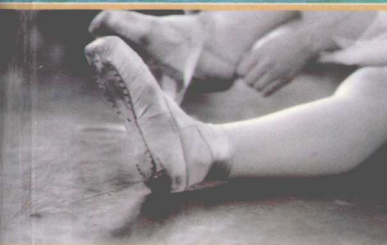




XINSHIJI QINGSHAONIAN YISHU SUZHI PEIYANG CONGSHU

新世纪青少年艺术素质培养丛书



# 芭蕾舞

## 入门与鉴赏

艺术素质是充实人生的必需,是高雅人生的前提。腹有诗书气自华,人有一艺在身,风度就会更翩然、气质就会更高雅。

本丛书编委会◎编



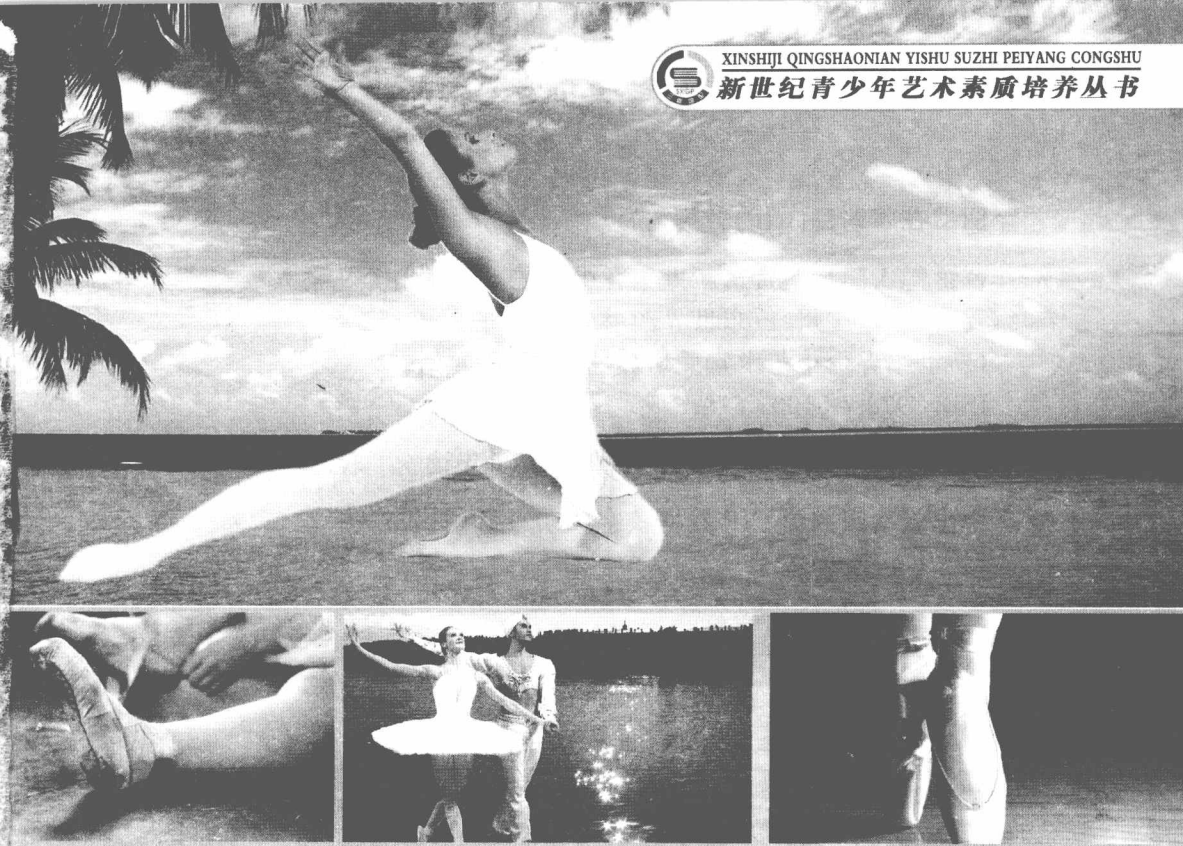
中国出版集团  
世界图书出版公司





XINSHIJI QINGSHAONIAN YISHU SUZHI PEIYANG CONGSHU

新世纪青少年艺术素质培养丛书



# 芭蕾舞入门与鉴赏



YZLI0890039047

艺术素质是充实人生的必需,是向继八工时的进。版书可气自华,人有一艺在身,风度就会更翩然、气质就会更高雅。

本丛书编委会◎编



中国出版集团  
世界图书出版公司



## 图书在版编目(CIP)数据

芭蕾舞入门与鉴赏/《新世纪青少年艺术素质培养丛书》  
编委会编. —广州:广东世界图书出版公司, 2009. 5  
(新世纪青少年艺术素质培养丛书)  
ISBN 978-7-5100-0619-7

I. 芭… II. 新… III. 芭蕾舞—青少年读物 IV. J732.5-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 070739 号

## 芭蕾舞入门与鉴赏

---

责任编辑:卢家彬

责任技编:刘上锦 余坤泽

出版发行:广东世界图书出版公司

(广州市新港西路大江冲 25 号 邮编:510300)

电 话:(020)84451969 84453623

http: //www. gdst. com. cn

E-mail: pub@gdst. com. cn

经 销:各地新华书店

印 刷:北京燕旭开拓印务有限公司

(北京市昌平马池口镇 邮编:102200)

版 次:2009 年 6 月第 1 版

印 次:2009 年 6 月第 1 次印刷

开 本:787mm×1092mm 1/16

印 张:12

书 号:ISBN 978-7-5100-0619-7/J · 0050

定 价:24.80 元

---

若因印装质量问题影响阅读,请与承印厂联系退换。



*Baleiwurumenyijianshang*

芭蕾舞入门与鉴赏

## 目 录

|                        |    |
|------------------------|----|
| 第一章 芭蕾舞的起源与发展 .....    | 1  |
| 第二章 芭蕾舞的分类与艺术特征 .....  | 6  |
| 第一节 芭蕾舞的分类 .....       | 6  |
| 一、交响芭蕾舞 .....          | 6  |
| 二、戏剧芭蕾舞 .....          | 7  |
| 三、交响芭蕾舞与戏剧芭蕾舞的区别 ..... | 7  |
| 第二节 当代芭蕾舞艺术的基本特征 ..... | 13 |
| 一、摒弃或淡化戏剧情节 .....      | 13 |
