



XinKeBiao JiaoShi BiDu CongShu

新课标教师必读丛书

舞蹈知识探讨

北京未来新世纪教育科学研究所 主编

切入所有教师关心的话题，满足师生对新课程全方位理解的需求。

符合新课程理念的教学设计、富有特色的课堂教学、深刻的教学反思及专家评析。

远方出版社

新课标教师必读丛书

舞蹈知识探讨

北京未来新世纪教育科学研究所/主编

远方出版社

责任编辑:胡丽娟

封面设计:阮林丽

新课标教师必读丛书

舞蹈知识探讨

主 编 北京未来新世纪教育科学研究所
出版发行 远方出版社
社 址 呼和浩特市乌兰察布东路 666 号
邮 编 010010
经 销 新华书店
印 刷 北京市朝教印刷厂
开 本 850×1168 1/32
字 数 4500 千
印 张 880
版 次 2006 年 1 月第 1 版
印 次 2006 年 1 月第 1 次印刷
印 数 5000
标准书号 ISBN 7-80723-115-7/G · 55
总 定 价 2240.00 元(共 80 册)

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。

前 言

新的课程改革,为改进教学,提高教学质量,提供了不可多得的机遇,同时也给广大教师提出了一系列亟待研究的课题。

进入新课程实验之后,教师们深入研究新的《课程标准》,转换思路,改革传统教学模式,使各科教学的局面耳目一新。但也有部分教师感觉新课标提出的一些理念,付诸实践难度较大。特别是有关转变学生学习和教师教学方式的理念,实践中缺乏足资借鉴的理论研究成果和实用资料。

本轮课程改革的重大变化之一,是教学目标的多元化与具体化。新课标用三个层次七项目标即“知识与能力、过程与方法、情感态度与价值观”,取代了传统的三个层次三项目标即“基础知识、基本能力与思想教育”。其中,“过程与方法”成为课程教学目标,还是第一次。制定这一目标的基本理念,在新课标里已有清晰的表述。

如何让学生积极主动地参与教学过程?如何组织丰富多彩的教学实践活动?如何以学生为主体?如何为学生营造一个兴趣盎然的良好环境等等,这些是广大参与新课程实验的

一线教师特别关心的问题。他们各显神通,为解决这些问题付出了艰辛的劳动和智慧,取得了可喜的成就。他们筛选出各种有用的教学资料读物,为学生的探究式学习、主动学习与合作学习,创造了极好的条件。我们从中挑选了很小的一部分,编成这套《新课标教师必读丛书》,供实验阶段的一线教师参考。

该丛书的问世,为教师教育教学提供了一份珍贵的教学参考书。愿每一位教育工作者通过本丛书的学习,提高教学理论素养,完善学科知识,积极推进素质教育,做一名成功的素质教育者,培养 21 世纪的高素质人才。前人的某些研究成果,为我们的编写提供了借鉴。虽然如此,本书的疏漏、谬误之处仍恐在所难免,祈望广大师生不吝赐教,以匡不逮。

编 者

二〇〇六年一月

目 录

中国舞蹈.....	1
【中国古代舞蹈】.....	1
【杂舞】	11
【清商乐舞】	13
【白纛舞】	15
【唐代舞蹈】	16
【十部乐】	19
【坐部伎】	20
【立部伎】	20
【踏歌】	21
【软舞】	22
【健舞】	24
【剑舞】	26
【《霓裳羽衣》】	27
【宋代宫廷队舞】	28
【宋代民间舞队】	29
【辽—西夏—金舞蹈】	30
【《十六天魔舞》】	32

【明清舞蹈】	33
【戏曲舞蹈】	35
【敦煌舞谱】	37
【德寿宫舞谱】	37
【韶舞舞谱】	38
【明清祭孔舞谱】	39
【东巴舞谱】	40
【中国古代著名舞人】	41
【中国近现代舞蹈】	44
【中国民间舞蹈】	56
【汉族民间舞蹈】	63
【龙舞】	68
【狮子舞】	70
【秧歌】	72
【巫舞】	77
【绸舞】	79
【中国芭蕾】	80
【傣舞】	82
【六代舞】	84
【小舞】	85
【《盘鼓舞》】	86
【《巴渝舞》】	87
【二人转】	88
【洛子】	89
【盾牌舞】	89
【蚌舞】	90

