



上海市舞蹈学校
建校 50 周年
系列丛书



性格舞课程

教学大纲

王学范 李琴生 著

 **SMPH**
上海音乐出版社
WWW.SMPH.CN

3J398



上海市舞蹈学校
建校50周年
系列丛书

性格舞课程 教学大纲

王学范 李琴生 著

上海音乐出版社

图书在版编目 (C I P) 数据

性格舞课程教学大纲. / 王学范 李琴生著. —上海: 上海音乐出版社, 2010. 3

ISBN 978-7-80751-448-0

I. 性… II. ①王…②李… III. 性格舞蹈—专业学校—教学大纲
IV. J732. 9-41

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2010) 第 023670 号

书名: 性格舞课程教学大纲.

著者: 王学范 李琴生

出品人: 费维耀

责任编辑: 黄惠民

封面设计: 陆震伟

印务总监: 李霄云

上海音乐出版社出版、发行

地址: 上海市绍兴路 74 号 邮编: 200020

上海文艺出版 (集团) 有限公司: www.shwenyi.com

上海音乐出版社网址: www.smph.cn

上海音乐出版社论坛: BBS.smph.cn

上海音乐出版社电子信箱: editor_book@smph.cn

印刷: 上海市北印刷 (集团) 有限公司

开本: 787×1092 1/18 印张: 4 2/3 文 84 面

2010 年 3 月第 1 版 2010 年 3 月第 1 次印刷

印数: 1-4, 000 册

ISBN 978-7-80751-448-0/J·398

定价: 20.00 元

读者服务热线: (021) 64315066 印装质量热线: 64310542

反盗版热线: (021) 64734302 (021) 64375066-241

序

舞蹈是一门最能表现人的生命情调,最直接有力地展现人的生命力的艺术。进入二十一世纪,随着人民群众生活水平、生活质量的提高,舞蹈又一次迎来其发展的黄金时代,她已成为与人们日常生活融合最为密切的艺术形式之一。

在上海市舞蹈学校即将迎来建校 50 周年之际,舞蹈系列校本教材的出版为广大舞蹈艺术教育者和爱好者献上了一份适时的厚礼。这是曾为国际国内培养了大批舞蹈艺术家的上海舞校优秀教师集五十年智慧结晶而撰写的系列教材,它充分结合了舞蹈教学的生理特性和心理特点,融知识性、训练性和实用性于一体,强调了舞蹈训练的规范、系统和科学性。整套系列教材图文并茂,学术性尤为突出,也有可操作性,对于从事舞蹈教学研究的专业人员和实际承担课程教学的一线教师都有重要的参考价值和借鉴作用。

我一直认为艺术与科学是整个文化事业不可或缺的两翼。有了这两翼,我们的文化事业定会展翅飞翔! 让我们站在艺术教育国际化、专业化、知识化、学术化的高度上,放眼观照舞蹈文化、舞蹈艺术、舞蹈研究、舞蹈创作、舞蹈表演、舞蹈评论、舞蹈运营,在尊重艺术科学发展规律的前提下,诚信互动,和而不同,共同开创舞蹈艺术事业发展更辉煌的未来! 愿中华民族舞蹈艺术事业薪火相传!

白淑湘

2010 年 3 月

编者的话

1960年3月18日成立的上海第一所舞蹈专业学校——上海市舞蹈学校,现已迎来了五十华诞。五十年来我校为上海乃至全国20多个省、港澳台地区及日本、韩国、新加坡等国培养了2000余名舞蹈专业人才,培育了一批优秀的有世界知名度的舞蹈家及舞蹈教育家,成绩卓著,享誉国内外。1965年我校创作并演出了驰名中外、经久不衰的中国民族芭蕾舞剧《白毛女》,成为中国舞蹈史上的经典之作,彪炳史册。优秀人才的培养,优秀舞剧的创作验证了我校教师的不凡的教学水平,值得赞颂和记载。