| 二、自由处理时空转换 .....       | 14 |
| 三、追求舞蹈语言的流畅 .....      | 16 |
| 四、探求现代人价值观和人生哲理 .....  | 16 |
| 五、全面发展三维空间技术 .....     | 18 |
| 第三章 芭蕾舞的基本知识 .....     | 20 |
| 第一节 芭蕾舞者的穿着发式 .....    | 21 |



## 芭蕾舞入门与鉴赏...

*Baleiivurumenyujianshang*

|                                          |    |
|------------------------------------------|----|
| 第二节 芭蕾舞的结构形式 .....                       | 26 |
| 第三节 芭蕾舞的基本姿势 .....                       | 27 |
| 第四节 芭蕾舞的基本功 .....                        | 29 |
| 一、Plie (弯曲) .....                        | 29 |
| 二、Battement Tendu (靠合 延伸) .....          | 30 |
| 三、Battement Tendu Degage (小踢腿) .....     | 31 |
| 四、Rond De Jambe A Terre (脚在地面画圆) .....   | 32 |
| 五、Battement Frappe (打击) .....            | 33 |
| 六、Battement Fondu (溶解、溶化) .....          | 33 |
| 七、Rond De Jambe En Lair (空中画圆) .....     | 34 |
| 八、Battement Releve Lent (上升慢慢的) .....    | 34 |
| 九、Battement Retire (抽起、拔起) .....         | 34 |
| 十、Port De Bras (手的运行) .....              | 35 |
| 十一、脚与身体组成方向 (以 Battement Tendu 为例) ..... | 35 |
| 第五节 芭蕾舞术语 .....                          | 36 |
| 一、舞蹈形象 .....                             | 36 |
| 二、舞蹈表情 .....                             | 36 |
| 三、舞蹈动作 .....                             | 37 |
| 四、情节舞 .....                              | 37 |
| 五、舞 剧 .....                              | 37 |
| 六、群 舞 .....                              | 38 |
| 七、形体训练术语 .....                           | 39 |

