

XINKECHENG BAIKE ZHISHI  
新课程百科知识

# 霓裳曼舞

国家新课程教学策略研究组/编写



紧贴新课标

覆盖课内外

远方出版社

新课程百科知识

# 霓裳曼舞

国家新课程教学策略研究组 编写

远方出版社

## 图书在版编目(CIP)数据

霓裳曼舞/国家新课程教学策略研究组编写. —2版. —呼和浩特:  
远方出版社, 2006. 11

(新课程百科知识)

ISBN 978-7-80595-954-2

I. 霓… II. 国… III. 舞蹈史—世界—青少年读物 IV. J709.1—49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 140750 号

## 新课程百科知识

### 霓裳曼舞

---

|      |                        |
|------|------------------------|
| 编 者  | 国家新课程教学策略研究组           |
| 出 版  | 远方出版社                  |
| 社 址  | 呼和浩特市乌兰察布东路 666 号      |
| 邮 编  | 010010                 |
| 发 行  | 新华书店                   |
| 印 刷  | 廊坊市华北石油华星印务有限公司        |
| 版 次  | 2009 年 2 月第 1 版        |
| 印 次  | 2009 年 2 月第 1 次印刷      |
| 开 本  | 787×1092 1/32          |
| 印 张  | 150                    |
| 字 数  | 2500 千                 |
| 标准书号 | ISBN 978-7-80595-954-2 |

---

远方版图书, 版权所有, 侵权必究  
远方版图书, 印装错误请与印刷厂退换

## 再版说明

集趣味性、知识性于一身的《新课程百科知识》进入学校有两年多时间了,在师生中引起了极大的反响,大家给我们提出了很多好想法和好建议,在这里我们要向所有关心本书的老师和同学们表示感谢。

社会在进步,知识在更新,观念在嬗变,我们的工作也不能停下来。第一版《新课程百科知识》在知识结构设计和内容的深度上存在一些问题。为了让学生朋友们更易于接受新观念,更乐于学习新知识,我们根据读者的建议对其进行了适当的删减和更新,删除了一部分专业性太强的篇章,对一些较深的知识点进行了深入浅出的再阐述,对一些过时的数据进行了更新,浓缩成现在的《新课程百科知识》。

相信《新课程百科知识》第二版更合您的品味,我们期待您关注的目光。

编 者

# 前言

1993年《中国大百科全书》简体字版的完成出版,宣告“华文世界没有现代百科全书”的时代结束了。为了适应不同读者的需要,在《中国大百科全书》精神的指引下我们编写了这套《新课程百科知识》。

《新课程百科知识》是针对青少年朋友精心编写的百科知识书籍。它具有以下几个特点:

## 一、紧扣新课程标准

全套书共50册,涵盖了科技、艺术、文学、动植物、地球、历史、地理等50个方面内容,这些内容严格按照新课程标准关于中学生学习的八大领域划分。在编写过程中,我们特意将新课程标准的理念潜移默化到字里行间,是青少年朋友在接受新知识的同时逐渐养成有效的学习习惯。

## 二、知识面广、趣味性强

本套书涵盖了中学阶段各学科的相关知识点,包括人文科学、社会科学和自然科学的各个领域。为了使青少年朋友能够在轻松与快乐中学习知识,编写者们采用讲故事、猜谜语、讲笑话等多种形式对各知识点进行深刻透彻的阐释。

