



“十二五”职业教育国家规划教材
经全国职业教育教材审定委员会审定

舞蹈 与幼儿舞蹈创编



WUDAO YU YOUER WUDAO CHUANGBIAN

主编◎李晴晴 刘 洁



东北师范大学出版社
NORTHEAST NORMAL UNIVERSITY PRESS

舞蹈与幼儿舞蹈创编

主 编：李晴晴 刘 洁
副 主 编：赵 旭
编 者：李晴晴 刘 洁 赵 旭 何晓茜
 张晓燕 曹雪媛 赵安安 贾仕芳
 王丽薇 黄 燕 朱 琳 陈 丹
 庞 勤
摄影制作：蓝靖程
音 乐：秦 栋
协 助：苏芳文

东北师范大学出版社
长 春

图书在版编目 (CIP) 数据

舞蹈与幼儿舞蹈创编/李晴晴, 刘洁主编. —长春:
东北师范大学出版社, 2014. 7
ISBN 978 - 7 - 5602 - 9704 - 0

I. ①舞… II. ①李… ②刘… III. ①学前儿童—
舞蹈训练—高等职业教育—教材 IV. ①G613. 5

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 145820 号

☐责任编辑: 李海滨 ☐封面设计: 宣是设计
☐责任校对: 张晓方 ☐责任印制: 刘兆辉

东北师范大学出版社出版发行
长春净月经济开发区金宝街 118 号 (邮政编码: 130117)

电话: 0431-85687213 010-82893515

传真: 0431-85691969 010-82896571

网址: <http://www.nenup.com>

东北师范大学出版社激光照排中心制版

北京市彩虹印刷有限责任公司印装

北京市顺义区顺平路南彩段 5 号 (邮政编码: 101300)

2014 年 7 月第 1 版 2014 年 7 月第 1 版第 1 次印刷

幅面尺寸: 185 mm×260 mm 印张: 10.75 字数: 204 千

定价: 27.00 元 (含光盘)



前言

学前教育是国民教育体系的一个重要组成部分，是基础教育的奠基阶段。学前教育专业是培养幼儿园教师职前素质能力的必修专业，在《教师教育课程标准（试行）》的文件中，提到幼儿园职前教师教育课程目标是：“要帮助未来教师充分认识幼儿阶段的特性和价值，理解‘保教结合’的重要性，学会按幼儿的成长特点进行科学的保育和教育；理解幼儿的认知特点和学习方式，学会把教育寓于幼儿的生活和游戏中，创设适宜的教育环境，保护与发展幼儿探究、创造的兴趣，让幼儿在愉快的幼儿园生活中健康地成长。”舞蹈课程作为学前教育专业课程体系当中的一门技能必修课，在提高“教”的能力上发挥着重要作用。

《舞蹈与幼儿舞蹈创编》是一套专供学前教育专业舞蹈课程使用的教材，适用于五年制高专、三年制高专、三年制中专的学前教育专业学生。教学内容主要划分为四大知识点：基础理论、舞蹈基础训练、民族民间舞训练、幼儿舞蹈创编，教材中还配套了相关的舞蹈视频供参考学习。教学内容丰富详尽，针对性强。本教材结合幼儿园的实际需求与《教育部关于大力推进教师教育课程改革的意见》，把学前教育专业的舞蹈课程所要达到的目标能力进行浓缩和提炼，最后得出三位一体的综合能力：表演、教学、创编。“表、教、编”的综合能力是学前舞蹈教育当中所有能力的总结性概括，通过对本教材进行阶梯式的学习和训练，能全面掌握三位一体的舞蹈实践能力。鉴于文件中所提到的“创新教师教育课程理念，改进教学方法和手段，强化教育实践环节”的意见当中，本教材在创新性、操作性、实践性上做了很大的突破。比如，和一般的舞蹈教材相比，本教材新增设了案例，浓缩了编者们的长期教学经验，针对在舞蹈学习过程中容易出现的问题给出了客观而又具有针对性的指导意见，又如在“作品欣赏”和“推荐阅读”版块的内容设计中打破常规，避免使用会僵化学生欣赏能力的描述性语言，而是用启发性的语言引导学生从多角度去欣赏舞蹈，感受舞蹈，学会转化优秀作品当中的知识为己所用，继而达到长期提高自身舞蹈能力的目标。

在《教育部关于全面提高高等职业教育教学质量的若干意见》与《教育部关于推进高等职业教育改革创新引领职业教育科学发展的若干意见》两个文件当中，均提到要坚持以服务为宗旨，以就业为导向，走产学研的发展道路；以合作办学、合作育人、合作就业、合作发展为主线去深化教育教学改革。《舞蹈与幼儿舞蹈创编》这一教材严格遵照文件精神，以贴合教学需求为宗旨，特与幼儿园单位合作编写该本教材，在教材内容的设计上达到了产学研一体化的教学要求。由广西幼儿师范高等专科学校教育系牵头，联合了广西艺术学院、驻桂空军机关幼儿园进行共同探讨与合作，使本教材的内容在设计上既提高了艺术水平的高度，又扩大了职业能力广度，使教材具有较高的艺术性与市



