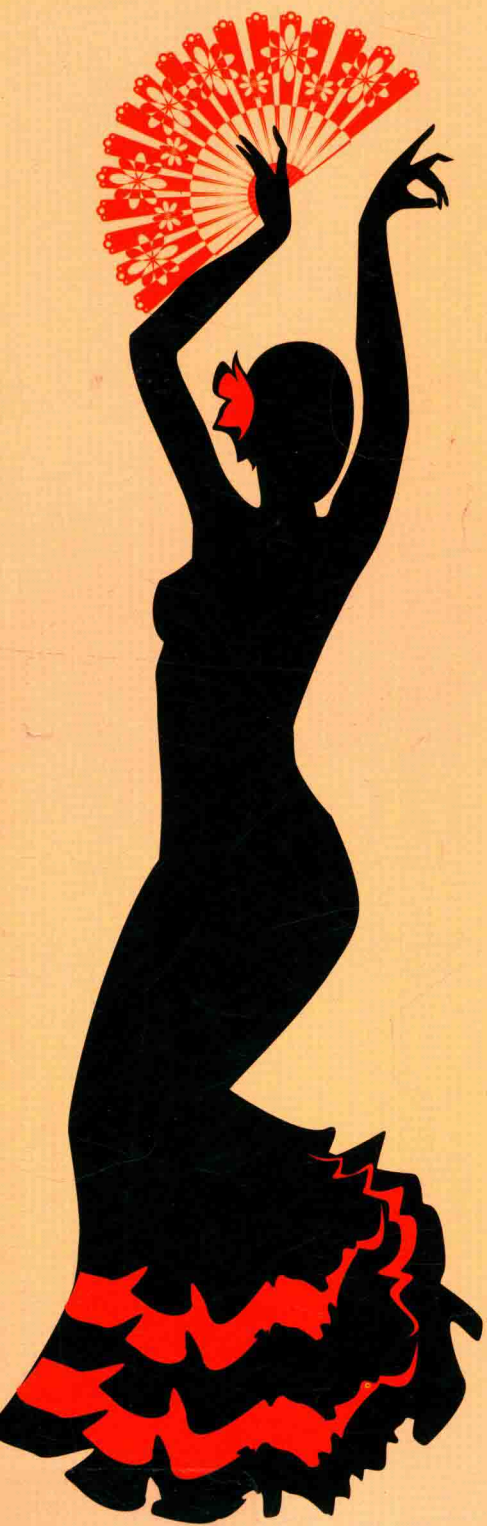


新时代体育舞蹈创作与研究

王虹 著



吉林文史出版社

【内容简介】本书力求通过对体育舞蹈及其发展、创作的研究,帮助舞蹈工作者更好地开展体育舞蹈的教育和普及。内容上本书分为七章,包括体育舞蹈的起源与发展历程、体育舞蹈理论基础、国内体育舞蹈生态现状、我国体育舞蹈发展策略及创新路径研究、大学体育舞蹈教学研究、其他级别院校体育舞蹈教学研究、体育舞蹈的创编研究等,为体育舞蹈融入中国元素提供了一定的思路和方法。

本书可供舞蹈老师和体育老师、研究人员、学生阅读,也可供对此领域感兴趣的读者参考。

新时代体育舞蹈创作与研究

王 虹 著



吉林文史出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

新时代体育舞蹈创作与研究 / 王虹著. —长春 :
吉林文史出版社, 2018. 8

ISBN 978-7-5472-5403-5

I. ①新… II. ①王… III. ①体育舞蹈—舞蹈创作—
高等学校②体育舞蹈—教学研究—高等学校 IV.
①G831.3

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2018) 第 207643 号

XINSHIDAITIYUWUDAOCHUANGZUOYUYANJIU

新时代体育舞蹈创作与研究

著 者 王 虹

责任编辑 张雅婷

封面设计 达诺传媒

出版发行 吉林文史出版社

(中国·长春市人民大街 4646 号)

邮政编码 130021

网 址 www.jlws.com.cn

印 刷 长春市华远印务有限公司

开 本 710mm×1000mm 1/16

印 张 14

字 数 246 千字

版 次 2019 年 5 月第 1 版第 1 次印刷

标准书号 ISBN 978-7-5472-5403-5

定 价 56.00 元

版权所有 翻印必究

| 前 言 |

舞蹈是流动的造型，一个舞姿就是一尊优雅的玉雕；舞蹈是凝固的音乐，一个舞姿就是一曲优美的旋律。舞蹈是人的生命跃动的展现。但这种“动”是有规律的。不同的社会文化背景形成不同的节奏和动律，人们在和谐的律动中，充分地表达情感，展示内心世界，寓意生命的真谛。群众的智慧把来自劳动生活的动态升华为艺术美，使所有参加舞蹈活动的人心驰神往，沉浸在民族文化之中，尽情享受舞蹈带来的欢乐。因此，舞蹈是生命律动的显现，是生命跃动的形象，它使舞者愉快，令观者陶醉，在心灵共振中，把欢乐共享。