新世纪青少年艺术素质培养丛书...



|                       |    |
|-----------------------|----|
| 第六节 性格舞课 .....        | 43 |
| 一、主要任务 .....          | 44 |
| 二、授课形式 .....          | 44 |
| 第七节 练习芭蕾舞对身体的好处 ..... | 45 |
| 第八节 芭蕾舞的常见练习 .....    | 47 |
| 一、芭蕾舞如何练下腰 .....      | 47 |
| 二、芭蕾舞的腹肌练习 .....      | 47 |
| 三、芭蕾舞腿部线条练习 .....     | 49 |
| 四、如何处理芭蕾舞中的重心问题 ..... | 51 |
| 五、芭蕾舞训练中对抗力 .....     | 58 |
| 六、芭蕾舞旋转的正确方法 .....    | 63 |

#### 第四章 芭蕾舞的音乐与编舞 ..... 67

3

|                   |    |
|-------------------|----|
| 第一节 音 乐 .....     | 67 |
| 一、肖邦的音乐 .....     | 67 |
| 二、普罗科菲耶夫的音乐 ..... | 70 |
| 三、拉威尔的音乐 .....    | 73 |
| 四、柴可夫斯基的音乐 .....  | 74 |
| 第二节 编 舞 .....     | 76 |

#### 第五章 芭蕾舞欣赏 ..... 80

|                   |    |
|-------------------|----|
| 第一节 如何欣赏芭蕾舞 ..... | 80 |
|-------------------|----|



## 芭蕾舞入门与鉴赏...

*Baleiwurumengyujianshang*

|                       |     |
|-----------------------|-----|
| 一、了解芭蕾舞的基本特征 .....    | 80  |
| 二、了解芭蕾舞的技术标准 .....    | 82  |
| 三、了解芭蕾舞的多媒体和综合性 ..... | 86  |
| 四、在适当的时候鼓掌 .....      | 87  |
| 第二节 芭蕾舞精品欣赏 .....     | 88  |
| 一、胡桃夹子 .....          | 88  |
| 二、天鹅湖 .....           | 96  |
| 三、睡美人 .....           | 104 |
| 四、吉赛尔 .....           | 119 |
| 五、罗密欧与朱丽叶 .....       | 124 |
| 六、葛蓓莉娅 .....          | 127 |

## 第六章 中国芭蕾舞 .....

|                       |     |
|-----------------------|-----|
| 第一节 中国芭蕾舞的兴起与发展 ..... | 130 |
| 第二节 中国著名芭蕾舞剧 .....    | 136 |
| 一、红色娘子军 .....         | 136 |
| 二、白毛女 .....           | 141 |
| 三、鱼美人 .....           | 145 |
| 四、草原儿女 .....          | 147 |
| 第三节 中国芭蕾舞团 .....      | 149 |
| 一、中国国家芭蕾舞团 .....      | 149 |
| 二、上海芭蕾舞团 .....        | 150 |



|                |     |
|----------------|-----|
| 三、广州芭蕾舞团 ..... | 151 |
| 四、辽宁芭蕾舞团 ..... | 152 |
| 五、天津芭蕾舞团 ..... | 154 |