场性，具备了校企合作、工学结合的特点。

总之，这套教材的编写继承了这类相关教材的精髓，也集结和吸纳了更多一线教师的智慧与经验，在教材内容的设计上力求与时俱进，与素质教育相结合，以促进我国学前教师教育工作的开展和教学质量的提高，更进一步推动我国学前教育事业的可持续发展。由于编者的水平有限，教材中的不足之处在所难免，希望广大读者提出宝贵意见，共同探讨学前教育专业舞蹈课程的发展。

李晴晴

2013年12月31日于广西幼师齐贤楼



目 录

第一单元 基础理论

第一章 舞蹈基础理论	1
第一节 舞蹈起源	1
第二节 舞蹈艺术的认识	3
第三节 舞蹈的分类方法	4
第四节 舞台空间方位	11
第五节 舞蹈构图	12

第二单元 舞蹈基础训练

第二章 古典舞基本功训练	15
第一节 中国古典舞基本概念	15
第二节 中国古典舞训练基本训练	16
第三章 古典舞身韵训练	26
第一节 单一元素训练	26
第二节 表演性组合训练	29
第四章 芭蕾舞训练	37
第一节 基本动作	37
第二节 扶把训练	44
第三节 中间组合	55

第三单元 民族民间舞训练

第五章 藏族民间舞	60
第一节 藏族舞蹈的风格特点	60
第二节 体态、动律与基本动作	62
第三节 舞蹈组合	67
第六章 东北秧歌	74
第一节 东北秧歌的风格特点	74
第二节 体态、动律与基本动作	75
第三节 舞蹈组合	78
第七章 蒙古族民间舞	87
第一节 蒙古族舞蹈的风格特点	87



第二节 体态、动律与基本动作	88
第三节 舞蹈组合	93
第八章 维吾尔族民间舞	102
第一节 维吾尔族舞蹈的风格特点	102
第二节 体态、动律与基本动作	103
第三节 舞蹈组合	105
第九章 傣族民间舞	114
第一节 傣族舞蹈的风格特点	114
第二节 体态、动律与基本动作	115
第三节 舞蹈组合	119
第四单元 幼儿舞蹈创编	
第十章 幼儿舞蹈基础理论与训练	128
第一节 幼儿舞蹈基础理论	128
第二节 幼儿舞蹈训练	131
第十一章 幼儿舞蹈基本创编技法	143
第一节 幼儿舞蹈的动作设计	143
第二节 舞蹈构图的应用	145
第三节 幼儿舞蹈创作流程	146
第四节 幼儿舞的分类与训练	153
第五节 幼儿舞蹈创编课的项目式教学范例	159
参考文献	166



第一单元 基础理论

第一章 舞蹈基础理论



本章导读

什么是舞蹈？取其词义“手舞足蹈也”。《毛诗序》中有提出：“言之不足，故嗟叹之；嗟叹之不足，故咏歌之；咏歌之不足，不知手之舞之，足之蹈之。”广义来说，舞蹈的形成来源于人体的动作，动作是舞蹈重要组成部分，但并不意味着所用的动作形式都可以构成舞蹈。舞蹈动作是经过提炼、概括、加工和美化的人体动作，也就是舞蹈化了的动作。舞蹈是一门以特殊形式展现的艺术，是以人体动作为主要表现手段的艺术，是以人体的舞蹈动作为传达情感信息符号的物质载体。



学习目标

1. 了解舞蹈起源。
2. 认识舞蹈基本概念。
3. 建立舞蹈的空间方位意识。
4. 学会运用舞蹈构图进行编创活动。

第一节 舞蹈起源

舞蹈以人与人之间相互传递情感表达意味，正所谓“舞以尽意”为目的。苏珊·朗格(Susanne K. Langer, 1895—1982, 美国符号学美学家)曾说过，一切艺术都是以展示心灵与情感世界的知觉形式。这是舞蹈最初的意识传递，也是发展以来人们所追求的高级艺术享受。我们回归舞蹈出现的本质需求，亦正是为了人与人相互间的各种信息传递。据考察，远古时代，人类尚未出现语言交流的时候，人们需要通过比拟化的形象动作来传递情感、思想等信息活动。人的本能反应中是具备动作行为的，如为求生存存的狩猎、摘果、缝衣等，在动作传递过程中，人类运用动作构成了语言去进行信息交流。动作是舞蹈艺术构成的重要部分，但是并不是所有的动作语言都属于舞蹈范畴，在



