 中国汉族舞蹈作品 55
《红绸舞》、《黄土黄》、《一个扭秧歌的人》
- 第二节 中国藏族、蒙古族舞蹈作品 60
《草原上的热巴》、《牛背摇篮》、《出走》
- 第三节 中国傣族舞蹈作品 64
《水》、《两棵树》、《孔雀飞来》
- 第四节 中国维吾尔族、朝鲜族舞蹈作品 69
《摘葡萄》、《长鼓舞》

第七章 中国古典舞作品赏析

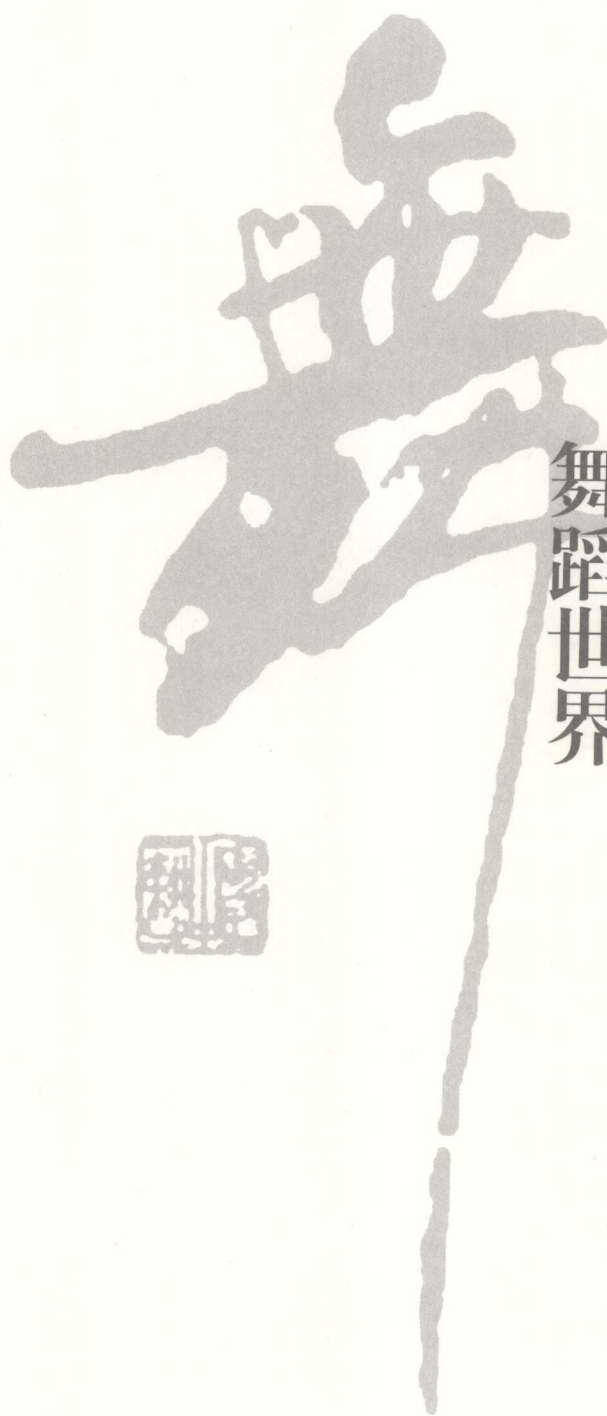
- 第一节 中国古典舞舞蹈作品 73
《春江花月夜》、《金山战鼓》、《醉鼓》、
《秦王点兵》、《扇舞丹青》
- 第二节 中国古典舞舞剧作品 83
《丝路花雨》、《宝莲灯》