## 第七章 世界顶尖芭蕾舞剧团与名家简介 ..... 155

### 第一节 世界顶尖芭蕾舞剧团 ..... 155

|                         |     |
|-------------------------|-----|
| 一、阿尔文·艾利美国现代芭蕾舞剧团 ..... | 155 |
| 二、丹麦皇家芭蕾舞团 .....        | 157 |
| 三、莫斯科大剧院芭蕾舞团 .....      | 159 |
| 四、西澳大利亚芭蕾舞团 .....       | 160 |
| 五、瑞士洛桑贝嘉芭蕾舞团 .....      | 160 |
| 六、巴黎歌剧院芭蕾舞团 .....       | 162 |
| 七、英国皇家芭蕾舞团 .....        | 164 |

### 第二节 世界芭蕾舞名家简介 ..... 165

|                |     |
|----------------|-----|
| 一、拉 班 .....    | 165 |
| 二、佳吉列夫 .....   | 167 |
| 三、冯 英 .....    | 168 |
| 四、克兰科 .....    | 169 |
| 五、汉弗莱 .....    | 170 |
| 六、格里戈罗维奇 ..... | 170 |
| 七、福 金 .....    | 171 |
| 八、芳 廷 .....    | 173 |





## 芭蕾舞入门与鉴赏...

*Baleiwurumenyujianshang*

|                   |     |
|-------------------|-----|
| 九、狄德罗 .....       | 173 |
| 十、德瓦卢娃 .....      | 174 |
| 十一、布农维尔 .....     | 174 |
| 十二、布拉西斯 .....     | 175 |
| 十三、贝 雅 .....      | 176 |
| 十四、巴兰钦 .....      | 177 |
| 十五、戴爱莲 .....      | 178 |
| 十六、邓 肯 .....      | 181 |
| 第三节 国际芭蕾舞大赛 ..... | 183 |



## 第一章 芭蕾舞的起源与发展

古典芭蕾舞的历史约有 500 年，沿袭了宫廷芭蕾舞的各种技法与表现方式，它的主要特点有：1. 女舞者穿着有裙子的舞衣；2. 一般都以童话传说或神话故事为题材；3. 音乐多是舞曲甚至名曲，尤其是柴可夫斯基的芭蕾舞剧组曲；4. 男舞者很多时候辅助女舞者做出漂亮的技巧动作。

芭蕾舞起源于 15 世纪下半叶的意大利。在文艺复兴运动的推动下，西欧各国的艺术都有了很大的发展，意大利和法国对芭蕾舞的形成起了奠基作用。当时最著名的是 1489 年在意大利的席间芭蕾舞托尔纳，这是由男女贵族自己装扮成演员做一个歌舞的表演。

出场时，配合着宴会的内容即兴起舞，比如说上一道菜是牛排，那么他们就跳起狩猎舞；端鱼的时候，他们就跳起捕鱼舞。随着意、法宫廷联姻和文化交流，这种席间芭蕾舞传到了法国。这种演出形式盛行曾一时。其中最为宏伟、最受推崇的是 1581 年上演的《皇后喜剧芭蕾舞》。其全长 5 个小时，兼有音乐、杂耍、诗朗诵，舞蹈占了 1/4。

从那个时候起，芭蕾舞就和喜剧有机地结合在一起。上述演出是当时芭蕾舞的雏形。

芭蕾舞艺术的真正形成是在路易十四执政时期。路易十四很喜欢跳舞，在他的大力倡导下，芭蕾舞逐渐兴旺起来，成为提高君主的威望和显示法国国力的工具。他还特别命令院士们研究舞



蹈问题,要求设计和改进舞蹈动作。

1671年法国皇家音乐学院的正式成立和1713年法国巴黎歌剧院舞蹈学校的创建,促进了芭蕾舞团专业队伍的形成。1681年芭蕾舞剧《爱情的胜利》中,第一、第四个女演员的首次登台替代了宫廷贵夫人,标志着职业演员正式登场了。

