



# 第一章

## 舞蹈基础知识





## 学习目标

通过对舞蹈基础知识的学习，学生初步了解舞蹈的起源、发展、分类、特征和构成要素，掌握舞蹈常用术语、舞台方位及舞蹈记录的方法，理解幼儿舞蹈与幼儿教育的关系等基本常识。

# 第一节 舞蹈的种类与发展简史

## 一、舞蹈的基本常识


### （一）舞蹈的起源、发展

舞蹈是人类最古老的艺术形式之一。上古时代，它就充当原始人类交流思想和感情的工具。它是随着人类生产劳动而产生的，舞蹈动作和节奏与劳动密切相关。不管是哪一种劳动，人的手脚总是要活动的，用手拍打，用脚踩踏，在某种动作连续重复的过程中，就产生了有规律的节奏，再伴以呼喊或打击石块和木棍，最原始的舞蹈就出现了。“手之舞之，足之蹈之”，这是人类千万年来表达思想感情的一种方式。人类社会的一切物质财富和精神财富，都是劳动创造的，舞蹈也不例外。

在人类原始部落里，舞蹈具有全社会性。在组织散漫和生活不安定的状况下，需要有一种社会感应力使人们团结在一起，舞蹈就是产生这种感应力的重要手段。无论是狩猎还是战争，都是整个部落一起行动，所以原始舞蹈总是集体性的。部落为了有共同标志，就出现了图腾，图腾不仅是区别部落的标志，而且是一种最原始的宗教信仰。每逢祷告或庆祝，人们都对着图腾跳舞，这叫图腾舞蹈。图腾舞蹈在世界各地原始民族中都是同样存在的。例如，北美洲印第安部落跳野牛舞，他们迷信野牛和自己的部族有血缘关系，跳这种舞，野牛就会出现并让他们狩猎；澳洲土人跳他们的图腾蛇舞，舞者文脸文身，作为对自己部落祖先的纪念。

龙和凤是中国古代民族的图腾。由于各个部族互相归并，一个图腾已经不能代表整个部落联盟的共同祖先，于是人们把几种图腾特征综合起来，如以鹿的角、蛇的身、鱼的鳞、鹰的爪综合成龙的形象，以孔雀、山鸡等特征综合成凤的形象，用它们代表最高统治者的祖先，作为“帝德”与“天成”的标志。人们后来才把龙和凤当作中华民族发祥和文化起源的象征。

原始社会解体，人类进入奴隶社会，图腾崇拜开始和巫术迷信相结合，因而产生了巫舞。图腾崇拜和巫术虽然都是原始宗教信仰，但两者性质不同，活动形式也不相同。图腾是原始人类崇拜的偶像，巫师则是人与神之间的桥梁。图腾舞蹈是社会性的集体舞蹈，而巫舞是巫师的表演。在巫术中，歌和舞作为制造神秘气氛的一种手段，用以保证巫术的成功。从舞蹈发展的角度看，巫舞比原始的图腾舞蹈前进了一大步，它从比较粗糙的集体



舞蹈转向专业的、个人的舞蹈表演，而且表现出神话中的人物和故事。中国春秋战国时期的楚国，巫舞十分盛行，规模宏大，形式和内容都相当丰富。

舞蹈 奴隶社会末期，巫舞逐渐向娱君的方向发展。男巫已开始改为女巫，从此巫舞就失去了原来受崇拜的地位。到了封建社会，宫廷舞蹈大规模地发展，分为祭祖性质的乐舞和宴饮助兴的乐舞。中国的汉魏和隋唐时代是宫廷舞蹈发展的两个高峰。宫廷内设有专门管理收集乐舞的乐府、太常寺、梨园等机构，训练和培养宫廷乐舞演员和乐员。唐玄宗和南唐李后主等皇帝还亲自参加编制乐舞。东方国家，如印度、日本、朝鲜，也有专供皇室享用的乐舞和舞伎。在欧洲，古希腊、古罗马的宫廷舞蹈原来也是很兴盛的。自西罗马灭亡后，整个欧洲为教权所统治，娱乐性舞蹈被中世纪教会认为是不道德的而加以禁止，但带有世俗性质的民间舞蹈仍独立于宗教舞蹈之外而发展。直到文艺复兴以后，宫廷舞蹈才重新恢复。

西方 17 世纪后的宫廷舞蹈是以社交性质为主的娱乐舞蹈，皇帝也参加。这种舞蹈吸收了民间若干种舞蹈形式，由舞师加以改造和传授，以适应宫廷中的社交仪式。这是西方社交舞蹈的起源。

芭蕾是从欧洲宫廷舞蹈发展而来的，先是属于宫廷中专有的表演，后来转移到剧场中演出。它制定出一整套技术规范和要求，所以称为古典芭蕾。古典芭蕾是表演性舞蹈中技巧要求最高和最讲究形式规范的舞蹈，传播面很广。

20 世纪初，现代舞在西方兴起。这种舞蹈形式最初是受浪漫主义思潮影响产生的，后来又在现代主义的思想影响下产生出许多舞蹈派别。它总的倾向是反对传统的艺术观念，提倡创新、自由，建立了一套独立的表演体系和理论体系。现代舞在德国、美国、英国、日本等国家较为流行。