本能动作的活动意识里，是属于生活必须行为，仍不构成舞蹈艺术。那么舞蹈是怎么从无意识动作衍变成一门艺术的呢？作为古老的艺术文化，源于哪里？

要掌握舞蹈必须深刻认识舞蹈艺术的起源，关于舞蹈起源的探索研究，学者们通过反复考察研究，搜集大量论述和材料，简单将舞蹈起源概括为以下几点：

一、模仿论

模仿论起源于古希腊哲学家，是起源说法中最为古老的一种。模仿是人的天性本能，通过对大自然的模仿再现，使动作形态不断丰富。模仿的对象不同，所用的艺术媒介不同，可以产生多种化的艺术种类。舞蹈运用人的肢体语言临摹实物体，出现了最早的舞蹈造型，形象生动的造型传递了物的实象，也通过动作的动态形象，更好地运用肢体去突出了自然万物的律动，由此出现了最初的姿态、节奏的模仿。

二、游戏论

游戏是自由人性的表现。只有当人在进行游戏时，才会无拘束地宣泄，满足地愉悦，也是人类区别于动物之处，那就是释放天性取悦自我。十八世纪德国诗人、文艺理论家席勒（J. C. F. Schiller, 1759—1805）依据康德（Immanuel Kant, 1724—1804）所说，艺术像游戏一样，都是“自由的”活动，“它是对自身愉快的，能够合目的的成功。”他认为在艺术起源中，模仿虽然重要，但是，并非艺术起源的真正起因，指出“游戏的冲动”被视为艺术起源的根本。

三、巫术论

理论创始人英国的人类学家泰勒（Edward Tylor, 1832—1917），他认为人们在生产过程中会有灵魂崇拜，自然万物皆是生命存在。人们有所求有所崇拜，要进行祭祀活动，为此在活动中用动作的形式和灵魂沟通，用身体语言为意识的载体来传递信息，产生了图腾崇拜、宗教信仰、祭祀礼仪等活动，沟通的过程离不开人体舞蹈，舞蹈更是其活动主要形成部分。

四、表情论

列夫·托尔斯泰首先提出，舞蹈起源于人与人之间的情感交流。一个人要将自己的情感体验传达给别人，必须先呼唤起内在色彩情感，并外化于肢体上，通过形象的肢体表达出情感，令别人也有感同身受的情感体验。

五、性爱论

英国的著名学者蔼理斯（Henry Havelock Ellis, 1859—1939）在《生命之舞》中说过：“舞蹈不仅与宗教有紧密关系，它与爱情也有同样紧密关系。”在人类远古时代群居生活时，人们通过性爱冲动来繁衍后代，这是人的本能情感表现，也是生理冲动的表现。繁衍后代对于一个种族而言是非常重要的事情，男性通过身体体态的表现来展示他的美和魅力，以吸引心仪的女子接近。在原始民族的图腾崇拜里也载有大量关于性爱说



的遗存记录。

六、劳动论

舞蹈艺术作为人类社会现象的一种再现,它的起源和形成不能仅仅是单方面的构成,而是综合了多种因素发展而成的。劳动生产是人类生存的第一需要,是反映社会活动的需要,任何模仿、巫术等因素都和人类劳动分不开,根本来说,其他几种起源方式也是从属于劳动生产活动。舞蹈起源性爱论与表情论也是增添了人与人的生活沟通、交流情感的需要。我们不能断言,是以上任何一种形式占据了舞蹈起源的主要地位,但通过客观再分析与深入认识,我们主张劳动综合论,即:舞蹈是起源于人类求生存、求发展中的劳动实践和其他生活实践的需求。

综上所述:舞蹈作为社会审美形态的一种,作为表现人内在魅力及情感意识的外化,形成各种有意味的动作形式,起源于古代人类生活发展过程中的劳动生产活动(狩猎、农耕文化)、游戏、强身健体、战争等,通过大自然拟物的模仿再现,以及图腾崇拜、巫术宗教祭祀活动和人的内心冲击力情感的再现需求。^①诗、乐、舞三者一体的发展从先秦就有了开端,舞蹈也和音乐以及诗歌组成了人类历史上最早产生的艺术形式。

第二节 舞蹈艺术的认识

先来谈谈艺术的表现以及它的承载方式。艺术透过艺术成品将人类所追求的意识形态由内心而外化,进行由内而外的承载器具就是艺术的媒介体。所谓媒介不只是单一化的物质,而是随着艺术的多样化,艺术的媒介体也是多样呈现。例如:绘画艺术所需要的媒介体是纸,画家运用笔墨将心中所构之图、幻象之景融入纸中,使景物跃然纸上。呈现艺术作品的媒介是纸,受众通过对画纸的观赏认知,得到精神满足。音乐演奏家的演奏无疑是通过乐器来奏出声音,演奏媒介体便是乐器,从乐器中散发出曼妙之音,受众通过声音的传播感受到音乐带给人的美妙。