第八章 芭蕾舞作品赏析

- 第一节 外国芭蕾名作 89
《吉赛尔》、《天鹅湖》
- 第二节 中国芭蕾作品 95
《红色娘子军》、《白毛女》
- 后 记 102

第一部分

舞蹈世界



界世，感觸的韻轉干夫。一玄木芝韻多古量量韻轉，中类門木芝育韻古
去春麻教余韻同不自香香音韻案史木芝麻案余韻韻轉的國谷

舞奇舞

友涯的的舞舞一景本木芝代什。余韻案古的案學音韻案古干麻速景友
表可以面”景新立韻的目韻韻轉：重其中《平四》引玄典至韻的音韻案士里亞
音人丁如，余韻受重韻韻手干兩一玄。”式引麻韻轉，音韻的對去音韻的對
，音答里至，檢定式士的众數韻轉轉長音韻的音韻轉轉人，案余韻韻轉轉案學
轉“藝窮”，“韻早”人，士史氏平002的音韻案景其伏，音韻轉轉至基

第一章 舞蹈的起源、特征与功用

舞術表

第一节 舞蹈的由来

舞，音韻界余韻玄文韻的音韻案古木芝，來手干音
的，会并类人丁音韻的玄景出，果韻的丁音韻人音韻的玄，喜本入丁音韻的
自韻的音韻案古木芝韻轉丁音韻，韻基韻轉的玄以韻木芝丁音
這那社會生活中的人为什么要创造舞蹈？音韻也音韻音韻音韻，韻美對，韻成
轉轉千百年来，这一直是众说纷纭、莫衷一是的问题。韻的音韻案古木芝韻轉

古希腊神话中讲述：宇宙之王和记忆女神的九个女儿是掌管文艺、历史和天文的女神缪斯们。其中有着一双轻盈的脚、手里拿着七弦琴的脱西库，则专管舞蹈。天才的诗人和艺术家因为得到她们的启示才写出伟大的作品，人间也因为她们的存在才开出各种绚丽的艺术之花。

中国古代也有这样一个神话传说：据说夏禹的儿子启“曾经三次乘飞龙上天，到天帝那里去做宾客，就把天乐《九辩》和《九歌》偷偷记下，带到了人间改成《九招》（也就是《九韶》），在一万六千尺的大穆之野命乐师演奏，并吩咐歌童舞女手里拿着牛尾巴，在大运山北方的大乐之野表演起来”。后人将此熟记，歌舞艺术渐渐发展起来。

神话故事告诉我们艺术是由神创造的。现在我们知道神话传说中的神是人经过自己的形象创造出来的，所以音乐舞蹈归根结蒂还是人所创造出来的。那么，舞蹈究竟起源于什么？

在所有艺术门类中，舞蹈是最古老的艺术之一。关于舞蹈的溯源，世界各国的舞蹈理论家和艺术史家都有着各自不同的论述和看法。

模仿说

这是起源于古希腊哲学家的古老理论。认为艺术本是一种模仿的形式。亚里士多德在他的经典之作《诗学》中讲道：舞蹈的目的应该是“通过节奏性的动作去模仿性格、感情和行为”。这一两千年前的重要理论，成了从哲学家到舞蹈理论家，从舞蹈编导和演员到舞蹈观众的上方宝剑、至理名言，甚至清规戒律，尤其是在芭蕾的 500 年历史上，从“早期”、“浪漫”到“古典”这三大历史时期的 400 年中，交代情节的唯一方法，一直无法摆脱模仿式的哑剧手势和面部表情。

劳动说

若干年来，艺术起源于劳动的观点在苏联和中国的文艺理论界盛行。劳动创造了人本身，是劳动使人脱离了动物界，也是劳动创造了人类社会、创造了艺术赖以产生的物质基础，创造了舞蹈艺术的物质载体——人的灵活自如的、健美的、有着丰富表情功能的身体。原始人的一些洞窟壁画中有很多表现他们狩猎生活的舞蹈场面，原始舞蹈的现代遗存中有许多反映狩猎和种植生活内容的舞蹈，这些都可以使人们看到舞蹈起源和劳动的密切关系。

游戏说

游戏说是 18 世纪德国诗人、文艺理论家席勒以康德所说“艺术像游戏一样，都是‘自由的’活动”立论而提出的艺术起源理论。他认为在艺术起源中，模仿虽然重要，但并非是艺术的真正起因，而艺术的根本起因是“游戏的冲动”。游戏是自由的人性的表现，游戏也是人类最终脱离动物界的标志，在游戏中人的天性得到充分的发挥和满足。这里一般认为舞蹈就是游戏的形式。

