

Secretary

教育部高职高专文秘类专业教学指导委员会
“十二五”规划教材

文化素质教育系列

形体塑造与 艺术修养

主 编 胡晋梅 曹辛胜

副主编 白俊卿 马亦梅 温雅琴



重庆大学出版社
<http://www.cqup.com.cn>

教育部高职高专文秘类专业教学指导委员会
“十二五”规划教材

文化素质教育系列

形体塑造与艺术修养

主 编 胡晋梅 曹辛胜

副主编 白俊卿 马亦梅 温雅琴

重庆大学出版社

内容提要

本书是一本实用性的形体训练实训教材,全书共分3个部分11个模块;前三个模块为第一部分(认知篇),主要讲述形体训练、修养、审美与形体塑造的关系;中间5个模块为第二部分(实训篇),主要讲述形体素质、形体、坐姿、步态、舞蹈的训练;最后3个模块为第三部分(综合艺术篇),主要讲述歌剧、舞剧、戏剧与形体塑造的关系。

本书区别于其他教材和理论性书籍,以形体塑造为主线,从理论和实训两个方面入手,告诉读者达到完美形体塑造应该“如何做”,“做什么”。

本书省去了许多繁杂的理论解释,以最简单的形体素质训练为基础,加入图片及立体开发,示范性强;歌剧、舞剧、戏剧等姐妹艺术的相关内容则拓宽了视野,为众多使用者提供了便捷实用的有效服务。

因此,本书适合作为高等院校,尤其是高等职业院校学生形体训练与艺术修养课程教学用书。

图书在版编目(CIP)数据

形体塑造与艺术修养/胡晋梅,曹辛胜主编. —重

庆:重庆大学出版社,2010.8

教育部高职高专文秘类专业教学指导委员会“十二五”

规划教材

ISBN 978-7-5624-5400-7

I. ①形… II. ①胡… ②曹… III. ①形态训练—高

等学校:技术学校—教材 IV. ①G831.3

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2010)第 081630 号

教育部高职高专文秘类专业教学指导委员会

“十二五”规划教材

形体塑造与艺术修养

主 编 胡晋梅 曹辛胜

副主编 白俊卿 马亦梅 温雅琴

策划编辑:邱 慧 贾 曼

责任编辑:李定群 文力平 版式设计:邱 慧

责任校对:任卓惠 责任印制:赵 晟

*

重庆大学出版社出版发行

出版人:邓晓益

社址:重庆市沙坪坝正街174号重庆大学(A区)内

邮编:400030

电话:(023) 65102378 65105781

传真:(023) 65103686 65105565

网址:<http://www.cqup.com.cn>

邮箱:fxk@cqup.com.cn (营销中心)

全国新华书店经销

自贡新华印刷厂印刷

*

开本:787×1092 1/16 印张:13.5 字数:287千

2010年8月第1版 2010年8月第1次印刷

印数:1-5000

ISBN 978-7-5624-5400-7 定价:28.00元

本书如有印刷、装订等质量问题,本社负责调换

版权所有,请勿擅自翻印和用本书

制作各类出版物及配套用书,违者必究

总主编 孙汝建

编审委员会成员

孙汝建	严 冰	郭 冬	曹千里	王金星
陈江平	杨群欢	时志明	王箕裘	李 丽
张玲莉	韦茂繁	程 陵		

编写委员会成员(以拼音字母为序)

陈丛耘	陈江平	陈 雅	冯俊伶	顾卫兵
韩玉芬	侯典牧	胡晋梅	金常德	贾 铎
焦名海	李锦昌	李强华	梁志刚	刘秀敏
卢如华	楼淑君	骆光林	丘 进	孙汝建
石高来	时志明	史振洪	施 新	宋桂友
王金星	王 茜	王瑞成	王 勇	吴良勤
肖云林	徐乐军	俞步松	杨 梅	杨群欢
余红平	余允球	向 阳	徐 静	张小慰
赵志强	钟小安	朱利萍	周爱荣	周建平