## （二）舞蹈的分类

### 1. 按历史发展的不同阶段划分

按历史发展的不同阶段可划分为古代舞、现代舞。

### 2. 按不同的风格、特点划分

按不同的风格、特点可划分为古典舞（中国古典舞、古典芭蕾）、民间舞、现代舞。

古典舞是在民间舞的基础上经过历代舞蹈艺术家的提炼、加工、整理、创造出来的具有古典风格的舞蹈。它具有程式化的表现手法、规范性的动作、高超的技巧以及严谨的训练体系和相对稳定的审美原则。世界上许多国家和民族都具有自己独特风格的古典舞。

欧洲的古典舞，一般泛指芭蕾舞，它起源于意大利，17 世纪在法国得以成长，20 世纪初传入我国，50 年代在我国得到很大发展。

中国古典舞指具有古典风格的中国舞蹈。中国古典舞挖掘、继承了中国戏曲表演中的舞蹈步伐、身段、武术等精华，表演上手、眼、身、法、步紧密配合，使中国古典舞更具传统特色。中国古典舞教学包括中国古典舞基训和中国古典舞身韵两个部分。

民间舞：泛指产生并流传于民间，受民俗文化制约，即兴表演但风格相对稳定，以自

娱为主要功能的舞蹈形式。不同地区、国家、民族的民间舞蹈，由于受生存环境、风俗习惯、生活方式、民族性格、文化传统、宗教信仰等因素影响，以及受表演者的年龄、性别等生理条件所限，在表演技巧和风格上有十分明显的差异。民间舞朴实无华、形式多样、内容丰富、形象生动等特点，历来都是各国古典舞、宫廷舞和专业舞蹈创作不可或缺的素材来源。在中华民族漫长的历史积淀中，民族舞的种类浩如繁星，如蒙古族、藏族、维族、苗族、傣族、朝鲜族舞蹈。仅汉族的秧歌就有东北秧歌、胶州秧歌、云南花灯、安徽花鼓等。

现代舞：是20世纪初在西方兴起的一种与古典芭蕾相对立的舞蹈派别。其主要美学观点是反对古典芭蕾的因循守旧、单纯追求技巧的形式主义倾向，主张摆脱古典芭蕾舞过于僵化的动作程式化与束缚，以合乎自然运动法则的舞蹈动作，自由地抒发人的真实情感，强调舞蹈艺术要反映现代社会生活。其创始人公认为是美国舞蹈家伊莎多拉·邓肯(Isadora Duncan, 1878—1927)，她认为古典芭蕾的练习会造成人体的畸形发展。她向往原始的淳朴和自然的纯真，主张“舞蹈家必须使肉体与灵魂结合，肉体动作必须发展为灵魂的自然语言”，真诚地、自然地抒发内心的情感。

### 3. 按舞蹈的不同体裁划分

按舞蹈的体裁不同可划分为：叙事舞蹈——一般指有人物、环境、完整的故事内容与情节和具体的矛盾冲突的舞蹈；抒情舞蹈——主要是作者或舞者通过舞蹈主题表达和抒发自己的某种思想或情感，从而感染观众，使其产生共鸣。

### 4. 按舞蹈的表现形式划分

按舞蹈的表现形式可划分为独舞、双人舞、群舞、组舞、舞剧。

我们还可以将所有的舞蹈按其社会作用的不同来划分，概括为两大类：一是自娱性舞蹈，二是表演性舞蹈。

自娱性舞蹈：顾名思义就是为了自我娱乐而跳的舞蹈。例如：各民族在一些民间公共公开的场合所跳的舞，国际上的“交谊舞”，我国的“集体舞”。所谓自娱是相对而言的，因为当你和大家尽情舞蹈时，你的情绪就已感染了大家。因此，对大家来说，你就带有一定的“表演性”。同样，别人欢舞时，对你也如此。但由于在场的人一致的目的是跳舞以自娱，所以称这种舞蹈为自娱性的舞蹈。

自娱性舞蹈的特点是：

- (1) 跳舞不是为了表演，而是群众性的娱乐活动和互相交际的手段。
- (2) 舞蹈形式上有广泛的群众性，如人数不拘、场地不限、舞蹈简单易学。
- (3) 舞蹈者有密切的交流，如手拉手、面对面，在频频交换位置和往返循环等欢舞中，人们得以广泛接触，交流感情，在情绪和兴致上可以相互启发、感染，形成百跳不厌、通宵达旦的热闹情景。

表演性的舞蹈：指专门为给观众欣赏而表演的节目。这种舞蹈除了在某种场合由舞蹈家即兴表演，一般都有主题思想、情节和人物（角色），并通过扮演者的表演感染观众。

表演性舞蹈有以下三个特点。

(1) 舞蹈有所需要的主题思想、情节结构，它通过人物抒情，或以物寄情。总之，是通过角色表达创作者的意图。

(2) 舞蹈由编导编排而成，受音乐长度（时间）所限，舞者（演员）不能随意发挥。

(3) 它受舞台或表演场地空间的限制，但也可以充分利用舞台的各种条件，如灯光、舞美，来帮助表达作品的内容。

表演性舞蹈又可分为群舞、单项舞蹈（单、双、三人）、组舞、歌舞、舞剧等。

群舞：它没有复杂的情节，而是以情代叙，重在意境和情绪的抒发；它没有多种人物角色，而是通过一个统一的集体形象来塑造某个民族的某种性格。群舞又可分为情绪舞和情节舞。

单项舞蹈（单、双、三人）：是一人至三人表演的舞蹈，创作上有独到之处，同时对演员有较高的技术要求。它或以形象生动、风格独特取胜，或情节动人、构思别致，或意境感人引人浮想联翩，或寓意深邃使人回味无穷，或兼而有之。在题材方面，独舞偏重情绪和技巧的发挥，而双人（三人）舞偏重于情节抓人，突出人物的刻画。