《新课程百科知识》是30多位专家学者们艰险努力的结晶,希望看到此书的小读者能像对待自己的朋友一样好好珍视它,钻研它,让《新课程百科知识》成为与你心灵相通的知己。

编者



# 目 录

## 中国舞蹈

汉族舞蹈

1

维吾尔族舞蹈

1

藏族舞蹈

7

蒙古族舞蹈

13

傣族舞蹈

16

彝族舞蹈

19

朝鲜族舞蹈

23

羌族舞蹈

25

塔吉克族舞蹈

28

师公舞

31

芦笙舞

35

苗族鼓舞

37

瑶族长鼓舞

42

木脑纵歌

45

拉手舞

47

摆手舞

48

50



◎ 霓裳曼舞



## 外国舞蹈

53

日本舞蹈

53

菲律宾舞蹈

58

土耳其舞蹈

61

波兰民间舞蹈

62

德国民间舞蹈

65

英国和爱尔兰民间舞蹈

67

俄罗斯芭蕾

70

法国民间舞蹈

78

西班牙舞蹈

80

埃及舞蹈

82

美国民间舞蹈

84

阿根廷探戈舞

87

巴西桑巴舞

89



◎霓裳曼舞



# 中国舞蹈



◎霓裳曼舞

## 汉族舞蹈

汉族是我国人口最多、分布最广的民族。汉族民间舞蹈是中华民族舞蹈文化宝库中的重要组成部分。据统计,许多省的汉族民间舞蹈形式皆在百种以上。

汉族民间舞蹈有着悠久的历史。在 1973 年于青海大通县出土的新石器时代的陶盆上,绘有三组、每组 5 人连臂而舞的纹彩。从舞人整齐一致的服饰和动作可以看出,当时中国的祖先就已创造出有一定艺术表现力的民间舞蹈。从商代的甲骨文中可知,在公元前 11 世纪,民间舞蹈已成为供奴隶主贵族享乐的表演艺术。《诗经》和《楚辞》中又生动地描写了周代中原及荆楚地区广泛流传



的民间舞蹈。当时盛行宫廷和民间的祭祀舞蹈——雠舞至今犹存。汉代设立了采集民间歌舞的专门机构：乐府。在汉代盛行的百戏中出现的龙舞、狮子舞、高跷、剑舞、绸舞等至今仍是普遍流行的汉族民间舞蹈。唐宋以后直至明清，汉族民间舞蹈在民间得到进一步发展，成为广大劳动人民在春节、灯节上的主要娱乐活动，在赶会、社火活动时由民间艺人演出。现今流传的主要汉族民间舞蹈，在明清两代多已存在。在长期的发展过程中，汉族民间舞蹈形成了自己独特的民族风格。



◎霓裳曼舞



陶盆上的舞蹈纹彩

舞蹈在汉族人民生活中是非常重要的内容，不管是农闲时节，还是在婚丧嫁娶、迎神赛会之时，人们都要举



行歌舞活动,尤其在春节、灯节等传统节日里。按各地习惯的不同,把民间舞蹈活动分别称为“走会”“出会”“赶会”“灯会”“闹秧歌”“扮社火”等。组织表演民间舞蹈活动,主要是爱好民间舞蹈的民间艺人。这与中国大多数少数民族有所不同。汉族由于长期处于封建社会,受封建礼教束缚较深,广大人民群众很少直接参加演出活动。因此,民间艺人对汉族民间舞蹈具有特殊的意义,对它作出了重要贡献。

汉族民间舞蹈的内容题材十分丰富。有反映人民劳动生活的,如采茶舞、跳春牛、绣花舞等;有表现男女之间爱情的,如秧歌和花鼓灯的小场子等;有反映民间风俗的,如伴嫁舞、坐歌堂等;有扮演历史人物的,如英歌;还有具有宗教祭祀色彩的各类巫舞、傩舞等。此外,有许多以自然景物、动植物为题材的舞蹈。这类舞虽然没有直接反映人们的生活,但却寄托了他们的情感和愿望。如《云灯舞》,以模拟白云飘浮在长空,表达对自由的向往;《荷花舞》《腊梅舞》,则歌颂了人的高尚情操和坚贞不屈的品格;《鹤舞》《蝶舞》等表达了对美好生活的追求,歌颂纯洁的爱情。鱼、狮、龙、凤等形象和中国人民古代图腾崇拜密切相关,以它们为题材的舞蹈反映了人民祈福的愿望。这种缘物寄情的艺术表现手法,是中国各种传统艺术所共有的。

汉族民间舞蹈的突出特点是使用道具和歌舞相结合。使用道具,主要是为了更好地表现舞蹈的内容和抒





发舞者的情感。拿使用较多的折扇来说,那千姿百态的舞扇动作,对表达思想情绪、塑造人物性格、美化舞姿都起着重要作用,而且还能根据舞蹈情节的要求,模拟花或蝴蝶等形象。再以鼓为例,通过鼓身的大小长短,鼓点节奏的缓急,声音的轻重,结合击鼓作舞的动作姿态,形成鼓舞的多种风格,表达了舞者不同的感情。这充分说明汉族民间舞蹈中道具的运用,进一步丰富了它的表现手段。这些道具使用的方法很多,有的拿在手中,有的挎在腰间,有的担在肩头,有的戴在头上……无论哪种道具,都来自生活,并经过艺术加工。它们和从生活中提炼的舞蹈动作与表演是协调的,并起美化舞蹈形象的作用。