参编学校 (以拼音字母为序)

长沙民政职业技术学院

长江职业学校

福建泉州黎明职业大学

广东农工商职业技术学院

湖州职业技术学院

湖南商务职业技术学院

河北科技师范学院

河北政法职业学院

黄河水利职业技术学院

湖南大众传媒职业技术学院

华侨大学

黑龙江工商职业技术学院

嘉兴职业技术学院

荆州职业技术学院

金陵科技学院

金华职业技术学院

丽水职业技术学院

辽宁装备制造职业技术学院

连云港高等专科学校

南通大学

南通职业大学

南通农业职业技术学院

宁波城市职业技术学院

深圳信息职业技术学院

苏州职业大学

石家庄铁路职业技术学校

山西大学

四川职业技术学院

四川文化产业职业学院

绍兴文理学院

上海工会管理职业学院

山东文化产业学院

太原大学

唐山师范学院

西安航空旅游学院

扬州大学

扬州职业大学

英国密德萨斯大学

浙江经济职业技术学院

浙江商业职业技术学院

浙江金融职业学院

浙江东方学院

浙江经贸职业技术学院

钟山职业技术学院

中华女子学院

郑州牧业工程高等专科学校

总序

2006年1月,教育部下发了《教育部关于成立2006—2010年教育部高等学校有关科类教学指导委员会的通知》(高教函〔2005〕25号),经过调整,教育部高职高专文秘类专业教学指导委员会(以下简称“教指委”)由下列人员组成:孙汝建(主任委员)、严冰(副主任委员)、郭冬、时志明、曹千里、王金星、杨群欢、王箕裘、韦茂繁、陈江平、李丽、张玲莉。

“教指委”成立以来,始终把教材建设作为重要工作来抓。设立了专业建设分委员会、师资培训分委员会、实训基地建设分委员会。由主任委员兼任专业建设组组长、专业建设分委员会主任,具体负责包括教材建设在内的文秘专业建设研究和指导工作。委员会先后召开了五次委员会会议;举办了三期全国文秘专业骨干教师培训班;建立了全国高职高专文秘专家库并开展研讨活动;承担教育部课题“文秘专业规范研制”的研究;在全国高职高专遴选和建设了三批教指委精品课程;设立了三批文秘专业研究课题;举办了两届全国高校文秘技能大赛;对全国六百多所高校的文秘专业进行了问卷调查;等等。“教指委”始终把教材的研究与开发作为主线贯穿在这些活动中,并多次组织专题研讨,在认真调查研究、反复论证的基础上,组织编写了教育部高职高专文秘类专业教学指导委员会“十二五”规划教材36种,由主任委员任总主编。经过网上公开招标、委员投票,该套教材由国家一级出版社重庆大学出版社出版。

2009年8月24—27日,由“教指委”主办、重庆大学出版社承办的本系列教材主编会在重庆召开。会议期间,主编们就高职高专文秘专业课程设置、教学目标以及本系列教材编写指导思想、编写原则、体例和编写队伍组成原则等问题进行了认真而热烈的讨论,达成了以下共识:1. 根据我国高职高专文秘专业各方向的培养目标、专业建设、课程建设的发展规律与趋势以及国家秘书职业资格证书的考证要求、用人单位对文秘人才的需求,构建编写大纲、选择编写内容、设置编写栏目。2. 教材编写以文秘专业学生应具备的基本素质、基础知识、基本职业能力、核心职业能力为依据。3. 教材使用对象以高职高专学生为主体,兼顾文秘培训和秘书行业的社会需求。4. 教材内容以“够用为度,适用为则,实用为标”为原则,给课堂教学留有发挥空间,突出主要知识点,实训举一反三,紧扣文秘岗位实际,表达准确流畅。5. 教材由秘书职业基础、职业技术与技能训练和文化素质