人类离不开舞蹈。它伴随着人类诞生，也伴随着人类发展，尽管舞蹈的内容不同，形式各异，但人们总要从舞蹈中接受传统文化的教育，又把时代精神融入其中。在古代，舞蹈是陶冶人们精神生活的礼仪规范。现代生活中，舞蹈仍具有“认识”“审美”“教育”等社会功能，只不过活动的方式不断演进、转变，在德、智、体、美、劳、趣等方面，对人的全面发展起着潜移默化的作用。

舞蹈既古老又年轻。它的起源是那样的古老、久远，当人类能够进行原始思维时，就能通过笨拙的肢体动作表达内心所想，于是，有了蒙昧状态的原始艺术萌芽。在众多的原始艺术中，舞蹈是最古老的艺术。在语言形成之前，特别是在文字发明之前的史前时代，人们已能用最简单的手势、动作、表情表达自己的想法和感受，以此进行交往。这种极简单的人体语言显示出人与动物的区别，既具有文化的含义，又包含着原始舞蹈的萌芽。随着社会发展，蒙昧状态的原始艺术，逐渐发展为诗歌、音乐、美术、舞蹈等独立的艺术形式。但在这些独立艺术中，只有舞蹈依然保留着用人类肢体语言表达思想感情的原始特征，成为兼有时间、空间两种特征的艺术形式，同时也与音乐、美术、杂技等艺术成分相互交融。正由于舞蹈的发生早于语言，且在它成为独立的形式后仍具有综合性的特点，所以人们才常说：舞蹈是人类最古老的艺术。舞蹈的起源，是人类生命显现的开端。在人类文明的进程中，生命跃动的形象都会在舞蹈中留下痕迹。无论是蒙昧时代群体生活中出现的

一丝文明之光，还是各时代的民族文化之光，都会成为“人的文化”，保存在舞蹈的动作、形态之中，并在民间的传承中传播开来，成为别具艺术魅力和社会功能的“舞蹈语言”。这就是舞蹈情贯古今，既古老又年轻的奥秘所在。

舞蹈是表达人类内心感受的一种肢体语言，作为一种夸张的艺术形式，它以其丰富的肢体语言和与时俱进的文化内涵被不断地传承和发展。好的舞蹈必然是神形兼备和富有时代特征的。为使舞蹈艺术更富有表现力，舞者不但要具有高超的舞蹈技巧，而且还需要对艺术美、自然美、社会美等具备较强的感知力和领悟力。好的舞蹈工作者有着对人民大众日益增长的文化需求的敏锐观察力，他们善于从时代需求出发去构思、创造、编排舞蹈，突出时代感和表现力，让舞蹈更具文化内涵，也为舞蹈作品赋予新的灵魂和活力。

有人说，21世纪是属于中国的世纪，这个说法是否恰当还有待论证，但毫无疑问的是，中国命题已经成为世界性命题。目前，“中国制造”已经走向世界，中国文化也被越来越多的人喜爱和接纳，中国元素在世界各个行业和领域中都迸发出惊人的活力，中国元素正逐渐发展为“世界村”的主流元素。从演员范冰冰出席戛纳电影节时龙袍装的华贵富丽，到习近平夫妇欧洲访问期间身着的改良版中式礼服的典雅公正，中国元素越来越吸引全球目光，中华文化已经逐步走出了历史的围城，不断地向世界发展和渗透，中国元素也被更多优秀的舞蹈家们所吸收和发扬。人的内心情绪往往会通过面部表情和肢体展现出来。舞蹈也就是把我们的内心情感和面部表情经过艺术的加工和处理，运用夸张、变形等手段作用于肢体，来表达人此刻的内心世界的一种形体语言。体育舞蹈发源于欧美及拉美各国的民间舞蹈行为，内部的各个舞种来自不同国家，有着各个民族鲜明的区域特色，同时在传播过程中加入了其他国家独有的特点，经过专业协会整理后，最终呈现出如今的面貌。体育舞蹈以其优美的姿态和强烈的节奏感自产生之日起就为不同人种、不同阶级群所喜爱。在国外，体育舞蹈已经有非常成熟的发展，并有黑池舞蹈节（Blackpool Dance Festival）、UK 公开赛（UK Open Championships）、国际锦标赛（International Championships）等国际顶尖赛事，黑池（Blackpool）、波密司国际中心（Bournemouth International Center - BIC）和艾尔伯特皇家礼堂（Royal Albert Hall）为此而成久负盛名的国标舞圣地。受近代中国特有的国情影响，体育舞蹈传入中国后发展一直受到各种外在因素的制约，直到最近十几年才得以全面发展。新时代中国大众不断变化和提升的审美追求让体育舞蹈开始有了发展的舞台，各种体育舞蹈样式逐渐被搬上了电视、剧场和竞技场。