18、19世纪之交,欧洲和北美兴起一股新的文艺思潮,就是浪漫主义运动,推动产生了浪漫主义的芭蕾舞,这种诗意更浓的舞蹈风格,之所以能够蓬勃发展,其实取决于女演员立起脚尖跳舞。

据舞蹈史专家们考证,女演员穿脚尖鞋最早产生于1822到1825年间,当时意大利演员玛丽·塔里奥尼是第一个运用脚尖跳舞闻名世界的芭蕾舞大师。她在《仙女》一剧中的形象,为后人争相效仿。脚尖舞就成为女芭蕾舞演员表演不可缺少的一部分。

仙女穿的舞裙被誉为塔里奥尼舞裙,里面由很多层薄纱做成,像一口吊钟。那样的短裙跳起舞来非常柔软,特别飘柔,而且整个服装显示细腰,紧身的胸衣露出脖子,袖子短而宽,露出两臂,裙子长度过膝盖,但还是要露小腿。

除了胸前佩戴着一朵小花外,衣服上没有过多的装饰,后背是用糢的白纱做的两个小翅膀,这些外露服装沿用至今,成为浪漫主义芭蕾舞的象征。

由于芭蕾舞没有台词,有音乐、舞蹈和哑剧,通俗易懂,很快就传播开了。到了彼得大帝执政的时候,俄国贵族已经完全掌握了这种欧洲的贵族舞蹈。

1738年,俄国成立了第一所舞蹈学校瓦刚诺瓦舞蹈学校。



除了本民族的编导之外，19 世纪的中下叶还有一批法国人应聘到俄国来工作，对俄罗斯的芭蕾舞发展起了极大的推进的作用。

玛丽乌斯·伊凡诺维基·彼季帕是所有来俄国工作的外国人中，对俄国芭蕾舞贡献最大的一位。在 1869 到 1903 年之间，彼季帕担任圣彼德堡吉勒夫·马林斯基剧院的舞蹈总编导达 34 年之久。在 1868 年，他排了舞剧《唐·吉珂德》，铭库斯作曲。当时他保留了塞万提斯文学原著《唐·吉珂德》的外壳，而把主要有价值的东西，都编成了一种很有西班牙风格的舞蹈，在第四幕里两个男女主角的婚礼双人舞，就是现在在国际比赛中，都得到了保留。

在 1877 年，彼季帕又排出了另一部力作——《舞妓》，也是铭库斯作曲。这部舞剧取材于古代印度寺庙中舞妓、舞女的生活，和当时芭蕾舞歌剧院上演的《沙恭达罗》基本上是异曲同工。

在这部作品中，彼季帕又充分显示了编舞才能，特别是古典双人舞和群舞尤为突出。第四幕中 32 个演员一起在舞台上做一样的抬腿、一样的动作，这段芭蕾群舞无疑是这个舞剧的点睛之笔。

柴可夫斯基以他的三部芭蕾舞剧——《天鹅湖》《睡美人》和《胡桃夹子》闻名于世。他最早一部舞剧是《天鹅湖》，1876 年写成，1877 年首次公演失败。

18 年之后即 1894 年，《天鹅湖》复排作为纪念作曲家逝世一周年的第二幕，一下子大获成功。在 1895 年 1 月 15 日，《天鹅湖》全剧正式公演了。当时的编导是伊凡诺夫和彼季帕。

《睡美人》是马林斯基为再现一下路易十四法国宫廷的风采而



作，而且亲自设计了服装。

《天鹅湖》和《睡美人》奠定了俄罗斯芭蕾舞基础。到了 20 世纪初，成就了芭蕾舞的命运，并且影响了全世界的芭蕾舞。

从 19 世纪末叶起，西欧各国芭蕾舞剧普遍衰落，成为歌剧的附属品。20 世纪初，佳吉列夫芭蕾舞团俄罗斯演出季，在巴黎、伦敦、纽约、罗马等地巡回演出之后，激发了欧美各国的有志之士，推动他们去复兴本国的芭蕾舞。