课程(高职高专各专业通用)两大版块组成。6.教材资料尽量使用2007年以后的新成果,保证教材内容的前沿性。7.教材采用立体开发的方式出版,除了纸质教材外,还包括教学资源网站和教学资源包。

会后,本系列教材主编积极组织力量,遴选副主编和参编者,以每本教材为单位,分别组织研讨和开展教材编写工作。

经过长期运作,本系列教材36本终于面世。其中:

(一)秘书职业基础、职业技术与技能训练课程系列23种

秘书理论与实务	秘书写作实务
涉外商务文书	文案阅读与评析
档案管理实务	社会调查实务
办公室事务处理	秘书信息工作实务
会议策划与组织	中国秘书简史
商务秘书实务	秘书岗位综合实训
秘书职业概论	秘书思维训练
领导科学与领导艺术	毕业设计(论文)写作指导
人力资源管理理论与实务	企业管理基础
秘书语文基础	市场营销理论与实务
办公自动化教程	公共关系实务
秘书心理与行为	

(二)文化素质教育系列13种

规范汉字与书法艺术	普通话训练
口语交际与人际沟通	新闻写作
社交礼仪	商务写作实训
实用美学	形体塑造与艺术修养
文化产业基础	中外文化概论
地域与旅游文化	文学艺术鉴赏
法律文书写作	

本套教材由“教指委”确定教材目录、提出编写意图、组织编写队伍、审定编写大纲、并对编写出版过程进行了全程管理、指导与监控;系列教材全体主编有丰富的教学经验和科研成果;出版社有较高的资质和声誉。全体编写者都怀有一个共同的愿望:在教指委指导下,编写出一套能全面反映文秘专业最新教学科研成果、代表文秘专业建设方向、能在较长时间内指导全国高职高专文秘专业教学的精品教材。

重庆大学出版社从领导到该项目负责人,对教材的组织编写到出版一直给予高度重视和大力支持,特别是邱慧主任、贾曼老师几年来为教材辛苦奔走,精心策划、辛勤付出,其敬业精神令我们感动,我代表“教指委”及教材全体编写人员向他们深表敬意和谢意!

任何成果都是阶段性的,本套教材也不例外。但是,探索是无止境的,在教材的使用过程中,我们会发现修改的空间,在适当的时候,我们还可以对教材做适当的修订,使之日臻完善。

教育部高等学校高职高专文秘类专业教学指导委员会

华侨大学华文学院院长、教授

孙汝建

2010年6月16日于厦门

本书是一本针对大学生的形体训练及艺术修养的综合性教材。

根据国家对新型社会人才的需求,大学生的全面素质培养已成为目前各高校教学工作的重中之重,而完美的形体塑造与艺术修养是大学生综合素质的重要部分,也是本书的编写宗旨。本书不仅能使学生从外在的形体上有所改观,而且还可陶冶学生的情操,提升学生的自我修养和审美意识,从而引导学生追求更高的精神生活,更快地适应社会的高标准要求。其于此,本书的内容及特点有:

一、特色性。本教材的特色性主要体现在以下方面:

1. 综合性

本书分为认知篇、实训篇和综合艺术篇,以形体塑造为主线,分别从形体塑造与形体训练、形体塑造与艺术修养以及形体塑造与审美等方面进行了理论性的分析和解说。通过实训篇中的舞蹈基础练习(以芭蕾为基础),结合古典舞、身韵、民族民间舞蹈及交谊舞进行形体的综合训练;综合艺术篇则介绍了歌剧、舞剧及戏剧等姊妹艺术的内容,形成了一个综合性、一体化的形体塑造与艺术修养的实训范本。

2. 直观性

本书以培养高校大学生形体美为主线,以塑造优美的体态,培养高雅的气质,纠正生活中不正确的姿态为宗旨。每一个项目都有学习目标、知识目标和能力目标等学习提示,项目结束后的思考题则能调动学生主动学习、思考的积极性。