体育舞蹈近几年在我国得到了迅速的普及与发展。在国内,城乡体育舞蹈已然成为了广大群众喜闻乐见的一种健身娱乐形式,各种体育舞蹈培训、考级、比赛更是开展得如火如荼,新时代的中国人对体育舞蹈表现出了极大的兴趣。同时,在高端竞技上,中国选手近几年已经逐渐在技术上具备了与世界各大强国高手抗衡的资本,如杨超、谭轶凌在2012英国公开赛(UK)业余组摩登舞第一,2015年英国公开赛(UK)职业组摩登舞获得第六,陆宁、张丁芳在黑池讲习会上的表演,以及深圳屡次取得举办国际性体育舞蹈赛事的资格,足见世界舞坛对中国体育舞蹈的肯定。体育舞蹈在中国已经表现出了惊人的活力和广阔的发展前景。尽管近年来国内的体育舞蹈取得了引以为荣的骄人成绩,但是在舞蹈的艺术性上,我国选手还是注重模仿,暂时未形成系统的中国特色。中国的舞蹈工作者们也已经清醒地认识到,一味的模仿永远都无法突破,只有在技术扎实的基础上,将自己的个性融入体育舞蹈中,才能有所超越。他们开始积极的理论创新,并在“桃李杯”等舞蹈大赛上进行了大胆深入的实践尝试,让人称赞。

本书希望通过对体育舞蹈及其发展、创作的研究,帮助舞蹈工作者在创编体育舞蹈的表现形式时紧跟时代脉搏,融入中国元素提供一定的思路和方法;了解体育舞蹈在国内的发展实况,并以各级院校为基地,稳步地推进体育舞蹈的普及和发展;分析如何将自己对本土文化底蕴的理解,有深度地融入体育舞蹈中,让体育舞蹈散发出迷人光彩,让越来越多的国人开始喜欢和习惯欣赏这种源自西方的优秀艺术,促进体育舞蹈在中国的蓬勃发展。

编者

2018年5月

| 目 录 |

第一章 体育舞蹈的起源与发展历程	1
第一节 舞蹈的起源与内涵	1
第二节 体育与舞蹈的辩证关系探究	10
第三节 体育舞蹈的出现与演变	13
第四节 体育舞蹈国内发展史	18
第二章 体育舞蹈理论基础	23
第一节 体育舞蹈的特点与分类	23
第二节 体育舞蹈在新时代的研究意义	40
第三节 体育舞蹈教学中美感的培养	58
第四节 体育舞蹈的基本知识	62
第五节 体育舞蹈礼仪规范	70
第六节 体育舞蹈欣赏基本理论	72
第七节 体育舞蹈中的主流体育精神	76
第三章 国内体育舞蹈生态现状	80
第一节 国内体育舞蹈发展现状	80
第二节 我国拉丁艺术表演舞的发展现状	89
第三节 “国标舞中国派”发展现状研究综述	91
第四节 小康社会体育发展中体育舞蹈项目融合力的研究	92
第五节 我国体育舞蹈发展中的生态缺陷	96
第六节 国内外体育舞蹈发展趋势	99
第四章 我国体育舞蹈发展策略及创新路径研究	101
第一节 体育舞蹈发展策略综述	101
第二节 拉丁艺术表演舞发展策略	103
第三节 体育舞蹈中国创新发展路径	105
第四节 运用中国元素的体育舞蹈	112

第五节	体育舞蹈创新路径研究·····	113
第六节	“体育舞蹈中国化”的问题及优化解决·····	116
第五章	大学体育舞蹈教学研究·····	119
第一节	大学体育舞蹈课程开展的理论分析·····	119
第二节	大学体育舞蹈教学实践研究·····	126
第三节	大学体育舞蹈教学艺术表现力研究·····	137
第四节	大学体育舞蹈教育中学生审美能力的培养·····	140
第六章	其他级别院校体育舞蹈教学研究·····	144
第一节	高等体育院校学生创新能力的培养·····	144
第二节	高职院校体育舞蹈教学研究·····	146
第三节	中职学校体育舞蹈教学研究·····	152
第四节	中小学开展体育舞蹈的可行性研究·····	156
第五节	体育舞蹈的教学与训练·····	162
第七章	体育舞蹈的创编研究·····	172
第一节	当今中国舞蹈创作的趋势·····	172
第二节	新时期体育舞蹈的创编思路·····	176
第三节	体育舞蹈创编的要素·····	183
第四节	现代舞创作经验总结·····	190
第五节	体育舞蹈音乐创编的研究·····	192
第六节	竞技体育舞蹈比赛套路的创编研究·····	203
第七节	体育舞蹈成套动作的创编·····	207
第八节	体育舞蹈团体舞队形发展变化的探究·····	211
参考文献	·····	214

第一章 体育舞蹈的起源与发展历程

第一节 舞蹈的起源与内涵

舞蹈是由各时代人表演的、瞬间即逝的动态艺术。过去的舞蹈，今天已无法再现当时的原貌，要追寻千百年前舞蹈的起源，这是一件非常困难但令人感兴趣的事。大量的资料显示，今天一些民族或地区的舞蹈中，尚有原始舞蹈的遗存，但那只是内容或形式上的某些遗存，当人们表演这些舞蹈时，已融入现代人的情感体验和固有限制，远非原始时代的舞蹈。远古留下来的山洞画、崖画、文物上的图形，以及文献上的有关记载等，虽都是极为重要的资料，但也只能作为探寻舞蹈起源的部分线索。