组舞：是将几段舞蹈贯穿在一个主题下的舞蹈形式。组舞中的每一段舞蹈又有其相对的独立性，也可以单独抽出来表演。

歌舞：是由舞蹈者边唱边跳进行表演的舞蹈，它是将“歌”与“舞”融为一体的艺术形式，是从歌唱与舞蹈并行的角度去表现、加强共同的主题和内容。

舞剧：是以舞蹈为主要表现手段的戏剧形式，它具有完整的戏剧结构，舞剧中的舞蹈一般分为情节性的舞蹈和表演性的舞蹈两类，形式上包括了独舞、双（三）人舞、群舞、组舞等。情节性的舞蹈表现舞剧的剧情，刻画人物的性格和行为；表演性的舞蹈是剧情中作为舞蹈表演而出现的，即舞中之舞。

舞剧中的独舞多表现人物内心的独白及其性格、情绪等，双人舞用来刻画舞剧中人物之间的关系、感情和矛盾、冲突，群舞在舞剧中是作为表演性的舞蹈或在剧情中表现群众情绪的舞蹈场面。这些舞蹈形式加上必要的哑剧成分，按舞剧内容情节的需要交替出现，融会贯通，就形成了舞剧的形式。舞剧有大、中、小型舞剧和独幕舞剧之分。

当然，如果再详细地分，几十、上百种都可以分得出来。有的教材把现代舞等同于国标舞或摩登舞和拉丁舞。其实，国标舞是指体育舞蹈，全称“国际标准交谊舞”，是体育运动项目之一，简称“国标舞”。它包括摩登舞和拉丁舞两大类。摩登舞包括华尔兹（慢三）、维也纳华尔兹、探戈、快步舞（快四）、狐步（慢四），拉丁舞包括伦巴、恰恰、斗牛、桑巴、牛仔。每个舞种均有各自的舞曲、舞步及风格，根据各舞种的乐曲和动作要求，组编成各自的成套动作。交谊舞于20世纪30年代传入中国，而竞技性体育舞蹈则在20世纪80年代才开始在中国推行。

### （三）舞蹈特征及构成要素

舞蹈是一门综合性艺术。它综合了音乐、诗歌、戏剧、绘画、杂技等而逐渐成为独立的艺术。舞蹈的起源比其他许多艺术门类都早，但把它当作一门学科去独立研究还是现代



舞蹈史上的事情。舞蹈,从名称到定义历来都是不大统一的,欧洲人称之为 DANCE (跳舞);日本人称之为“舞踊”;在中国历史上,“巫”“舞”“武”三字都含有舞蹈的意思,“乐”字有时也是舞蹈的代词。对于舞蹈本质的解释,古今中外的学者也各有不同意见。柏拉图说它是“以手势讲话的艺术”,亚里士多德说它是“借姿态的节奏来模仿人的各种性格、感受和行动”。近代学者又不一样。日本舞蹈家石井漠说:“决定舞蹈本质的是韵律。”美国艺术理论家苏珊·朗格说:“舞蹈是动态形象。”我们认为,舞蹈的本质是人体动作的艺术。从广义上说,凡借着人体有组织、有规律的运动来抒发感情的,都可称为舞蹈。但作为一种舞台表演的舞蹈艺术,则是通过作者对自然或社会的观察、体验和分析,并以精练、典型的动作,构成鲜明的舞蹈艺术形象,反映生活中的人和事、思想和感情。

舞蹈以人的动作为个体,而动作则来源于人们高度激动的感情,如《毛诗序》所说:“情动于中而形于言,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,足之蹈之也。”由于这种特殊性,舞蹈就必然有自己独特的表现形式和特点。

舞蹈包含舞蹈表情、舞蹈节奏和舞蹈构图三个基本要素。节奏是舞蹈动作的时间因素;构图是由舞蹈表演者的表情和节奏的变化构成的,含有空间因素;造型性舞蹈表情是通过舞蹈家创造的人物形象表达人的情感和思想,所以它不同于一般自然状态下的情绪,亦不只限于面部表情,而主要是通过“力度”“速度”和“幅度”去体现。这些对比的形式和舞蹈的节奏,结合着表情构成了舞蹈上动的构图,并通过动的构图,表达了人物形象特定的思想感情,创造出各种美的舞蹈想象空间。因此,舞蹈这三要素的互相结合,互相作用,形成了舞蹈艺术独特的表现形式。舞蹈这三个要素缺一不可,但在不同的舞蹈形式中有不同的侧重。一般自娱性舞蹈多侧重于节奏,舞台表演的舞蹈则是三者结合起来,密不可分的。

舞蹈是一门综合艺术,它不仅包含着音乐和诗歌,还包含着造型艺术。舞蹈表演者的身体就是活的雕塑,身体上的衣饰只是加强人物个性的陪衬。在审美特性上,舞蹈不仅能给人以美感,还能创造出一种特殊气氛,从动作姿态的构成中使人分辨出我们社会生活中各种真善美与假恶丑的东西,甚至诱发人联想到它的特定时间和地点。好的舞蹈能使人在视觉、听觉乃至精神上得到满足。