是汉族民间舞蹈的另一重要特点是歌舞结合,可以用“载歌载舞”来形容。汉族民间舞蹈中有花灯、采茶灯、跳春牛、耍耍、二人台、二人转等富有地方特色的歌舞,普遍流行于各地的跑竹马、跑旱船、花鼓和霸王鞭等也多是边唱边舞的。有些地方连龙舞、狮子舞中都带唱。歌舞不仅能抒情,也长于叙事,能表达比较细致复杂的思想感情和广泛的生活内容,可以起“歌以咏言、舞以尽意”的作用。且歌且舞,能听其声、观其容,有声有色,有着强烈感人的艺术效果。诗、乐、舞的结合,在中国表演艺术中有悠久的传统,从中国民族艺术发展史中看,它一直占有突出地位。

汉族舞蹈的动作讲求手、眼、身、法、步的紧密结合,具有全身舞动的韵律感;舞姿多为弧线,呈现出圆曲美的



体态特征；“手传意、眼传神”“手眼相随”“形神兼备”和表演上强调内在的含蓄美；这些都是汉族民间舞蹈的动作风格特色。



狮子舞



◎霓裳曼舞

汉族舞蹈和民族武术、杂技以及戏曲有密切关系，在中国古代百戏中，杂技和舞蹈是掺杂在一起表演的。这种形式，至今保留在民间节庆的赶会、社火中。这种长期的相互吸收融合，又形成了它高度的技艺性，如高跷、狮子舞等。有些舞，则直接从武术而来，如剑舞、盾牌舞。“艺中有技、技中有艺”，技艺并重是汉族民间舞蹈动作的显著审美特征。它的许多动作造型都有一个形象生动的





名称,如“风摆柳”“鹞子翻身”“金鸡独立”“回头望月”等。这本身就是一种对生活美的艺术提炼,给表演者和欣赏者以联想和启发。

汉族舞蹈中虚拟象征的表演,即舞蹈的内容情节、景物环境等主要靠演员的动作来表现,也是汉族民间舞蹈的主要特点。如《采茶舞》,表现一群少女结伴去茶山采茶,一路上山、下山、过桥、到茶林采茶,都是同一场景中用虚拟象征的动作来表现的,既无山冈小桥,更无茶林。又如跑旱船、跑驴等舞蹈,通过演员的表演,表现出撑船、波浪、赶路、陷坑等特定情境。这种“景在舞中”的表现手段,也是中国各类传统表演艺术的共同特点。

我国幅员辽阔,汉族人民分布在全国各地,由于生活环境、风俗习惯等的不同,各地汉族民间舞蹈在共同特点的基础上,又有着鲜明的地方特色。以流行甚广的龙舞来说,在龙的形象和舞法上,各地就有几十种之多。同是花灯,云南的、四川的、贵州的和湖南的,表演各异;都是秧歌,陕北的、东北的、河北的和山东的动作风格不同。再以南方和北方举例,南方许多地区多流行鱼灯,而北方则少有这种舞蹈形式;都是反映撑船和爱情生活的舞蹈,南方称采莲船,北方称跑旱船。据此,大体可以说,南方流行的多以五彩缤纷、质朴秀丽见长;北方的则以形式多样、浑厚粗犷著称,这可以用各种鼓舞为例。

民间歌舞在我国历史上被统治者称为“俗乐”“散乐”。唐宋以后,屡有统治者颁布禁止民间歌舞活动的法





令。再加上人民生活的贫困、自然灾害、战争动乱以及民间艺人社会地位的低下,使汉族民间舞蹈不能得到很好的发展,有的成为逃荒卖艺讨饭的工具,有的甚至失传。

## 维吾尔族舞蹈



◎霓裳曼舞

维吾尔族自古以来一直居住在我国西北部,有悠久的历史文化艺术传统。维吾尔族舞蹈继承古代鄂尔浑河流域和天山回鹘族的乐舞传统,又吸收古西域乐舞的精华,经长期发展和演变,形成具有多种形式和特殊风格的舞蹈艺术,广泛流传在新疆维吾尔自治区各地。

维吾尔族古时候被称为回纥、回鹘、畏兀儿等,较早实行农耕经济。维吾尔族曾信奉萨满教、摩尼教、佛教、伊斯兰教等宗教。维吾尔族不同发展时期的经济文化生活与宗教信仰,在他们的舞蹈中都有所表现。据《魏书·高车传》记载:“合聚祭天,众至数万……游绕歌吟忻忻。”反映了其先民在漠北游牧时期盛大的萨满祭天仪式中的舞蹈活动。回鹘时期民间与宫廷的乐舞活动以及佛教对歌舞的影响,在唐宋以来的史籍中都有记载。