【跳春牛】	91
【男欢女喜】	91
【彩球舞】	92
【二人摔】	92
【灯舞】	93
【花鼓灯】	94
【二人台】	96
【花灯】	96
【车灯】	99
【鱼灯】	100
【花鼓】	101
【花香鼓舞】	103
【大鼓凉伞】	104
【太平鼓舞】	104
【腰鼓舞】	105
【高跷】	106
【跑旱船】	107
【英歌】	108
【跑竹马】	108
【跑驴】	109
【大头和尚】	110
【霸王鞭】	111
【老背少】	112
【维吾尔族舞蹈】	112
【藏族舞蹈】	117
【蒙古族舞蹈】	122

【傣族舞蹈】.....	124
【彝族舞蹈】.....	127
【拉花】.....	128
【朝鲜族舞蹈】.....	129
【羌族舞蹈】.....	132
【塔吉克族舞蹈】.....	134
【师公舞】.....	137
【萨满舞】.....	139
【丧事舞蹈】.....	141
【宴席曲】.....	145
【芦笙舞】.....	146
【铜鼓舞】.....	150
【苗族鼓舞】.....	152
【象脚鼓舞】.....	154
【瑶族长鼓舞】.....	155
【跳鼓】.....	157
【莽式】.....	157
【阿罕白】.....	158
【木瑙纵歌】.....	159
【拉手舞】.....	160
【摆手舞】.....	161
【喇嘛教寺庙舞蹈】.....	162
【龙舞】.....	164
【狮子舞】.....	166
【绸舞】.....	168

中国舞剧·····	169
【《红色娘子军》】·····	169
【《丝路花雨》】·····	170
【《鱼美人》】·····	171
中国舞蹈家·····	173
【赵德贤】·····	173
【戴爱莲】·····	174
【胡果刚】·····	177
【梁伦】·····	178
【贾作光】·····	179
【胡蓉蓉】·····	181
【李承祥】·····	182
【舒巧】·····	183
【崔美善】·····	183
【左哈拉·莎赫玛依娃】·····	184
【许淑嫫】·····	185
【张均】·····	186
【吴晓邦】·····	187
【赵青】·····	190
【陈翘】·····	190
【陈爱莲】·····	191
【白淑湘】·····	192
【阿依吐拉】·····	193
【莫德格玛】·····	193
【刀美兰】·····	194
【林怀民】·····	195

【芭蕾】.....	197
【日本舞蹈】.....	200
【民俗艺能】.....	205
【伊努族舞蹈】.....	209
【柬埔寨舞蹈】.....	210
【缅甸舞蹈】.....	213
【泰国民间舞蹈】.....	215
【孔】.....	217
【洛坤】.....	219
【马来西亚舞蹈】.....	221
【菲律宾舞蹈】.....	223
【欧洲芭蕾】.....	225
【巴厘古典舞蹈】.....	235
【爪哇古典舞蹈】.....	237
【苏门答腊民间舞蹈】.....	239
【婆罗多舞】.....	239
【卡塔克】.....	241
【卡塔卡利】.....	242
【曼尼普里】.....	245
【奥迪西】.....	247
【库吉普迪】.....	247
【巴基斯坦舞蹈】.....	248
【舞会舞蹈】.....	250
【康提舞】.....	254
【鲁呼奴舞】.....	255
【叙利亚舞蹈】.....	256

【土耳其舞蹈】	258
【苏联民间舞蹈】	259
【波兰民间舞蹈】	262
【德国民间舞蹈】	264
【连德勒】	266
【英国和爱尔兰民间舞蹈】	266
【乡村舞】	268
【俄罗斯芭蕾】	269
【法国民间舞蹈】	276
【加沃特】	278
【西班牙舞蹈】	278
【弗拉门科】	280
【扎帕蒂阿多】	281
【轮舞】	282
【小步舞】	284
【波尔卡】	284
【华尔兹】	285
【霍拉】	287
【苏联芭蕾】	288
【塔兰泰拉】	294
【科洛】	294
【恰尔达什】	295
【哈灵】	296
【迪斯科】	297
【非洲舞蹈】	298
【埃及舞蹈】	303