文艺是“想象力的自由游戏”。

——德国哲学家康德

巫术说

巫术说是现代西方最流行的一种艺术起源理论。世界上各个原始民族都

有这样极其相似的情况：当人类处在蒙昧状态，生产力低下，利用自然的能力也极其低下时，必然要制造出各种宗教信仰和巫术魔法，以求对那个未知的外部世界多少有些把握，使自己的身心多少达到某种平衡。在这个过程中，舞蹈应运而生，并扮演了种种不可或缺的角色。

一切跳舞原来都是宗教的。

——德国民族学家威兹格兰德

在我国自古以来，巫和舞就有着非常紧密的联系，如我国的巫字就是从最早的舞字演化而来的。古代的“巫人”，从某种意义上也可以说就是最早的专业舞蹈家，他们是掌握占卜而兼舞蹈的人，他们以舞蹈为手段来降神、祈雨，为人们祛灾、逐疫。



以上各种舞蹈起源的理论，都有一定的道理，但又都不十分完整和全面，因为舞蹈活动是人类生活中的一种社会现象，它的起源和世界上的一切事物的构成一样都不是单一的，而是有着多种因素的，所以我们主张“劳动综合论”，即：认为舞蹈起源于人类求生存、求发展中的劳动实践和其他多种生活实践，是劳动生产、性爱、健身和战斗操练等活动的模拟再现，以及图腾崇拜、巫术宗教祭祀活动和表现自身情感思想内在冲动的需要。它和诗歌、音乐结合在一起，是人类历史上最早产生的综合性艺术之一。

从考古界专家学者研究的学术成果来看，有了人类的文明，就必然会有人类的舞蹈。迄今为止，世界上发现的所有舞蹈形象中，年代最早的当数 1973 年从我国青海省大通县上孙家寨一座墓葬中挖掘出来的新石器时代的舞蹈纹样瓦盆，经科学家们严格的碳素测定和树



轮校正，这件珍贵文物的产生年代已经被确定为 5000~5800 年前的新石器时代，大致相当于炎黄二帝的时代，也就是我们中华民族形成的初期。它的发现使中国舞蹈史有形可查的年代在原有的殷商甲骨文字（舞）的基础上，向上，向前推进了 1000 多年。它的发现，也证明早在原始社会初期，劳动活动就是集体性的，舞蹈与人们的精神、生活、生产等方面的实际生活密切相关。早在 5000 多年前，人们的想象就已经进入如此高的境界，人类的舞蹈就已达达到很高的水平。

第二节 舞蹈的美

文学艺术作品都是以美感来陶冶人的情操的。什么是美感？美感是由客观对象的审美属性所引起的人们在感情上愉悦的心理状态。形象离开了情感和美感就不成为艺术形象。美来自于现实生活，艺术作品中的美，更是从生活中汲取、提炼、集中的美，它源于生活而高于生活。人们赞美舞蹈是“最美的艺术”之一，是“无言的诗歌，有形的乐章，流动的画图，翱翔的雕塑”。有的艺术家甚至还提出“舞蹈的第一要素是美”。可见舞蹈艺术的美感作用在文艺领域中占有十分显著的地位。

舞蹈具有神圣、空灵、诗情画意、极富浪漫情调的特性。它是一种由音乐、灯光、布景、特定服装、时空结合的综合性动态造型艺术，反映人类社会的生活，表现人的思想情感和认识，体现了人的精神力量。

一、人体动作的艺术——舞蹈的动作性

人体美是自然美的最高状态，是人类审美活动的重要对象。作为舞蹈艺术的物质基础和主要工具的“人体”，有着独特的表现力，它能传达和表现出人们丰富细腻的思想感情状态，能够构成“人体语言”符号，负载一定的思想内涵。舞蹈以人体动作为主，依靠其力度（强弱）、幅度（大小）、速度（快慢），结合音乐节奏的对比，配合舞台画图的变化，组成舞蹈语言，塑造出多种富有表现力和感染力的舞蹈形象，通过它向观众传递思想和感情。