一些中外的专家、学者们，根据上述舞蹈资料，从不同的侧面作了深入细致的研究和考证，并提出了许多关于艺术或舞蹈起源的说法。诸如“劳动说”“模仿说”“游戏说”“巫术说”“情感说”以及“性爱说”等等。尽管众说纷纭，但经过分析就会发现，各种起源学说都是以人们的物质生活和精神生活为依据的，反映出舞蹈的起源和社会生活的密切关系。既然劳动使人摆脱动物的习性，成为有思维能力、创造能力的万物之灵，形成人类社会，并用跃动的形象展现生命的节律，那么在舞蹈的形成和发展过程中，劳动无疑是舞蹈起源最根本的因素，但各种社会因素同样起着重要的作用。我们倾向于认同舞蹈文化起源多源性的观点，不赞成舞蹈起源单一性的说法。

一、舞蹈起源的主要学说

舞蹈是八大艺术之一，是于三度空间中以身体为语言作“心智交流”现象之人体的运动表达艺术，一般有音乐伴奏，以有节奏的动作为主要表现手段的艺术形式。据艺术史学家的考证，人类最早产生的艺术就是舞蹈。在远古人类尚未产生语言以前，人们就用动作、姿态和表情来传达各种信息和进行情感、思想的交流。

我国古代和古希腊的神话传说中表明，人类是从天帝那里学来的舞蹈或

是人类受到掌管舞蹈的女神的启发才创造出舞蹈来。我们知道,古代的先民,对神和人的概念的理解处于混沌状态,并不像现代的人分得那样清楚。那时的人们往往把一些具有不凡才能的人、超出一般人的智慧和力量的人,或是对于本族群作出突出贡献的人,都看成是神的化身,或是能通神的人。现在,我们知道,各种各样的神都是人根以自己的形象为基础,经过想象而创造出来的。如果说是神创造了舞蹈,而神又是人造,那么,归根结底也就是我们人创造了舞蹈。那么,人又是如何创造了舞蹈呢?目前学界有以下一些主要学说:

(一) 模仿说

有的学者认为,人有模仿的本能,舞蹈是人用有节奏的动作对各种野兽动作和习性的模仿。这是艺术起源中最古老的理论,起源于古希腊哲学家德谟克利特、柏拉图、亚里士多德等。他们认为文艺起源于人对自然的模仿,模仿是人的天性和本能,只是由于模仿的对象不同,所用的媒介不同,而产生不同的艺术种类,舞蹈的目的就应该是“通过有节奏的动作模仿性格、感情和行为。”总结起来说,在他们的理论体系中,舞蹈就是借助特定的形体语言按照一定的节奏模仿动物、植物或人的性格、感情等的艺术形式。

公元前6世纪,古希腊哲学家亚里士多德在他的《诗学》中说,人从孩提时代,就有模仿的本能,人们最初的知识是从模仿中得来的,而且,由于模仿的对象、表现方式方法的不同,才形成不同门类的艺术。公元前3世纪,我国的《吕氏春秋·古乐篇》中记载:“帝尧立,乃命质为乐。质乃效山林溪谷之音以歌,乃以麋革各置缶而鼓之,乃拊石击石,以象上帝玉磬之音,以致舞百兽。”帝尧命令叫作质的人作“乐”(古代乐包括音乐和舞蹈),质仿效山林和溪谷等自然界的聲音作歌,又让人们击打石器伴奏,模仿百兽的样子跳舞。

一些民族的传说故事也可以为“模仿说”做出佐证。居住在云南山区的景颇族,流传着舞蹈是从“空朗鸟”那里学来的传说:在很久很久之前,“空朗鸟”应邀参加了太阳神举行的盛大舞会,并在那里学会了“木脑舞”。当它们回来飞过景颇人居住的果林时,看到熟透的累累果实非常高兴,于是就飞了下来,在果林中跳起热情优美的“木脑舞”。景颇人的祖先学会了这种舞蹈后,就一代一代地流传下来。至今,跳“木脑纵歌”(即木脑舞)时,走在最前面的几个人(过去是巫师),必须穿上特制的传统服装,头戴镶着空朗鸟嘴,插着羽毛的帽子,以此来纪念祖先从鸟禽那儿学会了舞蹈。在原始社会极恶劣和艰苦的自然环境中,对原始群体来说,只有依靠集体的力量才能获得猎物,保证群体的生存。因此从儿童到成年都要通过模仿学会狩

猎。《吕氏春秋》所载的人们模仿百兽跳舞中的百兽，许多是原始氏族图腾崇拜的对象。模仿它们跳舞，是为了求得与本氏族有血缘关系的自然物——动植物（即图腾）的保护，从而获得更多猎物。景颇人从太阳神、空朗鸟那里学来舞蹈的本身，也带有图腾崇拜的含义。