舞蹈作为艺术类中最为特别的,是借助人类肢体语言作为艺术媒介直接抒发内心情感的艺术形式。舞蹈艺术的媒介不是普通物质媒介,而是通过人的肢体来完成的,人体通过动作的发展与呈现,通过动作达到人类思想情感的再现。肢体表现不可能如机器复制一般雷同,每个人的身体从骨骼到肌肉甚至经脉都是不完全、不尽相同的个体,肢体的表现存在着不确定性。要将人体的动作从一般生活动作上升到有意识的、符合社会艺术审美的肢体语言是需要进行艺术训练的。同时,也要对舞蹈艺术有一定的了解。舞蹈的形成来源于人体的动作,动作是舞蹈重要组成部分,但并不意味着所有的动作形式都可以构成舞蹈。舞蹈动作是经过提炼、概括、加工和美化的人体动作,也就是舞蹈化了的动作。

随着社会的迅猛发展与艺术知识的普及。舞蹈做为最大众化的普及艺术在社会的各

^① 隆荫培,徐尔充.舞蹈艺术概论[M].上海:上海音乐出版社,1997.4:114.



个角落朝气蓬勃地发展着，各高校与社区社团都卷入舞蹈发展的洪流里。无论在校园、街头，还是在广场，人们欢歌起舞的时候，通过舞蹈，通过身体的活跃跳动，激起内心情感的充分流露，展露出舞蹈带给人的身心愉悦。这份激动与欢愉是从自身散发而出，是文字言语所无法概述的。人们踊跃参加各种舞蹈活动，社会一些机构举办各种赛事来激励人们强身健体，以舞蹈锻炼的方式加强身体的运动能力。有学者认为，舞蹈是一种运动方式，舞蹈无处不在，但它真正成为艺术门类中的艺术品时，是具备了一定条件的。舞蹈艺术作品应该是完整的、具有表达意义和观赏性的，在一定的舞台上进行完成，能够传达人们丰富的情感意识，并与受众能进行沟通得到表演的反馈与思考，这与强身健体为前提的舞蹈活动有一定的区分。前者是生活自娱舞蹈，后者是艺术舞蹈，艺术舞蹈是经过舞蹈家们的思量而创造完成，从作品的表现上具有深刻意义的存在。

从审美属性上来说，舞蹈是视、听觉综合艺术，具有直接性。既拥有视觉的直观感受冲击力，又能全面欣赏音乐的律动与舞蹈的画面。人们欣赏舞蹈作品的表演只是对舞蹈有了一定的认识和观摩交流，以一个旁观者的身份去感受艺术魅力。舞蹈同时也具有互动性，激发引导受众的参与，令受众从一个观赏者的角度进而融入到舞蹈的动态艺术中来，唯有亲身经历舞蹈动的特性，通过自己去感受动觉，才能够领会肢体语言带来的艺术魅力与舞蹈本身的内涵，体验自己的身体律动过程中所爆发的对生命力的内在把握。

舞蹈在艺术类型中分归于时空艺术，即时间与空间的艺术。这门动态艺术是由动作、节奏等要素来构成。舞蹈动态造型极具情感符号意义，所以又被称为“流动中的雕塑”，舞台所展示的每一个瞬间凝固都是艺术幻化的典型。每一个造型都具有“经典性”，造型就如雕塑含义一样，是情感至高点的表达。动作是舞蹈艺术的重要组成部分，也是舞蹈表现的重要手段，一个舞蹈作品的成功与否，在于它塑造的艺术形象是否生动、鲜明，且具有强烈的感染力，动作编创是否符合形象要求，动作选择与运用是否得当。舞蹈的动态需要节奏的协助完成，节奏与力度可以直接改变动作的表现属性，在舞蹈中，节奏一般表现为舞蹈动作力度的强弱、速度的快慢和能量的大小。相同的动作，不同的节奏发展变化可呈现出不同的情绪与情感。舞蹈的节奏也是艺术作品中的重要因素，它是客观现象的顺序和规律的表现，舞蹈的动态不能全然无序进行，而是选择合乎舞蹈艺术动态规律中的律，任何舞蹈有自己的动律发展，不可无序而行。

第三节 舞蹈的分类方法

舞蹈艺术特点并不是单一的，常常存在参差交错的情况。舞蹈分类和其他艺术分类一样，历来就是一个众说纷纭的问题，艺术的多种因素存在，在分类工作中也增添了一定的困难。一般情况下的集中分类方法：从风格特点分类；从表现形式分类；从表现内容反映生活特点分类；从舞蹈形态分类等。



一、生活舞蹈

一般所指人们生活中密不可分,有着直接联系,功利目的明确,并具有强烈互动性,人人可参加的舞蹈活动。

生活舞蹈包含了以下六类:

1. 习俗舞蹈(节庆、仪式)