3. 创新性

主要体现在三个方面:

1) 新颖性

本书从舞蹈的角度,结合音乐的相关知识,阐释了什么是真正意义上的形体美,怎样才能完善自我形象的塑造以及提升个人的气质和修养;在芭蕾形体训练的基础上,引入了交谊舞知识的学习

和训练,同时加进了舞蹈以及舞蹈音乐的选择和剪接等能力的训练。

2) 示范性

本书的主要内容以形体训练为主,旨在通过图片及立体开发为读者提供一个规范化、程式化、可供参照操作的范本,使读者可以方便、轻松地学习和掌握交谊舞的技能。

3) 经济性

本书的经济性是指读者可以省去购买多本理论专著的奔波之苦,一本《形体塑造与艺术修养》在手,即能按图索骥,既得到形体舞蹈的训练,同时还能了解到歌剧、舞剧、戏剧及礼仪的相关知识,为读者节省了大量的人力、物力和时间。

二、本书编写分工情况为:

认知篇第二、三模块由胡晋梅负责编写,认知篇第一模块、实训篇第一模块由周国军编写,实训篇第二、五模块由张哲负责编写,实训篇第三、四模块由马亦梅负责编写,综合艺术篇第一、二、三模块由白俊卿负责编写。

在编写本书的过程中编者参阅了大量专著,借鉴了诸多专家、学者的研究成果,部分编者还参阅了互联网上的共享信息。

本书尽可能结合高职高专的教学实际,本着好用、实用的原则来解析各个模块,但由于编者大多是年轻的高校教师,实践经验不足,有些提法尚待进一步完善,敬请专家、同行和读者给予批评和指正。

胡晋梅

2010年4月



认知篇

- 3 模块一 形体塑造
 - 3 项目一 形体塑造概述
 - 9 项目二 形体训练与形体塑造
- 15 模块二 形体塑造与修养
 - 15 项目一 修养的概述
 - 23 项目二 修养与形体塑造
- 37 模块三 形体塑造与审美
 - 37 项目一 形体塑造与审美概述
 - 43 项目二 形体塑造与审美详述

实训篇

- 57 模块一 形体素质训练
 - 60 项目一 脚的软开训练
 - 66 项目二 腿的软开训练
 - 74 项目三 胯的软开训练
 - 77 项目四 腰、胸、肩的软开训练
- 82 模块二 形体训练
 - 82 项目一 扶把训练
 - 91 项目二 中间训练
- 99 模块三 形体坐姿训练
 - 99 项目一 基本的坐姿
 - 102 项目二 坐姿的礼仪
 - 104 项目三 坐姿的训练
- 107 模块四 形体步态训练
 - 107 项目一 基本走姿
 - 109 项目二 走姿的礼仪

111	项目三 走姿的训练
116	项目四 转体的训练
119	模块五 形体舞蹈训练
119	项目一 中国舞
134	项目二 外国舞(国标摩登舞)
163	项目三 舞蹈音乐

综合艺术篇

169	模块一 歌剧
169	项目一 歌剧的概述
175	项目二 歌剧作品欣赏
179	模块二 舞剧
179	项目一 舞剧的概述
184	项目二 舞剧作品欣赏
188	模块三 戏曲
188	项目一 戏曲概述
198	项目二 剧种选介欣赏

参考文献

认知篇

模块一

形体塑造

伴随经济全球化快速发展,科技进步日新月异,对秘书人才综合素质的要求也在不断提高。在党政机关、企事业单位、社会团体中,秘书扮演了不可替代的角色,既代表了一个单位的形象,也对其工作环境中的人与事产生重要的影响。因此,秘书的形象塑造至关重要。当然,人的形象塑造包括人的自然体形象和人的社会体形象。本书将从人的自然体形象的塑造出发进行阐述,也就是人的体型、体态和气质形象的塑造,即形体塑造。