现代的一些舞蹈动作也有明显的对自然界的模仿，这种模仿不止局限于跟人类生命特征接近的哺乳动物，一些植物和无生命力的自然景观也可以被模仿。例如，安徽民间舞蹈“花鼓灯”的“风摆柳”，正是受春风拂柳这一意境的启发才形成女性体态动作的；而男子名为“燕子三抄水”的技巧动作，则是从飞燕忽高忽低掠过水面的动作中得到启发然后创作的。在中国大地上广为流传的狮舞、龙舞、孔雀舞，带有流水、花卉、山川等创意的大型舞蹈、舞剧更是将这种模仿做到了令人赞叹的地步。

（二）游戏说

也有学者认为，在艺术的起源中，最为关键的因素是“游戏的冲动”。游戏说是十八世纪德国诗人、文艺理论家席勒依据康德所说的“艺术像游戏一样，都是‘自由的’活动”而提出。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源，艺术的根本起因是“游戏的冲动”，“以假象为快乐的游戏冲动一发生，模仿的创作冲动就紧跟而来，这种冲动把假象当作某种独立自主的东西。”他还认为，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，只有当人是完全意义上的人，他才游戏；只有当人游戏时，他才完全是人。这里的游戏，是指人的审美需求，即以假象为快乐。如人模仿动物的舞蹈，就是通过这种假象的游戏来获得快乐和宣泄自己的情感。游戏说的另一个代表人物是英国哲学家斯宾塞，他同样认可康德“艺术源于游戏”的理论，并加以发挥和倡导。

席勒在《美育书简》中，通过对游戏和审美自由之间关系的比较研究，首先提出了艺术起源于游戏的观点，认为艺术是一种以创造形式外观为目的的审美自由的游戏。“自由”是艺术活动的精髓，它不受任何功利目的的限制，人们只有在一种精神游戏中才能彻底摆脱实用和功利的束缚，从而获得真正的自由。游戏说还认为，人的审美活动和游戏一样，是一种过剩精力的使用，剩余精力是人们进行艺术这种精神游戏的动力。他在书中用狮子狂吼、鸟雀鸣叫、昆虫飞舞的例子来说明游戏是洋溢着“生命力的驱使”，是“过剩精力的流露”。人是高等动物，他不需要以全部精力去从事维持和延续生命的物质活动，因此有过剩的精力，这些过剩精力体现在自由的模仿活动中就有了游戏与艺术活动。斯宾塞和席勒一样，也认为游戏是过剩精力

的发泄,它虽然没有什么直接的实用价值,却有助于游戏者的器官练习,因而它具有生物学意义,有益于个体和整个民族的生存。

游戏说强调了游戏冲动、审美自由与人性完善间的重要联系,对于我们理解艺术在审美方面的发生具有重要价值。它揭示了艺术发生的生物学和心理学方面的某些必要条件,如剩余精力是艺术活动的重要条件,艺术的娱乐性和审美性等,揭示了精神上的自由是艺术创造的核心,对我们理解艺术的本质是富于启发的。

(三) 图腾和巫术说

还有学者认为,由于原始人的思维分不清主客观的界线,认为一切自然物都和自己一样是有灵魂的,由此而产生了图腾崇拜、原始宗教、巫术祭祀等。另一方面,舞蹈是一种团结之术,能够显而易见地使个人同群体、甚至整个社会紧密地融为一体。这样的社会功能使得早期人类重要活动,诸如祭祀等都离不开舞蹈,甚至舞蹈是祭祀等活动的主要内容和最主要的表现手段。所以英国人类学家泰勒认为舞蹈是一切宗教仪式活动的主要内容。德国的民族学家威兹格兰德也认为“一切舞蹈原来都是宗教的”。

图腾崇拜是原始人类最早的信仰仪式之一。“图腾”本是印第安语言中YOTEM的音译,意为“亲属”和“标记”。人们当时笃信,不同的姓氏起源于不同的动物、植物或其他物种,而只有用舞蹈这种最基本、最直接的生命形式去顶礼膜拜它们,才可以达到彼此间的沟通与合一,从而既保证它们的兴旺发达,又转而求得它们的庇护,保证风调雨顺、五谷丰登、人畜两旺、天下太平,由此导致这类舞蹈的大量产生。

图腾和巫术说是现代西方最流行的一种艺术起源的理论,为不少人类学家、考古学家和文艺理论家所赞同。巫术和巫舞的起源虽然很早,但系统地对它们进行研究,是从19世纪开始的。英国人类学家爱德华·泰勒和弗雷泽首先提出了“巫术说”。他们认为,原始人的世界观是一种“万物有灵”的观点,就是给一切现象都凭空加上神灵的作用,而且这些人格化的神灵无处不在。同时,他们还认为,舞蹈是使人和自然交融感应的活动。他们列举了古代墨西哥人在一种专为祭祀玉米女神的庆典舞蹈中,女人们要将长发放开,让它随着舞蹈的表演摇曳飘荡,就像玉米穗子的长须随风摇曳那样,以求得来年的丰收,以此说明巫术与舞蹈的关系。