回眸我校五十年的发展,从一无所有到硕果累累的艰难历程,无不涵盖了老中青教师的求实创新、追求卓越、与时俱进、勇攀高峰、无私奉献的优良传统。代代薪火相传而铸成今日的辉煌,其中不乏有很多鲜为人知的故事和情景,我们特组织编写了《舞苑春秋——上海舞蹈家的摇篮》、《足尖上的茉莉花香》等书稿,供读者与我们共享那段既艰苦又美好的时光。教学是学校教育的核心,教育质量关系到学校的生存与发展。教材建设是衡量师资水平和教学质量的重要指标。教材建设要继承传统,开拓创新;要有针对性、适应性、实施性;要科学有序,彰显特色。我们结合本校的特点组织教师编写了舞校校本教材。有《古典芭蕾舞基本训练教程》、《江南风格民间舞教材与教法》、《舞蹈筋斗基本训练教程》等。教材的编写,力求促进教学质量向更新、更高的水平发展。

舞蹈艺术的内涵在不断丰富和扩展,舞蹈艺术发展的潜力又是无限的。舞蹈教学和舞蹈创作是一个长期的、不断探索的过程。这套丛书是我

们教学探索的初步尝试,对于飞速发展、日益丰富的舞蹈领域仅是大海中的一滴水,还须加倍努力,充实提高。

这套丛书作为校庆五十周年献礼,以激励上海市舞蹈学校全体师生为祖国的文化建设再创辉煌。在此,谨向丛书的撰写者、被采访者、出版社的领导和编辑同志表示衷心的感谢!

上海市舞蹈学校

2010年3月

前 言

上海市舞蹈学校芭蕾舞专业是培养芭蕾舞表演人才的基地。为了使
学生掌握更多的专业技能,除了芭蕾的基础学习任务外,还必须学习与芭
蕾息息相关的其他舞蹈课程,芭蕾舞专业的课程设置上规定:自第四学年
到第六学年开设性格舞课,课时安排为每周四个学时。

性格舞是古典芭蕾舞剧的一个重要组成部分。性格舞课是相对独立
的一门专业课程。学习的内容是经过加工整理后的规范化、系统化的外
国民间舞蹈素材。掌握纯民间的舞蹈体裁的基础知识和基本技巧,对展现
芭蕾舞剧中出现的不同民族风格的舞蹈素材以及对学生毕业后创作性格
化人物形象有帮助的。我们的教学任务是最大限度地让学生掌握千差万
别的性格舞风格和技术技巧,为以后在舞台上表演和刻画人物更生动、更
准确打下扎实的基础。

由于性格舞的学习只有短短的三年时间,这就要求我们在编写《教程》
时,充分考虑学时学制的因素,合理安排教学内容,力求更有针对性。因
此,在总结过去五十年教学实践成果的基础上,结合当前教学模式和教学
理念,重新编写了本《教程》。本《教程》主要有以下几方面的特点:

一、把每学年的教学内容分为四个阶段,细化了教学步骤,由浅入深,
条理清晰,使教师能够更准确地掌握教学进度。

二、对这几十年教学中逐步完善的组合固定化,在充分发挥教师自行
编排组合的基础上,也要做到教学的相对统一性。

三、根据近几年的教学实践,为了把性格舞课设计得丰富多彩,我们有
选择地增加了一些全新的内容,目的是让学生能够掌握更多不同风格的性

格舞蹈形式。

四、对于基础训练的系统性更加明确,基本能力和技术技巧的学习逐步加深,贯穿始终。

在编写本《教程》时,遇到的最大困难就是术语问题。性格舞涉及的民族范围很广,术语的使用又没有一个相对统一的标准,而我们对其他民族舞蹈掌握的深度和广度又很有限,所以我们目前只是把几十年来经常使用的名词术语有些用中文表达,而绝大部分都是采用了古典芭蕾通用的法文术语。这个问题有待于逐步研究解决。