这样，从那时开始，现代派的舞蹈也成为一支足以和古典芭蕾舞争奇斗艳的新军，两方面的艺术家相互补充、相互学习，于是，现代芭蕾舞（也可以称为摩登芭蕾舞）应运而生，而且逐渐占领了欧美大部分的剧场舞台。他们的创作原则、审美理想和训练体系往往给古典芭蕾舞界人士有益的启迪，各自推出自己的力作。正因为如此，从 20 世纪至今，芭蕾舞台出现了繁花似锦、百花争艳的局面。

英国皇家芭蕾舞团的代表人物是马克方亨、编舞家阿诗顿和肯尼斯麦克彼伦。最早的英国芭蕾舞起源要归功于三个舞蹈家，热耐、德乌拉旺和兰博特。

美国有众多大小不一的芭蕾舞团，但是最有影响的是美国纽约市立芭蕾舞团和美国大剧院。美国设立了芭蕾舞学校，并创办了美国纽约市立芭蕾舞团。

而科尔斯坦实际上一直是纽约芭蕾舞团的团长，在剧目政策、办团方向和引进编导和表演人才方面起了决定性的作用，同时他还是一个很好的芭蕾舞评论家。

乔治·巴兰新在俄国接受的训练。俄国训练芭蕾舞演员是一



定强调他们本身对音乐有很好的理解，他们都会弹钢琴，因此当乔治·巴兰新在美国发展他的芭蕾舞的时候，很重视和音乐家的结合。他和音乐家斯特温斯基的关系非常密切，他强调通过人体形象的美来表现音乐。因此，从他以后形成了交响芭蕾舞，这种形式在现代主义和后现代主义中都独树一帜，取得了辉煌的成就。

美国大剧院安东尼·突德是当代美国编舞大师之一，也是心理芭蕾舞学派的奠基人。他自己没有学过芭蕾舞，但他编有著名的《紫丁香花园》。

德国 17 世纪就有过效仿法兰西和意大利的芭蕾舞演出，这曾经是王宫贵族的一种消遣，大部分都邀请外国的演员参加。到了 18 世纪中叶，德国进行了芭蕾舞的改革，情节芭蕾舞走上了舞台。

到了 20 世纪，德国芭蕾舞受到了邓肯、瓦班这些现代派代表人物的影响，就明显有了现代主义的倾向。在联邦德国，斯图加特和汉堡成为芭蕾舞的两个中心。

总之，芭蕾舞起源于意大利，成型于法国，鼎盛于俄国，从俄国走向世界，500 年经历，五大时期：早期芭蕾舞时期、浪漫芭蕾舞时期、古典芭蕾舞时期、现代芭蕾舞时期和当代芭蕾舞时期。



## 第二章 芭蕾舞的分类与艺术特征

### 第一节 芭蕾舞的分类

#### 一、交响芭蕾舞

交响芭蕾舞是按交响音乐结构规律编排的芭蕾舞。由于舞蹈善于以虚拟、写意手法表现生活和人物的内心世界，因此舞蹈形象与音乐形象有着类似的特性，舞蹈的结构也可以借鉴音乐（特别是交响乐）的结构。

这种类似性在原始音乐和原始舞蹈之间已存在，到浪漫主义芭蕾舞时期有了飞速的发展。彼季帕和伊万诺夫设计《吉赛尔》中女鬼的舞蹈、《舞姬》中的幽灵王国一场、《天鹅湖》中的群鹅舞蹈场面、《胡桃夹子》中的小雪花舞蹈以及《海侠》中的花园一场，都采用了交响手法。柴可夫斯基、格拉祖诺夫等作曲家的交响音乐也给予编导巨大的启发。