舞蹈动作的基本形态有以下三种：表情性动作（亦称抒情性动作）、表意性动作（亦称叙事性动作）、装饰性动作（亦称陪衬性动作）。它们在艺术表现上相互映衬、相互交织、相互渗透、有机结合、相得益彰。舞蹈作为美

的人体艺术，有着独特的形式美感，更有一种艺术的魅力和感染力。当许多世界文学名著或一些语言作品被改编成舞蹈、舞剧作品时，往往能产生一种特殊的审美效果或其他某些艺术难以达到的艺术效果。因此我们无法想象如果《天鹅湖》不是用舞蹈而是用别的什么形式来表现，会给我们留下如此精美绝伦的作品吗？

二、以抒情见长的艺术——舞蹈的抒情性

阮籍曾说：“歌以叙志，舞以宣情。”舞蹈艺术是以人体自身作为表达情感的载体，因此它比其他艺术形式感情色彩更为浓烈，更为激越，更为集中鲜明。舞蹈是直观的艺术（直接刺激人的视觉），但它又是流动中、运动中的人体艺术，这就不同于静止中的雕塑、绘画，它可以不间断地把一个个感情元素传达给审美主体，这就优于静止的“只有一个顷刻”的雕塑、绘画。舞蹈又是时间的艺术，但它在某种意义上又优于时间艺术的音乐。音乐能带给人们以丰富的想象但却不能给人以强烈的视觉的刺激，舞蹈却可以把一个个负载着强烈感情色彩的动作和形式美的人体形象，鲜明、具体地传达给观众。

舞蹈热情如熊熊烈火，豪情如滔滔海浪，柔情如绵绵春雨，无不给人以强烈的艺术感受，观众会在共鸣的情感支配下，去进行自由的遐想。例如，中国古典舞《春江花月夜》，当舞台帷幕启开，一束束柔和皎洁的月光，洒在手持舞扇的少女身上，她观花赏月，顾影自怜，倏忽间，双双春燕穿柳而过，又勾起了无限的春情。看那一颦一笑的神情，轻盈柔曼的舞姿，含蓄而生动地展现了一个深居闺阁、端庄矜持，对爱情、生活、自由执著追求的古代少女形象。舞蹈如诗一般的意境，又如一幅色彩绚丽、格调雅致的仕女游春图，多层次地揭示出她纯洁而美好的心灵，使观众沉浸和陶冶在古典艺术的美感之中。再如《西班牙舞》，这是欧洲西南部伊比利亚半岛的舞蹈，它受吉卜赛歌舞的影响很深，感情强烈、风格独特。舞者用大滑步、踢踏步、快换步显示了奔放和爽朗的性格，柔悠腿、急下腰、快反身又增加了妩媚、潇洒。演员的激情像被压在地层下的岩浆，一旦迸发即形成一种很强的艺术感染力，有时甚至能使观众也会情不自禁地即席而舞。《西班牙舞》的激情和《春江花月夜》的温情，这是两种截然不同的抒情方法。总之，舞蹈的抒情性是舞蹈活动中十分重要的美学特征。

三、“动而有节者，莫若舞”——舞蹈的节奏性

《楚辞·九歌》中记载：“展诗兮会舞，应律兮合节。”明代律学家朱载堉在《乐律全书》中说：“凡人之动而有节者，莫若舞。”而闻一多先生则说：“生命的机能是动，而舞便是有节奏的动。”

节奏性是舞蹈艺术的基本艺术特征和重要审美特征。在一定意义上可以说没有节奏就没有舞蹈。它不仅作为舞蹈艺术的规范形式客观地存在，而且作为舞蹈艺术的一种审美载体强烈地刺激和感染着人们。那种强烈、鲜明、激动人心、充满活力和动感的节奏，往往令人们不能平静自持，而会随着舞蹈的节奏或感奋、或悲恸、或陶醉、或震撼。因此，一些艺术家认为“节奏是一切艺术的灵魂”是不无道理的。