习俗舞蹈有节令习俗舞蹈;生活习俗舞蹈(如自娱自乐、社交择偶、健身竞技、表演卖艺等);礼仪习俗舞蹈(如在生育礼、成人礼、婚礼、寿礼、丧礼、祭礼、兵礼等礼仪活动中进行的舞蹈);信仰习俗舞蹈(如在宗教或民间俗信活动中跳的舞蹈);劳动习俗舞蹈。^①

我国许多民族在婚配、丧葬、种植、丰收等风俗节日,都要举行各种群众性舞蹈活动。通过舞蹈活动的开展,体现了各个民族独有的民族文化、风俗习惯、社会风貌、民族性格等特征,同时加深群众间的交流沟通与合作意识,联系情谊,增进人人相互间发展。

如:湖南的《伴嫁舞》,是新娘出嫁前与女伴依依惜别的活动。活动一般在出嫁前两天晚上开始进行,直到深夜才结束。最后临嫁娶前一天晚上,通宵达旦,直到次日将新娘送上新郎花轿为止。伴嫁舞由“把盏舞”“走马”“走火”“换信香”“娘喊女回”“纺棉花”“划船”“挑水舞”“卖酒酒”“推磨”“一根子流星”“会歌舞”等12个舞蹈组成。^②舞者边歌边舞,反映了妇女们勤劳的劳动生活和她们细腻丰富的情感。

流传于广东、广西、湖南、云南等地的《跳春牛》,多在每年“立春”期间活动。一般由两人披牛形道具,表演耕牛的各种动作,另一个人扮演农夫,表现犁田、耕地、播种等劳动,边舞边唱,歌词中多为迎春、劝耕、祈望五谷丰登等内容。

2. 宗教祭祀舞蹈

宗教舞蹈,是表现宗教观念,宣喻宗教思想,进行宗教活动的一种舞蹈形式。宗教舞蹈是对超自然、超人间的神秘力量——神灵的一种形象化的再现,使无形之神成为可以被感知的有形之身,是神秘力量的人格化。如少数民族民间流传的巫舞、师公舞、傩舞,佛教的“打鬼”、萨满教的“跳神”等均是。

祭祀舞蹈,是祭祀先祖、神祇的一种礼仪性的舞蹈形式。过去人们用以表示对先祖的怀念或是希望先祖和神佛对自己的保佑。

3. 社交舞蹈

社交舞蹈是在人们文化生活中最广泛流传和最具有群众性的舞蹈活动,是人们进行社会交往、增进友谊、联络感情的舞蹈。人们以此舞蹈来相互联系情感,增加生活乐趣。一般多指在舞会中跳的各种交际舞。少数民族在习俗节日举办的舞蹈活动中具有强烈的群众参与性,如:苗族的“芦笙舞”、黎族的“三月三”、彝族的“火把节”、傣族的“泼水节”等,男女青年在活动中相互认识,自由选择配偶的社交聚会活动,也可以

^① 隆荫培、徐尔充主编. 舞蹈艺术概论 [M]. 上海:上海音乐出版社,1997. 4: 67.

^② 隆荫培、徐尔充主编. 舞蹈艺术概论 [M]. 上海:上海音乐出版社,1997. 4: 67.



说是各个民族的社交舞蹈。^①

4. 自娱舞蹈

自娱舞蹈是人们在舞蹈活动中目的最为单纯的一种，它除了进行自娱自乐之外，没有其他目的。它的存在既不是为了别人的观赏，也不为他人的情感色彩所影响，只是用舞蹈的方式去抒发和宣泄内心的情感，在抒发和宣泄的过程中通过手舞足蹈取得愉快的感受和自我满足。如我国汉族民间舞蹈中“秧歌”和一些少数民族的民间舞蹈，以及西方的“迪斯科”、“霹雳舞”等，都是人们所喜爱的自娱性舞蹈。

5. 体育舞蹈

体育舞蹈，由于舞蹈是一种人体动作的艺术，所以它历来就有健身体育的作用。现代舞蹈发展中有人更进一步把舞蹈与体育相结合，创造了以艺术审美的方式去锻炼身体的一种方式，是身心全面健康发展的体育舞蹈新品种。如：各种健身操、中老年迪斯科、冰上舞蹈、水中舞蹈等等。近年来，拉丁舞、国际标准舞蹈在我国普及下流行得非常广泛，各种赛事不断，体育部门把它划分为体育舞蹈，并成立了体育舞蹈的组织。

6. 教育舞蹈

教育舞蹈指学校、幼儿园进行审美教育的舞蹈活动，以及所开设的舞蹈课程。据调查，西方国家的许多学校在青少年的成长过程中非常重视艺术教育，除开设音乐、美术课以外，还专门开设舞蹈课，学校还设有舞蹈系，既培养专业舞蹈人才，也向舞蹈爱好者传播舞蹈文化。在我国所谓的教育舞蹈，更多的是倾重于幼儿舞蹈和儿童舞蹈。早在几千年前，我们的祖先还是非常重视对其子弟进行舞蹈教育的，在周代《周礼·乐师》注：“谓以年幼少时交之舞，内则曰：十三舞勺，成童舞象，二十舞《大夏》。”这也就是说，十三学文舞，十五岁（成童）学武舞，二十岁才学歌颂各民族首领为内容的乐舞。^②