在原苏联，20世纪20年代洛普霍夫作过交响舞蹈的初步尝试，但未被人们所接受。30~50年代戏剧芭蕾舞占据上风，对交响芭蕾舞被冷落。

直到50年代末期，从《希望之岸》《宝石花》开始，交响芭蕾舞又重新受到重视，越来越多地运用于新创作的舞剧中，使音乐



和舞蹈水乳交融，构成一个完美的整体。采用交响舞蹈手法，可以使舞蹈超越一般的抒情，创造出诗一般的意境，有利于充分发挥舞蹈本身的特性。

西方往往只把根据非舞蹈的交响音乐作品，例如交响曲、协奏曲、音诗等编成的舞蹈称为交响芭蕾舞。从这概念出发，常常有陷入机械仿效音乐结构，不去深入理解音乐的内涵和艺术形象的危险。有些“交响舞蹈”只是一堆追求形式效果毫无内容的技巧动作组合，缺乏应有的艺术形象和意境。但也有的在形式上有所突破和创新，给人以较多的美感，如巴兰钦的《巴洛克协奏曲》《C大调交响曲》和《小提琴协奏曲》等。

## 二、戏剧芭蕾舞

戏剧芭蕾舞是按照戏剧的艺术特性来创作的舞剧作品，即有完整的情节，通过戏剧性的矛盾冲突来塑造不同性格的人物形象。戏剧芭蕾舞是舞剧发展历史上主要的艺术结构形式，因之，有人又把这种舞剧类型，称之为传统式舞剧。戏剧芭蕾舞比较重视戏剧结构的逻辑贯穿，所以大多采用时空顺序式结构，即使表现回忆、幻想或梦境时，也用明显的暗转场景变换的方法，使其与现实的时空有着鲜明的界限。

## 三、交响芭蕾舞与戏剧芭蕾舞的区别

### 1. 舞蹈结构不同

交响芭蕾舞的结构是音乐—舞蹈结构，而戏剧芭蕾舞的结构是戏剧—舞蹈结构。





交响芭蕾舞在进行构思、安排舞剧（舞蹈）结构上坚持从音乐出发，而戏剧芭蕾舞则以戏剧（故事）情节为根本的出发点。我们知道舞剧是一门综合性的艺术，它包括舞蹈、音乐、戏剧、文学、美术等。其中舞蹈与音乐、戏剧关系最为密切。戏剧芭蕾舞过分“倒向”戏剧一面。即使像扎哈洛夫和拉甫罗夫斯基这样大名鼎鼎的戏剧芭蕾舞大师在创作排练《巴赫奇萨拉依泪泉》和《罗密欧与朱丽叶》时，都特邀话剧导演作艺术指导。他们忽视了音乐，特别是舞蹈在舞剧中的主导地位，因而导致舞蹈语言生活化、贫乏化、简单化、公式化。他们往往把舞剧中戏剧矛盾的冲突和发展用哑剧手法加以处理，因此又出现了哑剧成分过重的问题。由于他们过分强调和追求所谓的“生活真实”，又不可避免地导致反映生活表面化，甚至堕入自然主义的泥坑。戏剧芭蕾舞虽然在一个特定的历史时期内曾经起过推动舞剧艺术发展的积极作用，但是由于无法克服它本身创作思想和创作方法潜在的矛盾而最终陷入严重的危机并日趋衰落，即使在创作思想较保守的原苏联，戏剧芭蕾舞也几乎成了一个贬义词。

交响芭蕾舞批判地继承和发扬了戏剧芭蕾舞之精华，如加强了舞剧戏剧结构的完整性，加深了舞剧的思想内容，扩大了题材范围，沟通芭蕾舞艺术与现代生活的联系，广泛地普及芭蕾舞艺术等。新一代交响芭蕾舞大师格里戈罗维奇、别里斯基、维诺格拉多夫等正是在戏剧芭蕾舞成就的基础上展开了新的探索。他们首先要解决的重大课题是恢复音乐、特别是舞蹈在舞剧中的主导地位。无论是交响乐还是舞剧音乐本身都有它们自己内在的戏剧结构。音乐不仅表现人物的个性和情感以及人物所处的社会或自