## 二、中国舞蹈发展简史

我国舞蹈艺术自原始社会到明清时期,经过产生、发展、传承、变异的历史轨迹,变得丰富而又多彩,展现了中国舞蹈艺术在不同历史时期的风貌、成就和艺术特色。

从原始社会舞蹈的产生,经夏商奴隶制时代舞蹈的发展,两周时期舞蹈的变革,加之舞蹈艺术取得重大发展的汉代,各族乐舞在频繁交流中发展至三国、两晋、南北朝时期,一直到辉煌唐舞。一个朝代的文学艺术,与它的政治和经济的关系十分密切。唐代在我国古代史中是一个较长的社会安定、国力强盛的时代。当时实行了许多开明和对外开放的政策,内外交流频繁,这都有利于艺术上的广采博收和创造发展,因此,在中国古代舞蹈史上也写下了灿烂辉煌的篇章。唐代舞蹈艺术是在两汉、南北朝数百年时间各种乐舞交流融



合结出的硕果。它不仅集周、秦、汉、魏、晋、南北朝等前代舞蹈成就之大成，还有自己大量的新创造，而且对其后的宋、元、明、清乃至近、现、当代的舞蹈发展都有不小的影响。所以把唐代舞蹈说成中国古代舞蹈艺术发展的一个高峰，是有充足的理由和根据的。作为发展的一个高峰，它有许多突出的特征：一是表演性舞蹈空前发展，无论是宫廷还是民间，无论是宴享游乐还是民俗节日，都有各种形式、各种规模的舞蹈表演活动，像形式华丽、规模宏大的宫廷“燕（宴）乐”“九部伎”“十部伎”“坐部伎”“立部伎”和各地进京献演的“四方乐舞”，内容丰富、技艺高超的“健舞”“软舞”“歌舞大曲”“歌舞戏”等。二是群众性舞蹈活动更为普及和繁茂。还出现了许多成就卓越的舞蹈家，见于记载的就有杨贵妃、公孙大娘、张云容、谢阿蛮等。三是出现了记录舞蹈的舞谱。例如：后世在敦煌藏经洞发现的“舞谱残卷”。舞蹈艺术发展的转折期是辽、宋、西夏、金代的舞蹈，宋代时出现了节日在街头表演的舞队，到元、明、清时舞蹈艺术得到了传承与变异。“元曲”就是元代出现的，它是一种歌舞相结合的戏剧形式。明代的舞蹈则得到普遍的推广，并且向剧场规模发展起来。到清代，戏曲与舞蹈的结合得到进一步发展，出现了昆曲和京剧。

在继承和发展民族艺术传统的基础上，中国舞蹈工作者从各种有文字记载的、非文字的、历史的和现存的古代舞蹈资料中发掘，并通过多种渠道去探索中国古典舞蹈的形式。一种是从戏曲舞蹈的基础上去做系统的整理。中国的歌舞艺术自宋元以来，一部分已和戏剧艺术合流，成为一种诗、歌、舞、剧的综合形式，称为戏曲。其中既含有一些宫廷舞蹈成分，又根据表现剧情和塑造人物的需要，创造出各种类型的动作程式。古典舞蹈工作者从戏曲艺术中将舞蹈分解出来，又按舞蹈艺术规律进行科学归纳，在实验中取得了不少成绩，既创作出有别于戏曲的古典舞剧，也建立了一套不同于戏曲的舞蹈技术训练方法。另一种是从中国古曲、诗画中去探索中国古典舞蹈。古曲虽然看不见舞蹈形象，但根据中国古代的乐与舞在节奏上的共性，诗、画、舞在风格上的接近，可以使古典舞蹈的形象在这个基础上产生。还有一种渠道是从历史舞蹈形象资料上探索，建立中国古典舞蹈形式。舞蹈工作者通过对历代的文史资料、雕刻、壁画等形象资料进行研究整理，从这些静态形象去探索中国古典舞蹈，亦取得不少成果，并创作出有代表性的舞蹈。

中国是历史悠久的文明古国，又是一个多民族的国家，所以它拥有丰富的舞蹈文化资源和深厚的民族舞蹈传统。中国共有 56 个民族，每个民族都有自己丰富多彩的民间舞蹈。由于各民族的地方特点不同、风俗习惯不同，舞蹈形式就更加瑰丽多彩了。民间舞蹈多反映当地的劳动生产和与人们生活息息相关的故事及喜、怒、爱、憎的思想感情，所以它是人们喜闻乐见的艺术形式。祭祀舞蹈亦属于民间舞蹈，但性质和风俗舞蹈有所不同。祭祀舞蹈多是结合宗教迷信活动和纪念祭祀仪式进行的，喇嘛教寺庙中的敬神活动“跳神”，民间辟邪驱鬼的“跳钟馗”和戴面具的傩舞，都是属于宗教或迷信性质的祭祀舞蹈；在山东孔子的故乡曲阜县举行祭孔仪式的舞蹈，则是古代封建祭祀舞蹈的遗制。

在舞蹈发展史上，民间舞蹈常常被人忽视，其实，民间舞蹈才是舞蹈发展的主流。



民间舞蹈是人民群众智慧的结晶，它是一条永远不会枯竭的舞蹈源泉。历代统治者都懂得向民间舞蹈吸取营养，但他们又千方百计地去禁止民间舞蹈的活动。民间舞蹈源远流长，它并不因为被禁止就停止发展，也不因为被宫廷吸收就改变其固有的乡土特色，它始终以绚丽多姿的风貌在民间广泛流传。中国各民族的民间舞蹈遗产虽然十分丰富，但各个民族的舞蹈发展是不平衡的。中华人民共和国成立后，国家开始重视各民族的民间舞蹈的收集和整理，不分雅俗，推陈出新，大量民间舞蹈以崭新的面貌出现，为世界人民所瞩目。