项目一 形体塑造概述

【学习目标】

掌握形体塑造的概念及内涵。

知识目标

掌握形体塑造的意义。

能力目标

熟知形体塑造的内涵、特性及意义。

任务一 形体塑造内涵

形体塑造是指以一定的审美标准,有目的、有计划地对人的体型和体态进行修饰的过程,以达到对普通人形体、仪态、气质、甚至内在心灵的培养和塑造。这种修饰过程可以通过形体训练、体育锻炼、舞蹈、瑜伽、合理的饮食调节、规律的生活习惯等途径来实现。其塑造包含了两个层面的涵义。

第一层含义体现为外在体型、体态的塑造。

外在体型塑造是指通过修饰途径,有目的、有计划地促使人体骨骼的生长和拉伸肌肉线条的过程,进而使人体的体型(包括头部、躯干和四肢)比例协调适当,达到和谐的效果,给人以悦目优美的形式感觉。在体型塑造的过程中,首先要明确的是标准。人的形体美的理想标准是不存在的,只有相对的标准。因为它受遗传、种族、性别、年龄以及时代的社会文化观念影响而出现差异。如:我国殷周时,男女都以胖为美,而魏晋时则以清瘦为美,唐代又以丰满为美。国外也类似,大洋洲、非洲、太平洋岛屿国家原始部落的民族,以肥胖、粗腰、短脖为美,还流传着“催肥待嫁”的习俗,而欧洲女子则以苗条、纤细腰肢为美。

因此,体型美始终是困扰着古今中外艺术家和人类学家的重要课题。然而人作为社会化的动物,必然有自己种属范围内的各部分的适度比例,即生物体的内在尺度,这种尺度是与社会生存、社会生活和社会实践紧密相联的,在经过千万艺术家和人类学家对人的形体进行多次测量的实践基础上,总结出的规律,再按比较科学的方法推算出来。最后得到代表各人种形体美的尺寸比例。比如欧洲人的头是身高的 $1/8$ 最为恰当,中国人的头则以 $1/7$ 最美,女子的胸围、腰围、大腿围、小腿围之间的比例宜是 $80:62:50:30$ 。我国推算出来的人体的理想体重计算公式是:理想体重 = (身高 - 150) 0.5 千克 + 50 千克(上下不超过 2 千克,其中北方人一般比南方人相对重 2 千克),这就是说,如果符合这个标准,则人体比例是适当的,体型就是美的。

外在体态塑造是指通过修饰途径,美化人处在动态空间中的动作,给人以优美大方的形式感觉。同样我们还得明确体态美的标准。体态美主要表现在人体轮廓线条的起伏变化的动态美上,或者说表现在人体动作的节奏与旋律美上。比如跳高运动员,从富有节奏的起跑,经过加速到起跳,并以旋律般的弧线越过横杆,身体从屈体举腿到鱼跃过杆落下,表现狮虎般的勇猛强健和燕子般的灵敏轻巧,完美地显现了人体所具有的速度、力量和技巧,产生和谐统一的美感魅力,展现了人体的阳刚之气和柔韧之韵。而女子的体态美,主要表现在“媚”上。所谓“媚”,就是动态美,或化美为媚且比美的效果更强烈。它摄人魂魄、荡人心神。之所以有这样的效果是因为“媚”表现出生气勃勃,飘来飘去,若隐若现的体态。杨贵妃出浴时的神态,用“侍儿扶起娇无力,回眸一笑百媚生”来形容是很准确的。自然,媚态不能扭捏造作,像“东施效颦”那样就适得其反。事实上,只有将体型和体态的形象塑造有机地结合起来,才能达到更好的效果。^①