课程设置上的改变(由三年级开始学习改为四年级开始学习),增加了编写《教程》的难度。因为学生的接受能力增强了,教学的难度和进度也必须随之提高。就这一情况,我们进行了大纲的合理安排和调整,力求达到最佳的教学效果。当然这只是我们的愿望,效果如何还需要在教学中加以检验。在经过一定的实践周期后,我们还会进行必要的修改与补充,从而使本大纲逐步趋于完善。

目 录

序	白淑湘	1
编者的话		1
前言		1
第一学年(四年级)		1
教学任务		1
上学期(期中前)		1
扶把练习		1
中间练习		4
一、西班牙		4
二、玛祖卡		5
三、匈牙利慢板		5
四、俄罗斯快板		6
上学期(期末前)		6
扶把练习		6
中间练习		9

一、西班牙	9
二、玛祖卡	10
三、匈牙利 慢板 快板	10
四、俄罗斯 慢板 快板	11
五、波洛奈兹	12
下学期(期中前)	12
扶把练习	12
中间练习	15
一、西班牙	15
二、科拉科维亚克	15
三、玛祖卡	16
四、匈牙利 慢板 快板	16
五、俄罗斯 快板	17
六、波尔卡	17
下学期(期末前)	18
扶把练习	18
中间练习	20
一、西班牙 port de bras	20
二、斗牛士进行曲(固定组合)	21
三、玛祖卡	22
四、意大利	23
五、俄罗斯 慢板 快板	23
六、科拉科维亚克	24

第二学年(五年级)	25
教学任务	25
上学期(期中前)	25
扶把练习	25
中间练习	28
一、西班牙大跑步组合	28
二、西班牙弗拉门戈(绕手组合)	28
三、《伊凡·苏萨宁》玛祖卡(固定组合)(部分)	29
四、塔兰泰拉	29
五、中亚西亚	30
六、西班牙探戈(固定组合)	30
上学期(期末前)	31
扶把练习	31
中间练习	33
一、西班牙 port de bras	33
二、西班牙 pas de basque(男女组合做)	33
三、《波斯市场》中亚西亚(固定组合)	34
四、《伊凡·苏萨宁》玛祖卡(固定组合)(全部)	34
五、捷克波尔卡(固定组合)	34
六、塔兰泰拉	35
七、西班牙弗拉门戈(绕手组合)	36
八、西班牙弗拉门戈(打点组合)	36

下学期(期中前)	37
扶把练习	37
中间练习	39
一、西班牙 port de bras	39
二、西班牙 pas de basque	39
三、茨冈组合	39
四、匈牙利男子节奏舞(固定组合)	40
五、匈牙利女子节奏舞	40
六、《天鹅湖》西班牙(固定组合)(部分)	41
下学期(期末前)	41
扶把练习	41
中间练习	43
一、西班牙 port de bras	43
二、《无益的谨慎》大茨冈(固定组合)	43
三、《雷蒙达》玛祖卡(固定组合)	44
四、西班牙六步舞(固定组合)	45
五、《天鹅湖》西班牙(固定组合)(全部)	45
六、罗马尼亚(固定组合)	46
七、俄罗斯男子舞(固定组合)	46
第三学年(六年级)	48
教学任务	48
上学期(期中前)	48
扶把练习	48

中间练习	50
一、西班牙 port de bras	50
二、《浮士德》西班牙(固定组合)	50
三、匈牙利 慢板 快板	51
四、《一千零一夜》中亚西亚(固定组合)	52
五、玛祖卡	52
六、《胡桃夹子》西班牙(固定组合)(部分)	52
上学期(期末前)	53
扶把练习	53
中间练习	54
一、《卡门》西班牙(固定组合)	54
二、摩尔达维亚	54
三、茨冈(男)	55
四、茨冈(女)	55
五、《胡桃夹子》西班牙	56
六、玛祖卡	56
七、西班牙 pas de basque	56
八、乌克兰	56
九、海军舞	57
十、西班牙斗篷(可与西班牙 pas de basque 组合)	57
下学期(期中前)	58
扶把练习	58
中间练习	58