教育舞蹈能令人们认识到舞蹈艺术不仅是民族的文化，它能陶冶情操、美化人的思想感情、道德修养，增进人们团结友爱，加强礼仪，乃至增进身心健康，提高文化素质。

二、艺术舞蹈

根据舞蹈的不同风格特点来划分，可分为古典舞、民间舞、现代舞和新风舞四类。

1. 古典舞

古典舞是具有历史和典范意义的传统舞蹈。世界各国大多都有自己的古典舞，古典舞是代表了自己国家地域风格的传统舞蹈文化的继承和展示。一般来说，古典舞具有传统固有的审美原则和特点，如欧洲的古典芭蕾，印度的婆罗多舞、塔克吉舞，巴厘的班耐舞等。^③

中国古典舞继承了传统特色的审美倾向与原则，但不绝对意义上等同于“具有历史

① 隆荫培、徐尔充主编，舞蹈艺术概论 [M]，上海：上海音乐出版社，1997. 4：69.

② 隆荫培、徐尔充主编，舞蹈艺术概论 [M]，上海：上海音乐出版社，1997. 4：71.

③ 袁禾主编，大学舞蹈鉴赏 [M]，上海：华东师范大学出版社，2008. 3：26.



意义和典范性意义的传统舞蹈”。我国古典舞形成于新中国成立之初 20 世纪 50 年代，通过老一辈艺术家的不断探寻，根据中国艺术传统审美理念，是以戏曲舞蹈为基础，并借鉴芭蕾科学训练体系构建起来的舞种。欧阳予倩曾说过，我们要寻找中华民族艺术的根，要从传统艺术下手，舞蹈艺术的根需要我们亲身到戏曲艺术中去挖掘。戏曲是我国传统文化的精粹，融合了唱、念、做、打几大元素，继承传统发扬光大，在戏曲舞蹈中，我们可以隐约看到中华民族古典艺术的气质外露，从那些具有鲜明特色的舞蹈造型中，启发我们可以从这里开始探寻传统，要了解传统，便从深入戏曲开始。古典舞在 50 年代创立的过程中从戏曲、武术、芭蕾等相关艺术中吸取自己所需要的养分，并不断充实与完善，尤其是对芭蕾的借鉴与吸收。古典芭蕾有着几百年的历史文化，具有成熟的科学训练系统，并形成完整的训练体系。芭蕾在训练形体、素质上的“开、绷、直、立”原则是科学的，我们有选择地吸收益处，借鉴性地学习芭蕾。

中国古典舞是参照芭蕾的体制和训练方式去规范了戏曲舞蹈，换言之，中国古典舞是在戏曲舞蹈和芭蕾两者的联姻中建立的。这意谓着今后的发展受着隐忍的限制，如何顺利跳出具有中国传统特色的古典舞，又保持戏曲舞蹈原有的传统艺术精神的问题就摆在了面前。终于，在 20 世纪 80 年代初，具有传统审美特性的“身韵”应运而生了。身韵课的诞生为该舞种的建立找到了重要的美学支撑，明确了民族舞蹈传统审美的统一定律。

2. 民间舞

中国民间舞，是劳动民众在长期的历史进程中集体创造的，具有一定的动作规律，并且是在民间广泛流传普及的舞蹈形态。它与民众劳动生活、世俗风情紧密联系，直接反应民俗文化、风土人情，具有鲜明的民族风格和地域色彩。

世界上各个国家、各个民族都有各自不同民族文化特色的民间舞蹈。在欧洲芭蕾舞剧中的民间舞蹈，俗称代表性舞蹈或性格舞蹈，它是经过舞蹈的专业提炼加工，使其与芭蕾风格和谐，统一发展。

中国的民族舞蹈十分丰富，样式众多，内容广泛，风格各异，动律优美。许多民族和地域都有各自特色的民间舞蹈，仅汉族的秧歌就多达百余种，北方有著名的东北秧歌，及号称“三大秧歌”的鼓子秧歌、胶州秧歌和海洋秧歌。南方有名目繁多的花灯，如“采茶灯”“莲花灯”“云南花灯”等等。除此之外，维吾尔族的“多郎”“赛乃姆”藏族的“踢踏”“锅庄”，蒙古族的“盅碗舞”“筷子舞”，朝鲜族的“安旦舞”、“拍手舞”，傣族的“孔雀舞”，壮族的“蚂拐舞”“师公舞”，土家族的“摆手舞”，瑶族“长鼓舞”等^①，多不胜数，都为人们所熟识。各个民族的生活习俗、历史文化、宗教信仰、地域环境等各不相同，其舞蹈的特点千差万别，风格各异。

民间舞蹈具有着鲜明的艺术特点，舞蹈边歌边舞的形式，自由活泼；巧用道具，例如扇子、手帕、长绸等；舞蹈情节生动，形象鲜明，大多有历史文化的故事传说为依据；自娱性和表演性的统一；情之所至，即兴发挥。从 20 世纪 50 年代以来，我国的舞蹈工作者对各民族的民间舞蹈进行了广泛普查，深入学习，认真整理，慎重加工和创造

^① 袁禾主编，大学舞蹈鉴赏 [M]，上海：华东师范大学出版社，2008. 3：75.