除继承和发展本国的舞蹈，不少舞蹈家积极吸收西方舞蹈艺术的精华。在中国近现代舞蹈史上，率先走出国门学习舞蹈的先驱人物是晚清宫廷舞蹈家裕容龄（1882—1973）。她是晚清一品官裕庚的女儿，满族人，1882年生于天津。她被中国舞蹈学界称为近代中国第一个学习西方舞蹈的人。12岁那年，裕容龄父亲奉派出使日本，她随父东渡日本，并在那里开始了她的舞蹈生涯。在日本期间，她学习了日本传统舞蹈《鹤龟舞》等。1899年，她又随调任法国公使的父亲到了巴黎，在法国学习芭蕾和现代舞。巴黎这座艺术之都，为裕容龄舞蹈的发展提供了一个广阔的天地。值得一提的是，裕容龄在法国期间十分幸运地遇到了西方现代舞鼻祖、美国舞蹈家伊莎多拉·邓肯，并拜她为师，学习现代舞。裕容龄极好的舞蹈天赋和悟性得到了邓肯的赏识。1902年她在巴黎第一次参加了公演，演出了《希腊舞》《玫瑰与蝴蝶》等节目。1903年，裕容龄随父回国，并很快入宫，担任慈禧太后的御前女官，专门为两宫太后和皇帝表演舞蹈，节目有《西班牙舞》《如意舞》《荷花仙子舞》《希腊舞》《扇子舞》等。由于特殊的家庭环境和个人条件，裕容龄成为了传播西方舞蹈文化的使者，她表演的这些舞蹈在中国现当代舞蹈史上具有开拓性的地位。

在对西方舞蹈的学习与吸收上，裕容龄是走出去的。与此同时，大量的欧美歌舞团体进入中国。西方舞蹈团体的一系列演出活动，给中国带来了很大的震动。从此，在中国这片古老的土地上，特别是大都市里，西方式的生活方式正在成为一种人们追求的时尚，这就是以华尔兹、探戈、列队方阵舞等为代表的西方社交舞。社交舞，又名“交际舞”“交谊舞”，它是一种人际交往活动中以男女对舞的形式进行表演的舞蹈活动。西方早期的社交舞主要流行于宫廷和上层社会。随着社会变革，商业和旅游业的发展，社交舞蹈也从深宫贵宅走向各阶层人士都能自由参加的公共场所。这种以男女对舞的形式进行交流的西方交际舞，在20世纪初由西方舞蹈团体、商人和旅外华侨或留学欧美归国人员传入中国各大城市。交际舞在中国的传播速度非常快，各大城市学舞者日益增多，国人表现出了强烈的兴趣，交际舞成为人们谈论的热门话题。于是，围绕学习和教授交际舞的机构迅速产生，同时出现了很多交际舞学校和书籍。其中最具影响力的是俄国侨民司大纳基芙在哈尔滨、青岛、上海开办的跳舞学校，教授的是当时世界最为流行的探戈、华尔兹、查尔斯顿舞等。还有杰克·坎根办的跳舞传习所，该所自有一套交际舞的教学体系，不少舞者慕名而去，在当时很有名气，成为舞蹈名家与各界知名人士经常联欢之地。



新舞蹈是中国近现代产生的一种新的舞蹈形式。20世纪20年代以后，受“五四”新文化运动的影响，中国开始出现以反映现实生活为特征的新舞蹈艺术。在谈到20世纪的舞蹈教育和现代歌舞时，不能不提到黎锦晖。黎锦晖，1891年生，湖南湘潭人，是中国近现代音乐舞蹈史上一位举足轻重、引领时尚的人物。他以其超卓的创作激情和艺术天才，给中国传统乐舞注入了新鲜血液，开创了中国近现代校园乐舞教育的先声。黎锦晖的儿童歌舞教育与创作，孕育于“五四”新文化反帝反封建的历史大潮之中，特殊的时代背景成就了黎锦晖中国新舞蹈艺术的萌芽。1927年，黎锦晖受田汉“艺术运动是应须由民间硬干起来，我们要靠自己的力量去实现自己的计划”的精神鼓励，创办了“中华歌舞专门学校”，是中国真正的初具规模的歌舞教育专门学校。黎锦晖依凭着丰富的民间音乐素养和汉语音韵学功底，继承、发展民族乐舞的传统，秉承“中西合璧、雅俗共赏、改进俗乐、创造平民音乐”的主旨，以新颖、实用、快速为舞蹈教学的准则，聘请当时颇负声望与造诣的中外教师授课，教育方法与课程内容相当规范。该校的舞蹈课有三种：艺术课——包括古典舞、现代舞、土风舞等，教授学生《天鹅舞》《水手舞》《西班牙舞》等，编排了《火光舞》《金银舞》等节目；形意舞——是一种以舞蹈手段模拟动、植物及自然事物的拟人化节目，个性突出；歌舞剧——主要训练学生将歌、舞、剧紧密结合的能力。此外，为配合舞蹈教学，学校还开设时事、外语、会话、戏剧常识、乐理、声乐、器乐等课程，采用启发式教育，因材施教，发挥学生的特长。这种迅速、实用的教学法使学员们短短三个月后便可上台演出，学校亦因此为中国新舞蹈艺术培养了一批出色的歌舞演员，黎明晖、王人美、黎莉莉就是其中的佼佼者。