形体塑造的第二层含义,表现为对自然人气质的培养,内在心灵与自身修养的培养和塑造。任何人外在的形体动作和肢体语言都是其内在心灵的一种表现形式,所以形体塑造不仅仅是对人们体型、体态的塑造,更为重要的是通过各种形体训练,对人们进行内在气质、素养以及心灵进行培养和塑造。如上面提到的“东施效颦”,从表面看这只是一种外在的模仿动作,而实际上是由于东施不健康的心理和对美的曲解所造成的一种表现形式,所以对心灵的塑造是极为重要的,也是形体塑造的基础和根本。

在进行一般的形体训练之前,首先必须要让受训者对审美的标准有一个正确认识,以树立正确的审美价值观,或者通过各类形体训练逐步地去改造不正确的审美价值观,这也是形体塑造的过程,如果仅仅是简单的形体模仿,只会是徒有其表而没有灵魂的。在现实中,有很多这种例子,我们在工作生活中接触到一些人,有时候感觉到其仪态、动作也不能说不雅,但总是让人感觉不真实,也就是我们常说的“做作”,其实这就是身心不统一的表现,这种塑造是不成功的。我们所追求的形体塑造不仅仅要求形体、仪态得体 and 端庄,更为重要的是身心的统一性,必须是以内在素养为基础的形体美。形体塑造的内在气质和素养的塑造,主要通过树立正确的形体审美价值观,对被塑造者个人修养的培养;对被塑

^① 徐国定. 形象学. 海南:南海出版公司,1998.

造者性格毅力的塑造等多种途径进行培养和塑造,只有做到内在和外在的结合,身体和心灵的统一,才是具有灵魂的形体塑造。

形体塑造的这两层含义是相辅相成不可分割的,通过内在素质素养的塑造,可以保证外在的形体塑造向一个正确的方向发展,避免误入歧途,使形体美更具有真实性和自然的美感;而通过外在的形体训练也能促进和完善内在气质和自身的修为,让被塑造者具备外在形体美感的同时,更具备心灵的美感,使身心达到统一。

任务二 形体塑造的特性

形体塑造作为一门新兴的学科,它是综合了舞蹈学、营养学、心理学等多种学科中的相关知识而发展形成的,它具备如下几个鲜明的特性:

一、造型性

形体塑造的造型性,主要表现为形体的各种训练中,标准的动态或者静态的形体姿态,以及通过系统训练后,被塑造的对象在各种场合所表现出来的具备美感的各类形体动作的肢体语言。形体塑造是对人的体型体态进行有效的塑造过程,这种塑造是符合同一历史阶段的一系列固定审美框架的,它具备一些固定的程式,比如符合大众审美标准的一系列形体动作,这些在下面章节的形体训练中有一套规范的形体动作训练,它是由一系列规范的静态和动态的组合所形成,其造型都是标准且固定的,正是通过这些被大众所熟知的造型去表达一种肢体的美感。它既不同于舞蹈造型,更不同于表演造型。它是一种符合当时审美标准的大众化造型,它是人们生活中真实的体现。也是形体塑造的基本特性之一。

二、可塑性

可塑性,即被塑造对象的形体仪态有被培养改造的可能和上升的空间。形体塑造的可塑性是显而易见的,所谓塑造本身就包含可塑的含义,无可塑性则塑造无从谈起。就像雕塑一样,随便拿一块木头,在雕刻家手中可以被雕塑成各种形态优美的艺术品,这就是说这些木头的可塑性是非常强的。形体的塑造其实和雕塑艺术有异曲同工之妙,只是雕塑过程中,被塑造的对象是无生命的物体,而形体塑造的对象是活生生的人。因此可以看出形体塑造中的任何被塑造对象都具有一定的可塑性,也就是说,同一个被塑造对象在不同的形体训练师的训练下被塑造出来的结果是不完全一样的,甚至大相径庭,它受训练师的主观意识的影响较大,这实际上也是由于被塑造对象的可塑性强所造成的。同样的道理,一个好的形体训练师可以根据被塑造对象的一些自身特点,为其量身定做一套符合其特点的训练方法,使对其形体的塑造达到最佳的结果,形成比没有形体塑造前更具有形体和仪态的美感,而这种结果也是由于被塑造者具有一定的上升空间即具备可塑性的原因。所以形体塑造的可塑性是其最根本的特性,它贯穿于形体塑造的整个过程。