性改变,产生了大量优秀的民间舞蹈作品,如《红绸舞》、《鄂尔多斯舞》、《孔雀舞》、《摘葡萄》等,广受大众的喜爱。

3. 现代舞

现代舞是19世纪末在欧美地区兴起并渐次风靡世界的一种舞蹈流派。它主张创新,反对因循守旧,以反叛古典芭蕾的束缚,摆脱过于僵化的动作程式,强调舞蹈反映现代社会生活,揭示灵魂与内心世界,以释放自我肢体,抒发自我情感。美国舞蹈家伊莎多拉·邓肯(Isadora Duncan, 1877—1927)被公认为现代舞的鼻祖。

邓肯从古希腊艺术中找到创作灵感,并且把自然界中不同生物的运动,如花开花落、鸟飞、海潮涨落等,作为舞蹈动律形态的依据和式样。她认为芭蕾的训练是将身体锻炼与心灵相隔,违背肢体的发展规律……。^①所以,邓肯的理论“是要使身体为表现心灵的一种媒介”;“身体仅是一种均匀的协调的工具,其动作不仅是要表现身体而已,而是要表现心灵的情绪和思想。”邓肯说:“在我的学校里,没有华丽的服装和装饰,只有从心灵流露出来的美丽,身体就是表征,我对艺术如果有什么贡献的地方,就在于此。”代表作有《马赛战歌》、《斯拉夫进行曲》、《国际歌》等。

4. 新风舞

新风舞,不拘泥与任何舞种风格模式和审美属性,以完成和表现作品为宗旨,大胆而广泛借鉴、创造,并以现实题材为主要表现对象的一种舞蹈新式样。“新风舞”已发展为军队舞蹈所使用的舞种之一,作为舞种的分类之一,迄今为止依然没有得到业界内的一致意见。^②这类舞蹈曾经被称作“当代舞”、“新舞蹈”和“其他舞种”。

“新风舞”在目前剧场舞蹈中成发展态势,许多编导勇于创新,为表现贴近于社会生活题材的舞蹈创编工作,创作上不拘一格,不受“古典舞”、“民间舞”、“芭蕾舞”、“现代舞”的限制,广采博收,兼容并包,创作出一大批反映社会现实风貌,符合当代艺术审美价值追求的艺术作品。

三、舞蹈形式

根据舞蹈的表现形式、体裁和样式划分,可分为独舞、双人舞、三人舞、群舞。

1. 独舞

独舞是由一个演员来完成小型独立作品的舞蹈表演。^③作品结构相对完整,独舞演员可男可女,演员一般具备较强的舞蹈技巧和内在表现力。如古典舞《扇舞丹青》、《庭院深深》,又如民间舞《孔雀飞来》、《荞麦花开》等。

2. 双人舞

双人舞是由两个人来完成的舞蹈。通常可以一男一女,也可以二男或二女。双人舞在舞蹈过程中多运用两个人配合的造型、舞姿与多种高难度托举技巧,表现人物之间的关系和情感线条。两人的舞蹈表演需要默契配合,意念高度统一才能完成,并相互烘

① 袁禾主编. 大学舞蹈鉴赏 [M]. 上海: 华东师范大学出版社, 2008. 3: 184.

② 袁禾主编. 大学舞蹈鉴赏 [M]. 上海: 华东师范大学出版社, 2008. 3: 234.

③ 袁禾主编. 大学舞蹈鉴赏 [M]. 上海: 华东师范大学出版社, 2008. 3: 18.



托。如中国古典舞的《新婚别》、《萋萋长亭》，民间舞《两棵树》、《咱爸咱妈》等。

3. 三人舞

三人舞是由三个人表演完成并且必须构成三者关系之不可分割的舞蹈形式，往往具有不同程度的情节性与矛盾冲突的显现，较独舞与双人舞有着更为丰富的艺术表现和空间意象，如古典舞《金山战鼓》，民间舞《牛背摇篮》，中国现代舞《菊豆》等。

4. 群舞

群舞是由多人表演构成，四人起至数十人不等。可男可女，也可以男女混合。群舞多数以塑造群体形象或情绪抒发为主，群舞最大特征就是整齐划一，在画面上构成较强的视觉冲突，形式清晰突出而具有感染力，营造意韵和意境。如古典舞《踏歌》《俏花旦》，民间舞《黄土黄》、《酥油飘香》，敦煌舞《千手观音》等等。