在“五四”新文化运动的影响下，为宣传国语改革和普及儿童乐舞教育，“五四”后十年间，黎锦晖先后创作了《麻雀与小孩》《葡萄仙子》《月明之夜》《小小画家》《最后的胜利》《小羊救母》《三蝴蝶》等12部儿童歌舞剧和《可怜的秋香》《努力》《蝴蝶姑娘》等24部儿童歌舞曲。这些作品大都带有浓郁的反封建教育制度、弘扬科学与民主精神的内涵和气质，提倡儿童爱自然、爱社会、爱民族和爱祖国的进步思想，对于儿童的美育建设与社会发展具有进步作用。值得一提的是，黎锦晖还先后组织创办了“中华歌舞团”“明月歌舞团”等表演团体，被视为中国近现代舞蹈史上最早的专业歌舞表演团体。而黎锦晖的儿童歌舞剧作品正是它们的重要保留剧目。抗日战争前后，一些从国外留学回来的舞蹈家，投身于抗日战争，把舞蹈艺术与抗日宣传相结合，创作出一批在当时广泛流行的舞蹈作品。与此同时，在革命根据地、解放区和工农红军、解放军中也掀起了以舞蹈形式宣传革命的热潮。文艺工作者深入生活，联系群众，创作出反映中国人民斗争生活的新舞蹈，由此开创的一条以表现现实生活为主的新舞蹈艺术道路，一直在国内产生着较大的影响。中华人民共和国成立后，反映现实生活的舞蹈更有条件发展了，新一代的舞蹈工作者继往开来，发扬这一新舞蹈创作传统，以更广泛的题材去反映社会主义的现实生活和成就。

对外国民族民间舞蹈及各流派的芭蕾、现代舞等舞蹈形式的学习和上演，在中华人民共和国成立后也有了较大发展。随着对外文化交流的发展，各国有代表性的以及各种流派



的舞蹈专家和团体频频来中国作友好访问和演出。中国亦不断地派出舞蹈家和舞蹈团体到世界各国演出，在学术上和舞蹈作品上都起到互相学习交流的作用，并在1954年创办了北京舞蹈学校，先后培养了一批有作为的中国古典舞蹈、民间舞蹈、芭蕾演员和编导，中国的芭蕾水平已开始进入世界先进行列。1962年，在周恩来总理的倡议下又成立了一个专门上演和介绍亚洲、非洲、拉丁美洲等国歌舞的东方歌舞团，该团在国内外演出时获得很高声誉。

中华人民共和国成立以来，制定了一系列正确的文艺政策，实行“古为今用，洋为中用”以及“百花齐放，百家争鸣”的方针，中国的舞蹈事业比过去任何一个历史时期的发展形势都要好。由于国家对舞蹈事业的重视，1949年成立了中国舞蹈工作者协会（1979年改称为中国舞蹈家协会），有计划地把中国舞蹈事业纳入国家文化事业中。30多年来，从中央到地方举办了各种类型的舞蹈比赛和会演，涌现出一大批优秀的节目和演员。从事舞蹈理论研究的队伍亦逐渐巩固和壮大，在舞蹈史学、美学、民俗学以及舞蹈教学、表演、编导等方面都取得了相当大的成果，出版了许多专业性的舞蹈书刊。中国各省、直辖市、自治区都先后成立了舞蹈家分会，一支较大的舞蹈骨干队伍已在全国范围形成，中国人民解放军亦有一支强大的舞蹈艺术队伍。中国的舞蹈事业正处于一个迅速发展的新阶段。

## 第二节 舞蹈常用术语、方位图及舞蹈记录

### 一、舞蹈的八个方位

舞蹈方位是用以规范舞蹈者面向、走向的专业术语，即场地正前为第一方位——“1点”；右前、右旁、右后为第二、第三、第四方位——“2、3、4点”；正后为第五方位——“5点”；左后、左旁、左前为第六、第七、第八方位——“6、7、8点”（图1-2-1）。

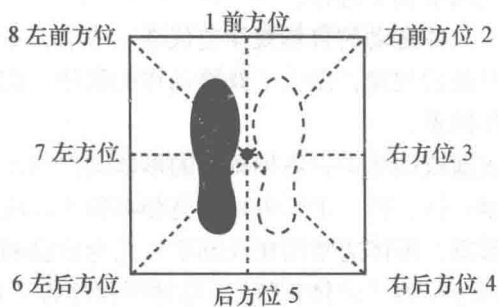


图1-2-1

## 二、舞蹈常用术语

**扶把训练：**学员手扶把杆做舞蹈动作。扶把训练分“单手扶把”和“双手扶把”。

**中间训练：**站在训练场地中间做练习。这是相对“扶把训练”而言的。

**对称动作：**指左、右相对的同—动作，如“右按手”的对称动作即“左按手”。

**动作的左与右：**单一舞蹈动作一般都分左、右两面，通常是以动作腿（或动作臂）来区分，如右手做“盘手”即称“右盘手”。舞蹈训练中常称“左虚步”“右端腿”等，即表示用左或右腿做该动作。

**动作的单与双：**有些动作以单臂（或腿）做时多称左或右，如上所述；以双臂（或双腿）做时即标以“双”字，如“双山膀”“双摇臂”“双起双落”。

**面向、视向：**身体正面所朝的方向称面向，眼看几点即视向，一般也包括脸的朝向，如“眼看8点”，即脸和视线均朝8点。

**基训：**指对舞蹈演员或学员基本能力的训练。例如：发展身体各部分肌肉的能力，训练关节的柔软性，控制身体活动的的能力，灵活性和稳定性以及跳、转、翻等各种技巧，使学员身体运动更符合舞蹈规律的要求，以适应各种类型动作和高难技巧的需要。同时，为随时扮演各种舞蹈人物形象做好准备。基本训练对演员、学员体力的保持也有益处。