自古以来,新疆地区就是中、西交通要道,也是古西



域乐舞盛行的地方。中原文化及印度、伊朗文化,对新疆文化的发展起过重要的作用,而西域乐舞对中原及其他地区乐舞,也有深远的影响。汉、唐著名的于阗乐、疏勒乐、龟兹乐、高昌乐、伊州乐等都出自新疆境内。至今上述地区依然保持着乐舞风习,流传各具特色的舞蹈形式。这些舞蹈大多与新疆著名古典音乐套曲木卡姆相结合,许多小型表演性节目,多在群众欢聚娱乐的“麦西来甫”中进行。木卡姆的演奏与麦西来甫的活动,都是新疆的传统风习,木卡姆使民间音乐规范化,促进了民间舞蹈的发展;麦西来甫则给人们提供了学习本族、本地区风俗、仪礼,学习民间舞蹈和进行即兴创作的机会。现在维吾尔族的舞蹈,又在原基础上得到了发展和创新。

新疆南北地区由于自然环境和经济发展的不同,其维吾尔族各种舞蹈既有共同的风格,又有不同的地区特色。维吾尔族舞蹈的主要特点是身体各部位的动作同眼神配合传情达意。从头、肩、腰、臂到脚趾都有动作。昂首、挺胸、直腰是体态的基本特征。通过动、静的结合和大、小动作的对比以及移颈、翻腕等装饰性动作的点缀,形成热情、豪放、稳重、细腻的风格韵味。其特点还表现在:①膝部连续性的微颤或变换动作前瞬间的微颤,使动作柔美,衔接自然。②旋转快速、多姿和戛然而止。各种舞蹈形式的旋转,均各具特色,通常在舞蹈的高潮时作竞技性旋转。③音乐伴奏多用切分音、符点节奏,弱拍处常给以强奏的艺术处理,用以突出舞蹈的风韵和民族色彩。



维吾尔族舞蹈

维吾尔族舞蹈可分为自娱性舞蹈、风俗性舞蹈、表演性舞蹈三类。自娱性和风俗性舞蹈中也带有表演和宗教因素。现流传于新疆各地的民间舞蹈主要形式有：赛乃姆、多朗舞、萨玛舞、夏地亚纳、纳孜尔库姆、盘子舞、手鼓舞以及其他表演性舞蹈。

**赛乃姆** 自娱性舞蹈。广泛流传于新疆各地，节奏以 4/4、2/4 拍为主，个别地区（如哈密）有 5/8 拍。赛乃姆原是古代新疆民间曲调的一种，节奏平稳，旋律优美，



适于舞蹈,后来与节奏欢快的曲调赛勒凯相结合,形成由慢转快的两段体的舞蹈形式,被收进维吾尔族古典套曲《十二木卡姆》。从《钦定皇舆西域图志·卷四十》关于回部乐的记载,可知赛乃姆曾是清朝宫廷回部乐中的表演项目。赛乃姆的表演较自由,无论室内室外均可进行。开始表演前,群众围坐,乐队和伴唱者聚集一处。音乐开始后舞者进场,可独舞、对舞,也可3~5人同舞。舞者随琴声、鼓点由慢到快即兴表演,也可邀请观众同舞。舞至高潮时,观众合着节奏拍手并欢呼助兴。赛乃姆的伴奏乐器有弹拨尔、热瓦甫、都它尔、沙塔尔、手鼓等。以手鼓掌握舞蹈速度。赛乃姆的地区特点为:①南疆,以喀什地区为代表,风格明快、活泼、深情、优美。②北疆,以伊犁地区为代表,风格潇洒、豪放、轻快。③东疆,以哈密地区为代表,风格平稳、安详、风趣、乐观。习惯上在赛乃姆名称前,冠以地区名称,如:库车赛乃姆、和田赛乃姆、伊犁赛乃姆等。

**多朗舞** 礼俗性舞蹈。以双人对舞为基础,带有竞技性的组舞。流传在新疆麦盖提、巴楚、莎车、阿瓦提等县。“多朗”是居住在塔里木盆地个别地区古代维吾尔族人的自称。多朗舞是他们传统风俗活动中的重要组成部分。每逢婚嫁、喜庆日欢聚时,都跳多朗舞。多朗舞有一套完整的表演程式。舞者必须自始至终跳完整个舞蹈,中途不准退出,观众也不得随便离开舞场。表演时的音乐伴奏按《多朗木卡姆》的演奏顺序进行。开始时唱散板