舞蹈的节奏，又被人们称之为舞蹈作品的“骨架”和“链条”，构成了舞蹈作品的“硬件”，在它的基础上建构起作品的主题、人物形象等“血肉”部分。不同民族、不同地区的舞蹈节奏，反映出不同民族、不同地区丰富而迥异的舞蹈节奏美，而且也折射出不同民族和地区人们的性格特征，成为不同民族、不同地区人们美好性格的艺术体现。

四、活的雕塑——舞蹈的造型性

舞蹈的造型性是指运用人体自身作为物质材料，通过美化、流动的舞蹈姿态和相对静止的动作造型以及舞蹈队形、线路、构图的变化或迁换等手段，来达到塑造形象、烘托氛围、丰富情节、深化主题的艺术目的。因此，人们把舞蹈称为“动态的造型艺术”。

舞蹈兼具时间艺术与空间艺术的双重性和多样性。它以“人体”自身作为物质材料，这就比冷冰冰的无生命的石头更具艺术感染力和亲和力。它不仅具有不断流畅的“瞬间”，还具有无限美妙、充满“视觉冲击力”的空间。这使它具有超越一般造型艺术的更为优越的表现手段。

一个成功的舞蹈作品必然要有精美的、突出的及能精确地表现主题、情节和人物的舞姿与造型。它们不仅给人以强烈的审美感受，更能给人以深刻的启迪，甚至在人们的心灵上留下隽永的记忆。优秀的舞蹈造型，是舞蹈编导家和舞蹈演员共同的劳动创造，它们与雕塑和绘画的《维纳斯》、《大卫》、《蒙娜丽莎》、《思想者》一样，是艺术献给人们的永不磨灭的精神财富。

五、最具浪漫色彩的艺术——舞蹈的虚拟性

舞蹈艺术最基本的艺术形态是最富于浪漫色彩的虚拟性的艺术形态和表现方法。即将“生活真实”的形象通过夸张、变形、升华等艺术方法转化为“艺术真实”的、特殊的舞蹈形象。

艺术中这种虚拟性的表现方法，在舞蹈中广泛存在。芭蕾舞剧中虚幻的色彩、神话的形象和想象的因素就占了不小的比例。芭蕾舞的透明纱裙、脚尖鞋和脚尖技术以及托举技术，就是了不起的富有想象力的创造，富于浓厚的浪漫主义色彩。中国戏曲艺术中广泛采纳的虚拟表现方法也比比皆是，如“以点带面”、“以虚代实”、“妙手空口，无中生有”等。

可以说，没有舞蹈的虚拟性，就没有令人着迷的、带给人们无限虚幻和跨越时空的比拟！舞蹈的虚拟性是它的最富艺术魅力的表现方法和审美形态，是观众对于舞蹈产生“味道好极了”的艺术认同。

六、博采众长的艺术——舞蹈的综合性

自古以来，世界上许多古老民族的艺术发展史上，“诗、舞、乐”都曾是“三位一体”的，历史的推移使它们各自成为体系。然而，在美学上它们仍然是互相依存、互相渗透的：诗中有乐的旋律，舞的身影；舞中有乐的灵魂，诗的意韵；乐中有诗的火花，舞的造型！……舞蹈是美的。美在它“包容日月，容纳百川”。作为“人类艺术之母”的舞蹈，它孕育了音乐、戏曲、文学等众多的艺术，在历史的长河中广取博收、兼容并蓄，成为表现内涵不断丰富、艺术手段不断完善的艺术门类，被人们赞誉为“无言的诗歌，有形的乐章，流动的画面，翱翔的雕塑”。