一、西班牙组合	58
二、阿拉贡霍特	58
三、山地舞(格鲁吉亚)	59
下学期(期末前)	59
扶把练习	59
中间练习	60
一、哈巴涅拉(唱歌的)(固定组合)	60
二、俄罗斯小点(固定组合)	61
三、西班牙斗牛士(固定组合)	61
四、《卡门》西班牙双人舞	62
五、墨西哥民间舞(固定组合)	64
六、塞维娅娜(固定组合)	64
七、《天鹅湖》西班牙	65
八、《天鹅湖》意大利	65
九、《葛蓥莉娅》匈牙利	65
十、《胡桃夹子》中亚西亚	65
十一、卡地拉芬兰波尔卡	66
十二、《胡桃夹子》俄罗斯	66
十三、《堂·吉珂德》手鼓舞	66
十四、《堂·吉珂德》西班牙	66
十五、《堂·吉珂德》西班牙双人舞(两段)	66
十六、《雷蒙达》匈牙利	66
十七、以色列拿哈斯民间舞	66

十八、洗衣娘	66
十九、波莱罗	66
二十、俄罗斯方巾舞	66
二十一、双人波尔卡	66
二十二、《胡桃夹子》西班牙	66
二十三、俄罗斯女子群舞	66
二十四、《葛蓓莉娅》玛祖卡	66
二十五、《天鹅湖》匈牙利	66
二十六、《天鹅湖》玛祖卡	66
二十七、乌克兰男子独舞	66
 后记	 67

第一学年(四年级)

教 学 任 务

通过学习性格舞,让学生了解性格舞的基本知识,掌握性格舞的基本动作元素,准确地把握不同民族舞蹈的风格。在教学中,要对学生的基本体态、手和脚的基本位置强化训练,做到规范而不呆板。音乐节奏的处理应由慢到快,以单一动作为主,手和脚的动作分开练习。小组合的编排主要是使学生熟悉舞台的方位和不同的舞蹈队形。这一学年以男女分开训练为主,只有少量组合是男女配合完成。这就需要学生了解舞伴之间的关系,掌握双人舞蹈中的基本要领,从而达到动作的完美协调。

本学年学习的舞种有:西班牙舞台舞、波兰舞台舞玛祖卡、波兰民间舞克拉克维亚克、波兰宫廷舞波洛奈兹、匈牙利舞台舞、俄罗斯民间舞和意大利等。

上学期(期中前)

扶把练习

一、基本姿态和手位练习

音乐:2/4 或 3/4

1. 头的位置 a 正前; b 正旁; c 侧上; d 侧下; e 正下。
2. 手的练习 a 手从二位打开七位回叉腰;
 b 手从二位到三位打开七位回叉腰。

* 八小节做一次。

* 四小节连续做。

二、Plie

音乐:3/4

1. 六位的 a 半蹲; b 全蹲。
2. 一位的 a 半蹲; b 全蹲。
3. 关四位的 a 半蹲; b 全蹲。
 - * 蹲的时候可用两种方法做:柔的或硬的。
 - * 半蹲用两小节完成,全蹲用四小节完成。
 - * 可带手进行练习。

三、Battement tendu (与俄罗斯小点结合)

音乐:2/4

1. 单一的勾绷脚
2. 连续勾脚击地的
3. 带压四位或二位 plié 的
4. 带压主力脚跟的
 - * 以上动作都在直腿上做,不带 plié。
 - * 手始终在叉腰上。
 - * 勾脚击地要有力。
5. 带主力脚压脚跟的前后五位击地
6. 单的“克留奇”小点
 - * 不带转身的。
7. 跳踏步 a 击地一次的。

四、Jeté

音乐:2/4

1. 带压主力脚跟的
2. Balançoire a 慢的; b 快的。
 - * 所有动作都在直腿上练习。
 - * 压主力脚跟要有力。
3. échappé 收前 cou-de-pied
 - * 用两小节完成。

五、Rond de jambe à terre

音乐:3/4

1. 划八字手的单一练习
2. 摆脚的 demi rond de jambe
 - * 用八小节或四小节完成。