在人类原始部落里,舞蹈具有全社会性,在他们组织散漫和生活不安定的状况下,需要有一种社会感应力使他们团结在一起,舞蹈就是产生这种感应力的重要手段。不论是狩猎还是战争,都是整个部落一起行动,所以原始舞蹈总是集体性的。部落为了有个共同标志,这就出现了图腾。图腾不仅作

为部落区别的标志，同时亦是一种最原始的宗教信仰。每逢祷告或庆贺，都对着图腾跳舞，这叫图腾舞蹈。

图腾舞蹈在世界各地原始民族中都是一样存在的。北美洲印第安部落跳野牛舞，他们相信野牛和自己部族有血缘关系，跳这种舞野牛就会出现并让他们狩猎。澳洲土人跳他们的图腾蛇舞时，舞者纹脸纹身，作为对自己部落祖先的纪念。鄂伦春族的“黑熊搏斗舞”在表演时由三人同演，表演者双手扶膝，摇头晃肩，用粗重的声音“哈莫，哈莫”地吼叫着，模仿熊的样子蹲跳起舞。表现相斗的两人用下巴袭击对方的肩部，另一人穿插在两人当中，为他们解劝。舞蹈粗犷有力，表演风趣，富有生活气息。探究这种舞蹈的产生，会发现这与鄂伦春族崇拜熊的民族心理有很大关系。鄂伦春人认为熊和他们有着血缘关系，把熊作为图腾崇拜。而跳“黑熊搏斗舞”既有模仿、娱乐的性质，也有希望祖灵（黑熊）庇佑，获得如熊般强健体魄的心愿。龙和凤是中国古代民族的图腾，由此而生的舞蹈种类不胜枚举。由于各个部族互相归并，一个图腾已经不能代表整个部落联盟的共同祖先，于是把多种图腾特征，如以鹿的角、蛇的身、鱼的鳞、鹰的爪综合成龙的形象，以孔雀、山鸡等特征综合成凤的形象，用它们代表最高统治者一姓的祖先，作为“帝德”与“天成”的标识。后来才把龙和凤当作中华民族发祥和文化肇端的象征。

原始社会解体，人类进入奴隶社会，从此，图腾崇拜开始和巫术迷信相结合。因而就产生了巫舞。图腾崇拜和巫术虽然都是原始宗教信仰，但两者性质不同，活动形式也不相同。图腾是原始人类崇拜的偶像，而巫师则是作为人与神之间沟通的桥梁；图腾舞蹈是社会性的集体舞蹈，而巫舞则是巫师的表演。在巫术中，歌和舞被利用为巫术的手段，制造出一种神秘的气氛，以保证巫术的成功。从舞蹈发展的角度看，巫舞比原始的图腾舞蹈前进了一大步，它从比较粗糙的集体舞蹈转向专业的、个人的舞蹈表演，而且还表现出神话中的人物和故事。中国古代盛行巫术、巫舞，并把从事这种活动的人称作巫（女巫）、覡（男巫）。商代甲骨文中，就有许多关于某个巫，为某一目的（如祈雨、出征等）跳某种舞蹈的记载。从商周经汉唐到明清的几千年来，巫舞在祭祀天地、求雨、祈福、驱邪以及消灾、治病等活动中，起着重要的作用。史料中，春秋战国时期的楚国，巫舞十分盛行，规模宏大，形式和内容都相当丰富。一直到本世纪 50 年代初，一些边远地方仍有这种巫舞的遗存。随着社会经济的发展和人们观念的改变，许多巫舞发展成为风俗性民间舞蹈。

(四) 性爱说

原始社会生存环境险恶,人口生育率、存活率以及平均寿命都很低,原始人为了生存的需要,把繁衍下一代看作是非常重要的事情,把性和人们的性行为看成是很神圣和很神秘的事情。因此,在图腾崇拜的同时,也产生了生殖崇拜和性崇拜。而舞蹈是择偶、求婚和进行情爱训练的主要方式和手段,因此有不少学者认为舞蹈起源于性爱活动。

舞蹈起源于性爱的理论,虽然没有模仿说、游戏说、图腾和巫术说等艺术起源论那样历史久远,但是却受到愈来愈多的学者重视。达尔文就断言“音乐舞蹈起源于性的冲动,起源于恋爱。”艾理斯也说:“舞蹈不仅与宗教有紧密的关系,它与爱情也有同样的紧密关系。”在一些民族里,如奥玛哈斯族,舞蹈一词既是舞也指爱。男性必须以他的美、精力和技巧去赢得女性。同所有低级动物是通过肢体动作完成两性间从求偶到交配的全过程一样,作为高级动物的人类,也是通过雏形舞蹈完成两性之间传宗接代的伟大使命,并同时享受男欢女爱的快乐。形象地说,舞蹈是各种动物间“调情”的继续。在这一点上,本来千差万别的东西方舞蹈出现了异曲同工之妙。