第三节 舞蹈的功用

揭开舞蹈的历史，会察觉它是和人类历史共存的，而且还和人类的社会发展同步，所以它就很具有群众性。因此，它的功能就带有社会意义。当前，许多国家都已将舞蹈列入学校教育的内容。我国虽然起步较晚，但在部分大学选修课程中已开设舞蹈课程，并备受青年学生的欢迎，足见舞蹈的社会功能在人们心目中大大地增强。

首先，舞蹈有着道德、情操的教化作用。在赏心悦目的舞蹈形象中，蕴

藏着编舞者和舞蹈者真实、善良、美好的感情、愿望和理想。它起着潜移默化的积极作用，陶冶着人们的性情，唤起人们高尚的情操，振奋情绪，激励斗志等等。

其次，舞蹈能使形体健美，有着健身的作用。舞蹈者的体形和运动员的体形，既有相同之处又有不同之处。运动员的健美是和他的运动项目需要的肌肉负荷量相应的，而舞蹈者却需要有一个线条纤秀、肌肉匀称的身体。我国古代就很重视身材，就说“容”字吧（古字“容”即“颂”），不仅仅指容貌，更是指人的整体。只是每个时代对美的理解不尽相同，会加上时代美的要求。总之，适当的舞蹈能减少疾病，增进人们的身体健康。

再次，舞蹈能加强艺术修养，有审美作用。舞蹈在进行外部形体动作的同时，也训练着内在修养，如音乐、文学、品格等方面。只有这样综合地表演舞蹈，才能使外在美和内在美相结合，才能有外表美和心灵美的和谐，才能够产生真正的艺术美。一个好的舞蹈者，应该是艺术修养比较全面的。当前在姊妹艺术中，以借鉴舞蹈作为发展手段的很多，如冰上芭蕾、杂技舞蹈、艺术体操、戏曲、话剧、电影乃至服装模特儿表演，这些专业都用舞蹈技艺来丰富，才能增加艺术色彩。看来舞蹈对美化生活，确实有着更为广泛的实用价值。

最后，舞蹈的娱乐功能，能起到调剂精神的作用。中国奴隶社会的《周礼》，曾用舞蹈培养有风度的统治者，这是为了统治人民。封建社会的统治者，用舞蹈歌功颂德、粉饰太平，这是为了巩固统治地位。但是随着人类文明的进步，舞蹈的娱乐性会加强，不仅舞台表演性舞蹈如此，群众自娱性舞蹈也是如此。我国传统悠久的民族民间舞和西方交谊舞，已使群众亲身尝到跳舞的乐趣，它可以使人消除疲劳，生活节奏得到调剂。

总之，人类发展的历史表明，当人类在孜孜不倦地追求着物质享受的同时，也在孜孜不倦地追求着美的享受，人类不仅按照美的规律改造客观世界，也在努力按照美的规律塑造自身，缺少美的文明是畸形的文明。我们深信，舞蹈艺术将随着日新月异的生活而变化、发展、提高，并在物质文明和精神文明建设中发挥作用，让绚丽多姿的舞蹈美，绽放出更加灿烂的艺术光彩。

第二章 舞蹈的种类

第一节 生活舞蹈和艺术舞蹈

艺术是一个庞大的体系，而作为艺术之一的舞蹈，也是一个非常广阔的天地。它是由各个不同种类、不同样式、不同风格的舞蹈所组成的。通过舞蹈的分类，我们可以进一步了解舞蹈的发展特性以及表现方式。

根据表现的作用和目的来划分，舞蹈可分为生活舞蹈和艺术舞蹈两大类。

一、生活舞蹈

生活舞蹈就是为自己的生活需要而跳的舞蹈。它与人们的各种生活有着直接的紧密联系，是人人都是可以参加的群众性活动。例如：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。

习俗舞蹈是各民族在婚配、丧葬、种植、收获及其他一些社会习俗节日中举行的各种群众性的舞蹈活动，是各个民族人们精神生活中不可缺少的重要组成部分。

流传于湖南、湖北土家族的《跳丧舞》是丧葬仪式中的对舞形式。舞者人数不限，可自由结合。多在死者灵堂前起舞：先由歌师击鼓叫歌，舞者随