**主力腿：**做动作过程中，或者形成姿态时，支撑身体重心的一条腿，称主力腿。它与动力腿配合，对身体平衡以及动作、姿态的优美起重要作用。

**动力腿：**与主力腿相对而言，非重心支撑的一条腿称为动力腿，可做各种屈伸、摆动动作。

**起泛儿：**是舞蹈俗语，指动作前的准备姿势。技巧前的准备动作，都称作“起泛儿”，也叫“起”。

**范儿：**指跳舞时是否得法，即动作是否符合规律，是否有韵味。在品评舞蹈者的动作是否得法时，常用“有范儿”或“没法儿”来加以褒贬。

**节奏：**音响活动的轻重缓急形成节奏，其中节拍的强弱和长短交替出现而合乎一定的规律。节奏为音乐旋律的骨干，乐曲结构的基本因素。节奏也是舞蹈动作的基本要素之一，一切舞蹈动作均在一定的节奏下进行。

**韵律：**在舞蹈动作中，人体运动的自然规律造成欲左先右，欲纵先收以及动与静、上与下、高与低、长与短等辩证的规律，形成了舞蹈动作的韵律。韵律在舞蹈中享有重要地位，是较难掌握的一种动作因素。

**身段：**指演员在舞台表演或训练中，各种舞蹈的形体动作的统称。从最简单的比拟手势到复杂的武打技巧，如坐、卧、行、走、甩袖、亮相都称为身段。

**形体：**指演员的身体形态。形体通常用在戏剧中，尤为话剧和电影所常用。话剧和电影演员的身体训练和舞蹈训练称为“形体训练”，这种课程称为“形体课”。

**造型：**塑造人物外部形象的艺术手段之一。在舞蹈中人们将雕塑性强的动作姿态称为“造型”。

**亮相：**指剧中主要人物第一次上场（有时也用于下场）或一段舞蹈、武打完毕之后，在一个短促的停顿中所做的姿态叫亮相。它也是戏曲表演中的一种程式动作。



**舞蹈动作：**指经过提炼和美化，有节奏、有规律的人体动作，是舞蹈艺术的主要表现手段。它大多来自劳动生活，并同民族的斗争生活、风俗习惯、自然条件、审美观念和传统艺术等有联系。

**舞蹈语言：**主要是通过舞蹈动作来表现主题、抒发情感的。舞蹈语言也是舞蹈动作的别名，它由单一或几个舞蹈动作组合而成，具有一定含义。舞蹈语言既包含有一定意义的简单舞蹈动作，又包含较长的动作组合。

**舞蹈组合：**舞蹈的常用语。两个以上的舞蹈动作被组织联合在一起，形成一种新的动作称为组合。它包括最简单的、性质单纯的动作连接，也包括最复杂的各种不同性质的动作的组合。它是用来达到某种训练目的，或表现一段舞蹈思想内容的手段。

**舞蹈语汇：**它把若干不同的舞蹈动作汇集起来，为表达舞蹈作品的主题内容服务，是一切舞蹈语言的总称。

**主题动作：**指一支舞蹈或一个舞蹈形象最重要的核心动作，从“音乐主题”一语演绎而来。音乐主题在音乐创作中反复出现，不断重复加深听者的印象；舞蹈的“主题动作”也采取不断重复和再现等手法，加深观者的印象。它是为舞蹈的主题思想和塑造人物服务的。主题动作的重复使用是舞蹈创作的一种手法。

**舞蹈编导：**舞蹈艺术工作中的一种重要职务，由舞蹈的专业特征所定，编舞和导演常常由一个人或几个人统一承担，故统称为编导。编导的职责是构思和编写舞蹈台本，根据音乐进行具体编舞、组织和指导排练，并通过与作曲家、指挥、舞台美术设计以及演员合作，把舞蹈呈现在舞台上，达到预期的效果。

**舞蹈结构：**舞蹈作品的组织方式和内部结构。编导根据对生活的认识和舞蹈素材的理解，结合塑造舞蹈形象和表现主题的需要，用舞蹈及其各种艺术表现手法，把一系列生活材料、人物形象、事件情节主次合理而匀称地加以安排和组织，使其既符合欣赏规律，又满足舞蹈（舞剧）作品体裁形式的要求，达到舞蹈艺术上的完整和谐。

**舞蹈构图：**编导为表现舞蹈作品的主题思想，交代环境情节和塑造舞蹈形象，按美感效果的要求，在舞台空间安排和处理各种人物的关系及位置叫舞蹈构图。编导一般通过各种移动线和“对称”“对比”“集中”“分散”以及“平衡”等手法，把零散的个体形象纳入到艺术整体中来，形成各种图形图案，如“方形”“菱形”“圆形”“弧形”“三角形”“梯形”“四边形”等。我国民间舞在长期实践和积累中，形成了很多具有民族特色的舞蹈图形。秧歌舞中的“二龙吐须”“剪子股”“四面斗”“珍珠倒卷帘”“卷白菜心”，这些都是研究舞蹈构图的宝贵遗产。

**舞台场记：**也称舞蹈场记，是指舞蹈作品的图画、文字记录，一般包括舞蹈台本、舞蹈音乐、舞蹈动作及舞台场面、服饰和道具的图解等，供排练舞蹈用。

**舞台灯光：**也叫“舞台照明”，简称“灯光”，舞台美术造型手段之一。随着剧情的发展运用舞台灯光设备（如灯具、幻灯、控制系统）和技术手段，以光色及其变化显示环境，渲染气氛，突出中心人物，创造舞台空间感、时间感，塑造舞台演出的外部形象，并提供必要的灯光效果（如风、雨、闪电）等。