【利比亚舞蹈】.....	304
【突尼斯舞蹈】.....	306
【阿尔及利亚舞蹈】.....	307
【当代芭蕾】.....	308
【摩洛哥舞蹈】.....	313
【马里舞蹈】.....	314
【几内亚舞蹈】.....	315
【加纳舞蹈】.....	316
【苏丹舞蹈】.....	318
【坦桑尼亚舞蹈】.....	319
【卢旺达舞蹈】.....	320
【布隆迪舞蹈】.....	321
【扎伊尔舞蹈】.....	322
【刚果舞蹈】.....	324
【现代舞】.....	325
【美国民间舞蹈】.....	333
【方舞】.....	335
【踢踏舞】.....	335
【拉丁美洲民间舞蹈】.....	336
【伦巴】.....	339

中国舞蹈

【中国古代舞蹈】

从原始社会到封建社会时期的中国舞蹈,统称为中国古代舞蹈。在漫长的历史进程中,它经历了若干阶段的发展、演变,逐渐形成具有中国独特形态和神韵的东方舞蹈艺术。

中国原始舞蹈 其主要形式是有关狩猎、劳动的舞蹈。在内蒙古阴山地区新石器时代的岩画上,刻画着狩猎舞的形象。人扮成飞鸟、山羊、狐狸等动物。有的头饰鹿角、羽毛,有的带尾饰。这种舞蹈的产生,与狩猎密切相关。

由于原始社会的人们对大自然现象的理解不足,产生了畏惧感,逐渐形成了原始的宗教信仰——图腾崇拜。把动物、植物或自然物作为图腾,认为图腾能为人赐福或降灾,把图腾奉为祖先和保护神。从出土文物和古代岩画上见到的人面蛇身、鸟身人面、人面兽身的形象,就是氏族图腾的形象。传说中人首蛇身的伏羲、女娲,是以“龙”为图腾的华夏族先祖。伏羲氏舞名《凤来》,唱《网罟》之歌;女娲舞名《充乐》,是颂扬伏羲氏发明网罟,教民捕捉鸟兽和女娲制定婚配、教民嫁娶的业绩的。传说中牛首人身的炎帝,是以“羊”为图腾的羌族的先

祖,炎帝的乐舞《扶犁》,唱《丰年》之歌,是歌颂炎帝教民播种五谷,发明农业的功绩,尊称他为神农氏。阴康氏舞名《大舞》,教民体育锻炼,以抗阴湿之病。葛天氏舞名《广乐》,三人操牛尾而歌八阙(段),祈求五谷丰登,鸟兽繁殖。黄帝以“云”为图腾,《云门》是黄帝氏族的图腾舞蹈;“凤鸟天翟”舞是帝尝时的图腾舞;“击石拊石,百兽率舞”,是帝尧时各氏族的图腾乐舞。这些远古氏族的乐舞,充满着青春与力量的斗争生活,也反映了原始宗教的祈求幻想和巫术礼仪。

集古舞之大成的周代礼乐 自夏禹传子于启进入了奴隶社会。经过夏、商两朝(公元前 21~前 11 世纪)到西周建国,奴隶制达到鼎盛时期,周代的统治阶级已经充分地认识到乐舞用于政治的社会作用,而制定出礼乐制度。为了贯彻这种礼乐制度的实施,周王室整理了前代遗存的乐舞,包括黄帝的乐舞《云门》、唐尧的乐舞《大咸》、虞舜的乐舞《大韶》、夏禹的乐舞《大夏》、商汤的乐舞《大濩》及周武王的乐舞《大武》,总称为六代舞,用于祭祀。并设立了庞大的乐舞机构“大司乐”,贵族子弟要受严格的六艺(礼、乐、射、御、书、数)教育。13 岁入学,循序渐进,先学习音乐、朗诵诗和小舞。15 岁开始学习射箭、驾车和舞《象》(《象》传说是一种武舞,也有人认为是一种鱼虾等图腾的舞蹈)。20 岁时学习各种仪礼和大舞。

在举行大祭时,由大司乐率领着贵族子弟跳六代舞。不同的场合演奏不同的乐舞,胜利凯旋时奏《凯乐》;燕享宾客,表演《四裔乐》、《散乐》;举行射仪时跳《弓矢舞》。在所有的祭仪场合中,一方面强调受命于天的神圣性,另一方面强调等级区分的尊严。西周的礼乐制度是奴隶社会政治文明的重大创造,集周以前古代舞蹈之大成。