(五) 情感说

与性爱说相对的,也有学者认为舞蹈不只是表现人的情爱。人们的各种激越的情感,人们生活中有重大意义的活动,都会用舞蹈来表现。德国学者恩斯特·格罗塞在谈舞蹈的本质时指出:“取材于无生物的造型艺术对高级民族所发生的意义至少可以在低级部落间辨认出它的萌芽状态来,至于那活的造型艺术——舞蹈,所曾经具备的伟大的社会势力,则实在是我们现在所难想象的。现代舞蹈不过是一种退步了的审美的和社会的遗物罢了,原始的舞蹈才真是原始的审美感情的最直率、最完美,却又最有力的表现。”他强调情感表现在舞蹈中的重要意义。《现代汉语词典》中把舞蹈解释为“以有节奏的动作为主要表现手段的艺术形式,可以表现出人的生活、思想和感情,一般用音乐伴奏。”《诗经·大序》中有这样一句话:“情动於中而形於言。言之不足,故嗟叹之。嗟叹之不足,故永歌之。永歌之不足,不知手之舞之,足之蹈之也。”当人的内心产生感情时,就会用语言将其表达出来。可是,当语言无法表达时,就会是感叹。当感叹无法表达内心的感情时,便会歌唱。若当歌唱也无法表达内心的情感时,便会不知不觉地手舞足蹈。可见,舞蹈是表现人的情感最直接、最形象的方式,也是一种最能充分表现人情感的方式。这段话生动地说明了舞蹈是表现人们最激动的情感的产物。恩斯特·西塞罗说:“再没有别的艺术行为,能像舞蹈那样的转移和激动一切人类。”也就是说,舞蹈能帮助个人与集体的情感宣泄出来,以平和的心境

投入生产实践,促进部落或族群的稳定。情感宣泄只能以纯生理身体为基础,借助舞蹈者肌肉、动作强度、动作频率和身体着装等内外因素,营造力构筑的虚幻而传达出令人沉醉的舞蹈境界。在力的虚幻世界中,部落或族群的全体成员可以自由地与神对话、表达对神的祈求,并且获得观念性改造外在世界的力量,是原始蒙昧期人的本质力量的显现。

(六) 劳动说

我国有很多学者主张舞蹈起源于劳动的理论。恩格斯说:“劳动创造了人本身。”从猿到现代人千百万年人类进化的过程中,劳动起着决定性的作用。劳动使古猿直立行走,使人能制造工具,从此显示出人与动物的根本区别,使人脱离了动物界,创造了人类社会,创造了艺术赖以产生的物质基础。另一方面,劳动同时增强了人脑的功能,使人产生自我意识,培育出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形体,使人能够用形体表现自己,表现对周围事物的感受,从而加速了人类文明的进程,出现了原始舞蹈的萌芽。因此说,舞蹈起源于劳动。这一学说始于19世纪德国心理学家威廉·冯特,后又在19世纪末20世纪初被俄国马克思主义理论家和政治家普列汉诺夫推广和发展。

普列汉诺夫在他的《论艺术》一书中曾引用了北美洲红种人跳“野牛舞”的例子加以说明。他记述了这样的事实:当人们很久捕不到野牛,面临饿死危险的时候,就要跳“野牛舞”,一直跳到野牛出现。这种跳舞可以引来野牛的做法,虽然是他们巫术观念的反映,但跳舞的最终目的是捕获野牛(劳动),是得到食物,以保证生存的基本要求。劳动是跳舞的动机,巫术只增强了引来野牛的信念。劳动才是第一位的因素。中国古文献中,也有许多关于艺术起源于劳动的记载。例如《尚书·益稷篇》中“击石拊石,百兽率舞”的描述。其中作为伴奏乐器的“石”,是从劳动中的石器发展而来的,跳舞中模仿的野兽的形象,则是狩猎中观察的结果和艺术升华,乐与舞最初都源于劳动生活。

他们认为舞蹈的起源是随着人类生产劳动而产生的,还有一个重要原因是,舞蹈的动作和节奏与劳动是密切相关的。不管是哪一种劳动,人的手脚总是要活动的,手用以拍打,脚用以踩踏,在某种动作连续重复过程中,就产生有规律的节奏,再伴以呼喊或打击石块和木棍,最原始的舞蹈就出现了。

我国一些原始舞蹈的现代遗存中也有许多狩猎和种植生活内容的舞蹈动作。如鄂温克族的“跳虎”、鄂伦春族的“黑熊搏斗舞”都是人模拟虎、熊的舞蹈,是由他们狩猎生活中产生出来的。达斡尔族歌舞《达奥》就生动地

描绘了一个英武的猎手，骑上枣红色骏马，带着洁白的猎犬，飞似地追逐野兽，终于获得了猎物，欢欢喜喜回家的情景。这些史料和舞蹈的留存极为有力地证明了舞蹈劳动起源说，但它并不能解释所有舞蹈的起源，例如性爱舞蹈，如人与人之间交流情感的舞蹈，如具有一定游戏性质的娱乐舞蹈等等。

劳动说是我国许多舞蹈史论工作者所赞同的理论。从原始人的一些洞窟壁画中很多表现他们狩猎生活的舞蹈场面；从原始舞蹈的现代遗存中许多反映狩猎和种植生活内容的舞蹈中都可以使人们看到舞蹈起源于劳动。如西班牙东海岸克鲁库地方的洞画，画了有女性参加的狩猎舞的画面。画中的女猎人，腰部以上筋肉紧张，十分传神。1932年，德国福罗贝纽斯教授在北非费耶赞地方发现的岩画，大约是纪元前三万年左右的遗迹。这幅画表现了一群人扑击猎物的狩猎舞蹈，给人以更为深刻的印象。