三、目的性

目的性,也就是说对任何形体的塑造,都有某一特定的目标,这个目标可以是客观存在的参照物,也可以是根据个体自身特点而虚构的较为完美的形体形象。然后围绕着这

一目标进行各种有效的形体训练,让被塑造的对象达到或者尽量接近此目标。形体塑造是具备很强的目的性和结果性的。这也是形体塑造区别于形体训练的根本之处,形体训练仅仅是形体塑造的方法而已,而形体塑造更注重一个结果,即使塑造不成功,它最多也就是一种坏的结果,当然这还毕竟是少数的,既然要塑造就是以美的标准为前提。形体塑造的目的性是非常突出的,也是其最重要的特性。首先对任何一个自然人进行形体的塑造,它是根据自身本来的特点,通过一系列的形体训练和气质培养,使其身形达到优于自身先天条件的最佳的形体和仪态,以达到展现最好自我的目的。其次对整个社会而言,形体塑造的目的在于规范和提高民众整体的审美价值观,特别是关于人体形体方面的审美标准,以促进社会精神文明的发展。

四、普遍性

形体塑造的普遍性,主要体现为适应范围的普遍性,适应场合的普遍性和适合对象的普遍性。形体塑造不同于舞蹈训练,舞蹈训练仅适用于少数人和少数场合,相对来说是比较有局限性,而对个人的形体塑造是随时随地的,应用也极其广泛,从个人到家庭到单位乃至整个社会无处不在,同时形体塑造后的表现形式也通常在大多数人的日常生活中都会得到体现。因此,形体塑造的普遍性决定了它的对象是现实社会中的每个普通人,它必须具备通俗和容易掌握的特点。

五、相对性

相对性,即被塑造的对象不是绝对完美,一成不变的,它是指此时此地相对于与自己过去的形象比较时可能优美完善一些,未来某一时刻其形象又可能会超过现在。相对性还表现为不同的塑造对象形象会相互超越,相互竞争,共同进步,这正是社会文明不断提高,人类社会不断前进的动力。这就像乒乓球比赛,前日中国获得冠军,昨日瑞典经过改进训练获得冠军,随后中国又针对其特点,扬长避短,不断提高球艺,再获冠军。

六、发展性

上面提到形体塑造追求的是一种结果,但是这个结果并非一成不变的,而是不断发展的。这里将阐述它的又一个特性,无止境性,也就是发展性。即形体修饰和塑造不是一蹴而就之事,也不是一朝一夕之事,而是“不断地”修饰塑造的过程,或称“不断地优化美化的过程”。这个“不断地”意思包括连续的过程。许多形体的塑造往往是随着社会的不断进步不知不觉地,或者说潜移默化地进行着的。可以说,不管是自然体形象,还是社会体形象,或者人的形体形态,都在时时刻刻不知不觉地被社会的进步即物质文明和精神文明的进步所改造和修饰着,同时对形体的审美标准也在不断更新和完善。但这种发展是一种阶段性的逐步进步,不一定是连续性的持续发展,在某一特殊的时段有可能停滞或者倒退,它是跟社会文明的发展相同步的,当社会文明发展由于某种特殊原因而受阻时,与审美价值相关联的形体塑造也必将停滞甚至有所倒退,例如,我国的文革时期,由于整个社会的精神文明受到严重的压迫,人们被迫受限于一种意识形态之下,此时的形体塑造和形体美学基本无从发展,人们对美感的认知也处于单一的状态。但是从社会的整个进程来看,形体塑造仍然具备延续的发展性。