**舞台美术：**舞台美术是戏剧和其他舞台演出的一个组成部分，包括布景、灯光、化妆、服装、效果、道具等。其任务是根据剧本内容和演出要求，在统一的艺术构思下，运



舞蹈 用多种造型艺术手段，塑造剧中环境和角色的外部形象，渲染舞台气氛。

### 三、舞蹈记录

舞蹈记录主要以文字和图形来记录。记录的内容主要包括：舞蹈的内容简介、舞蹈音乐、主题动作、场记和舞美。学习掌握舞蹈记录的方法可以帮助舞者记忆、收集、创编舞蹈。

#### 1. 人体各部位名称 (图 1-2-2)



图 1-2-2

#### 2. 抬腿角度 (图 1-2-3)

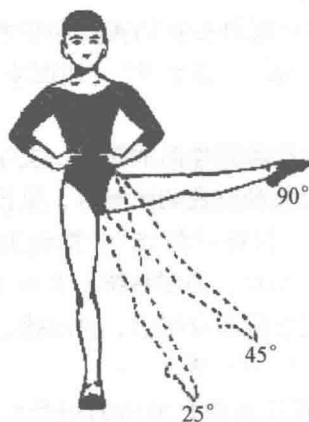


图 1-2-3





## 3. 手臂空间方位 (图 1-2-4、图 1-2-5)

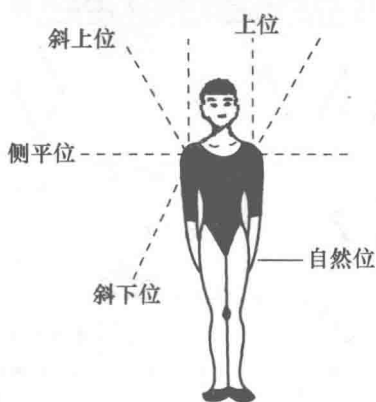


图 1-2-4



图 1-2-5

## 4. 舞台区域图 (图 1-2-6、图 1-2-7)



图 1-2-6

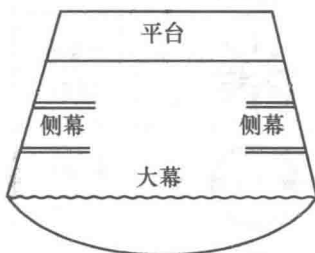

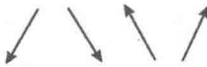
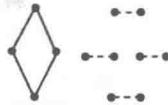




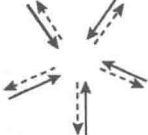
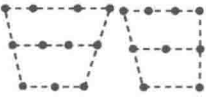
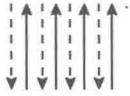
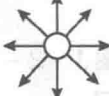



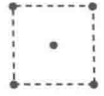
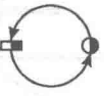
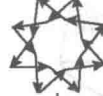

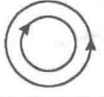
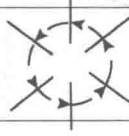




图 1-2-7

## 5. 常用舞蹈队形示意图

| 行进队形  |  | 静止队形 |  |     |  |
|-------|--|------|--|-----|--|
| 圆形    |  | 方形   |  | 直行  |  |
| “之”字形 |  | 斜排形  |  | 横排  |  |
| 弧线形   |  | 半圆形  |  | 斜排  |  |
| 插花形   |  | 龙摆尾形 |  | 半圆形 |  |

| 行进队形  |   |         | 静止队形   |       |   |
|-------|---|---------|--|-------|---|
| 蜗牛形   |    | 正反八字形   |   | 菱形    |    |
| 十字形   |    | 相对“之”字形 |   | 正反三角形 |    |
| 推磨形   |    | 双圆交叉形   |   | 梯形    |    |
| 穿花缝形  |    | 辐射形     |   | 平行四边形 |    |
| 会聚形   |    | 二龙吐须形   |   | 五花形   |    |
| 套圈形   |    | 双圆斜穿形   |   | 梅花形   |    |
| 双圈反转形 |  | 车轮转形    |  | 扇形    |  |
|       |   |         |  | 孔雀开屏形 |  |

## 6. 常用人物动作符号记法

舞蹈记录中常用●、■、▼、◆等符号表示舞蹈中的不同角色，习惯上用■表示男性舞蹈者，用●表示女性舞蹈者。如果舞蹈者人数多，在队形变化时可加上标号，如■<sub>1</sub>、■<sub>2</sub>……

头部朝向：

正面  侧面  2点  8点  后面 

背部朝向：

正面  俯视  仰视  侧面 



| 图 形   | 说 明                         |
|---|-----------------------------|
|    | 涂实部分为脑后所朝方向，空心部分为面部所朝方向     |
|    | 表示原地逆时针方向自转一周               |
|    | 表示连续向前转圈                    |
|    | 表示先前进，然后退回原位                |
|    | 表示左右横动（先左后右）                |
|    | 表示两人面朝同一方向，里手相拉             |
|  | 表示两人面朝同一方向，体前交叉握手（亦叫滑冰式）    |
|  | 表示两人右肩相对，右臂互搂对方后腰旋转         |
|  | 表示两人面对面双手相拉                 |
|  | 表示两人右肩相对，互挽右臂旋转             |
|  | 表示两人面对面双手交叉相拉               |
|  | 表示两人面朝同一方向，里手相拉高举至头上（亦叫搭拱门） |