以上的表现形式，无论是独舞、双人舞或是三人舞、群舞，都可以独立完成的小型作品，又可以成为舞剧或大中型舞蹈作品中的组成部分。例如芭蕾舞剧《红色娘子军》中吴清华被南天霸毒打昏迷后苏醒的独舞，洪常青就义前的独舞与群舞大刀舞；民族舞剧《情天恨海圆明园》中的玉儿、石、太监的三人舞等，都是舞剧中具有代表性的独舞、双人舞、三人舞、群舞式样。

四、舞蹈体裁

根据反映社会现实生活的方法和塑造舞蹈形象的特点划分，可分为抒情性舞蹈、叙事性舞蹈。

1. 抒情性舞蹈

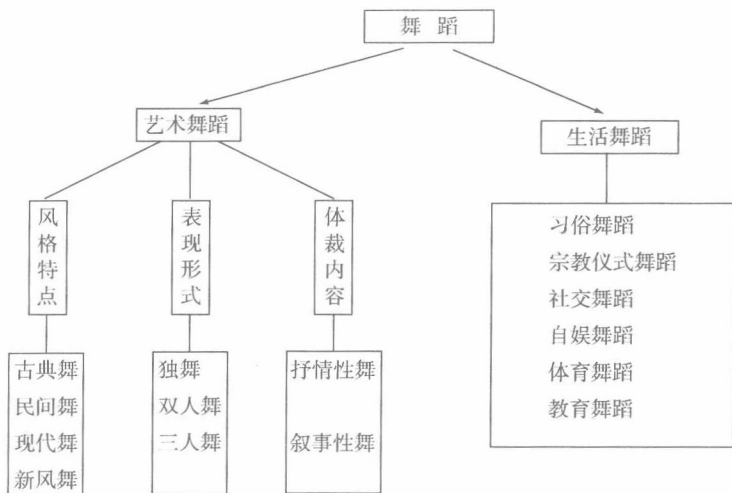
表现单一情绪的情感类型舞蹈，也被称为“情绪舞”。这类舞蹈以纯形式的方法来表达特定情绪情感，或者舞蹈表现以“托物言志”、“缘物寄情”等。民间舞蹈《狼图腾》运用了鲜明的蒙古族动作风格，在作品中呈现力量和团结，以共同的齐整动律传达了狼群强大的聚合力，给予人们一种团结互助的温情传递和生存的勇气。女子群舞《酥油飘香》表现了一群热情开朗的藏族姑娘制作酥油茶送给解放军战士的欢快情景，体现了新时期的藏族女性充满自信、健康向上的精神风貌。抒情性舞蹈比较抽象，写意性强，是体现人类情感的单纯表达与思想上的意韵内涵。

2. 叙事性舞蹈

舞蹈中含有简单的故事情节，具有叙述某个典型事件的特点，也成为“情节舞”。叙事舞蹈具有强烈的矛盾冲击与人物个性的展现，不一定具备繁复的结构和曲折的情节，在表达过程中通过某件典型事件来突出舞蹈作品所体现的内涵。例如：古典舞《七步》以肢体语言的方式揭示了三国魏时曹丕与曹植兄弟间“七步诗”的历史典故，编导精心编排，概括性地抽取了兄弟二人之间的紧张关系作为介入点，发展了一段节奏紧凑的男子双人舞，简洁明了地将曹丕的残忍狠毒、曹植的痛苦郁愤生动形象地表达出来。



舞蹈分类一览表



五、舞蹈分类举例

根据舞蹈的作用与目的来划分，舞蹈可以分为生活舞蹈和艺术表演舞蹈两大类。生活舞蹈中也包含了自娱性舞蹈和宗教舞蹈、祭祀舞蹈等。生活舞蹈主要以自己生活需要为主，表演性艺术舞蹈则具备了舞蹈专业性质，为表演提供了观赏性。分类方法有许多种，若是每个舞蹈细细分类出来，显得繁琐，必要性也不大。一般情况下，我们主要将一个舞蹈用上述方法得到归类基本认识，必要时逐步进行深入分析。

1. 《扇舞丹青》

- (1) 从风格特点上分是古典舞；
- (2) 从表现形式、体裁上分是独舞；
- (3) 从表演场地上分是舞台表演舞；
- (4) 从国籍上分是中国舞；
- (5) 从地域上分是东方舞；
- (6) 从舞蹈品位上来说是雅舞。

2. 《酥油飘香》

- (1) 从风格特点上分是民间舞；
- (2) 从表现形式、体裁上分是群舞；
- (3) 从民族类型上分是藏族舞；
- (4) 从表现内容上分是抒情舞；
- (5) 从表演场地上分是舞台表演舞；
- (6) 从国籍上分是中国舞；
- (7) 从地域上分是东方舞。