到了春秋战国时期，周王室日渐衰落，诸侯争作霸主，礼乐制度已无法维护，奴隶社会的历史大厦已面临土崩瓦解之势。

巫舞及民俗祭祀舞蹈 在原始社会由于人们崇拜图腾和迷信神鬼，逐渐产生了沟通人神之间的“巫”。由“巫”掌管祭祀占卜，求神福佑或祓除不祥。“巫”原是由氏族领袖兼任的。传说中的夏禹不仅是治水的英雄，又是一个大巫。他在治水中两腿受病，走路迈不开步，只能碎步向前挪移，这种步法称为“禹步”，成了后世巫觋效法的舞步，又称“巫步”。晋代葛洪《抱朴子》记载了两种“禹步”的跳法。商代开国的成汤也是一位大巫，商代初年大旱不雨，成汤以自身为牺牲，祷雨于桑林，降下了大雨。这种祷雨祭，在春秋战国时代还有遗留。汉代春旱求雨，暴巫祭共工，小儿舞 8 丈青龙。夏旱求雨，祭蚩尤，壮者舞 7 丈赤龙。秋旱求雨，暴巫祭少昊，醵者舞 9 丈白龙。冬旱求雪，祭玄冥神。舞 6 丈黑龙。天涝淫雨不止，伐鼓而攻之以止雨。现在龙舞已变成民间欢庆节日的舞蹈。

源于巫术的蜡祭，传说开始于伊耆氏时代，是一种在年终举行的祈祝丰收、酬谢神的祭典。蜡祭的神有 8 位：①先啬（神农氏）；②司啬（后稷）；③农（农夫神）；④邮、表；⑤猫、虎（猫、虎神）；⑥坊（堤神）；⑦水庸（河道神）；⑧百种（百谷神），蜡祭时穿着黄衣黄冠的巫唱歌，乐队吹《幽颂》，打土鼓，跳《兵舞》。举行蜡祭的这一天，成为农民休息娱乐的日子。蜡祭中的猫神、虎神都以神尸的具体形象出现，在楚国祭神歌舞《九歌》中神的形象是由巫觋扮演的。从《九歌》的诗篇可以看出这个大型巫舞表演情况：祭坛上布置着琼花芳草，桂酒椒浆；主祭者身佩美玉，手持长剑；乐队五音合奏，拊鼓安歌；“神

灵”穿着彩衣翩翩起舞。

汉代初年巫风仍很盛，汉高祖常以巫祭祀天地山川。晋代著名的巫女有章丹、陈珠等。传说他们姿容秀丽，善于轻步回舞，灵谈鬼笑，又会拔刀破舌、隐形匿影。《古今乐录》记《神弦歌》11首，是巫的降神乐歌。

巫舞流传在广大的地域。汉高祖祭祀天地山川就用了北方的秦巫、晋巫和南方的荆巫、汉巫等。巫教的流传在很大程度上是运用歌舞娱人，利用巫女的美色，用杂技、幻术、戏曲、绘画种种艺术手段，为人佑福、驱邪、医病，有眩人耳目的色彩。“巫”、“舞”同音，“巫，以舞降神者也”。至今残存在各地各民族的巫师，如：汉族的神巫、神婆，羌族的端公，满族的萨满，壮族的师公，纳西族的东巴，景颇族的董萨，藏族的羌姆，蒙古族的查玛，虽然所降的神灵不同，风俗各异，但活动都不外乎祈福禳灾、降神驱鬼，与原始巫教有着直接或间接的关系。汉高祖曾令天下立灵星祠，祭祀灵星成为全国性祭祀活动。灵星是天田星，主谷。祭祀时跳灵星舞。舞者为童男16人，舞蹈动作是教民种田的劳动过程：除草、耕种、耘田、驱雀、舂簸等。灵星舞一直流传到明代，朱载堉的《乐律全书》中尚存“灵星小舞谱”。

俗乐舞兴盛的两汉时代 秦汉时代民间俗舞有显著的发展。秦代已有了乐府，秦二世曾在甘泉宫“作角抵俳优之观”。汉代初年，高祖刘邦喜好民间的楚声、楚舞，并把俗乐舞用于宫廷祭祀。汉武帝扩大了“乐府”机构，任命李延年为协律督尉，大力采集民间乐舞，记录了吴、楚、燕、代、齐、郑各地歌诗314篇，乐府中的乐工舞人有800余名。为了政治上的需要，还演出大角抵招待外国宾客。角抵年年增变，内容日趋丰富，