另外，一些原始民族所跳的舞蹈也往往是他们狩猎生活的再现。如西非赤道下的土人出猎大猩猩时，让一个人装扮成大猩猩，表演它被猎人杀死的情形。北美洲达科太人出猎熊前，也会跳猎熊之舞。其中一人披着熊皮，戴着熊头，化妆为熊的形状，最后被猎人驯服。西珂人的狩猎跳舞则会把全族人分为两部分，一部分人饰演水牛，佩带水牛的皮角为标记，另一部分饰演猎人，佯作将整群牛包围杀掉。而在一些从事农业劳动的原始民族那里，他们所跳的舞蹈则与他们的劳动生产有着密切的联系。如马里亚人有一种马铃薯舞。初生的作物容易被东风损伤，所以女人们便到田地里去跳舞，她们把形体做出风雨吹打的情状，和马铃薯开花、生长的姿态；当她们跳舞的时候，她们唱歌，告诉她们的作物也学她们的样子。

（七）综合说

舞蹈理论从诞生发展到现在，历史绵长，出现过很多相关的学说，他们都有一定的道理，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，而是存在着多种因素。舞蹈源于劳动的说法，是从舞蹈是人体律动的艺术这一基本点出发的。人体既是舞蹈的物质基础，而人类的劳动又曾对人体的进化、演变起着决定性的作用，那么，舞蹈的发生根本在于劳动。人是能进行思维的万物之灵，可以根据自己的需要和想象去创造，去艺术升华，但在舞蹈形成和发展过程中，其他因素也起着不可低估的作用。舞蹈的继承和传播，模仿是学习的开端；舞蹈能使人获得被庇佑的安全感，表达心中的愿望，能使人愉快忘我，团结协作，在古代就被看成是巫术；充沛的精力使人有意识地进行游戏，更激发人们从舞蹈中得到快乐。舞蹈作为外在的艺术形式，内在驱动力往往为强烈的个人情感或社会意识，由此又产生了舞蹈情感

说。人类自身的繁衍是社会发展的需要，于是舞蹈又和性爱联系在一起。舞蹈起源的模仿说、游戏说、巫术说、情感说、性爱说等说法，正反映出舞蹈形成的多元性。所以我们主张“劳动综合论”，即：舞蹈起源于人类求生存、求发展中劳动实践和其他多种生活实践的需要。如果再详细一点来说，舞蹈起源于远古人类在求生存、求发展中劳动生产（狩猎、农耕）、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。

二、舞蹈的内涵

舞蹈是人类历史上最早产生的艺术形式之一，人们称之为艺术之母，它随着历史的进步而变化发展。作为一种社会艺术的审美形态，它从远古就与人类的狩猎、耕作、宗教、战斗、性爱等生产、生活内容息息相关。舞蹈能直接、生动、具体地表现文字或其他艺术形式难以表现的人的内在深层的心理状态、强烈的感情、鲜明的个性，并能探索与体现人生的价值与意义。

舞蹈是一种人体动作的艺术。但是，这个人体动作，必须是经过提炼、组织和美化了的舞蹈化了的人体动作。另外，属于人体动作范畴的艺术也有许多种，如杂技、哑剧、人体雕塑、韵律操等等。所以，舞蹈不同于别的人体动作艺术的主要方面是：它是以舞蹈动作为主要艺术表现手段，着重表现语言文字或其他艺术表现手段所难以表达的人们内在深层的精神世界（细腻的情感、深刻的思想、鲜明的性格）和人与自然、人与社会、人与人之间以及人自身内部的矛盾冲突，创造出可被人感知的生动的舞蹈形象，以表达舞蹈作者（舞蹈编导和舞蹈演员）的审美情感、审美理想，反映生活的审美属性。

另外，舞蹈中人体动作不停顿地流动变化的特点，使得舞蹈必须在一定的空间（舞台或广场）和一定的时间中存在。而在舞蹈活动中，一般都要有音乐的伴奏，要穿特定的服装，有的舞蹈还要手持各种道具。如果是在舞台上表演，灯光和布景也是不可缺少的。所以，也可以说舞蹈是一种空间性、时间性和综合性的动态造型艺术。

在哲学家和美学家眼中，舞蹈艺术已经升华为一种生活，甚至生命的艺术。在远古的社会生活中，舞蹈是一种极为重要的事情——婚丧嫁娶、生育献祭、播种丰收、驱病除邪，一切都离不开舞蹈。舞蹈成为远古先民的质朴的生活方式和感知世界的手段。新喀里多尼亚的北方，市场店铺里商人轮流出来跳舞以展示他们的商品；北昆士兰的居民跳着节日的环舞，一只一只地捕捉虱子；非洲喀麦隆的首长由于背叛被处死刑时，甚至唱着歌跳着舞走