



全国艺术职业教育系列教材·高职卷

河北民间传统舞蹈教程

主编 杨绯



WUHAN UNIVERSITY PRESS

武汉大学出版社



全国艺术教育系列教材·高职卷

河北民间传统舞蹈教程

主 编 杨 绯

副主编 高国华 邢令果 郭俊峰 宋丹丹

参 编 张 峥 张 倩 李 杰 杨宁宁 潘 登

何蓓蓓 张 珊 丁欣欣 刘 莹 李 军

张晨晨 杨 帆 李 炎

贵州师范学院内部使用



武汉大学出版社
WUHAN UNIVERSITY PRESS

图书在版编目(CIP)数据

河北民间传统舞蹈教程/杨绯主编. —武汉: 武汉大学出版社,
2019.1

全国艺术职业教育系列教材. 高职卷

ISBN 978-7-307-20477-5

I. 河… II. 杨… III. 民间舞蹈—河北—高等职业教育—教材
IV. J722.21

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2018)第 193749 号

责任编辑: 徐胡乡 责任校对: 汪欣怡 版式设计: 汪冰滢

出版发行: 武汉大学出版社 (430072 武昌 珞珈山)
(电子邮件: cbs22@whu.edu.cn 网址: www.wdp.whu.edu.cn)

印刷: 武汉精一佳印刷有限公司

开本: 720×1000 1/16 印张: 11.5 字数: 234 千字 插页: 2

版次: 2019 年 1 月第 1 版 2019 年 1 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-307-20477-5 定价: 52.00 元

版权所有, 不得翻印; 凡购我社的图书, 如有质量问题, 请与当地图书销售部门联系调换。

全国艺术职业教育系列教材·高职卷

总编委会

主任 李力

副主任 彭文民 孙伟

执行总主编 彭文民 孙伟

执行副总主编 冯梅 金暄

委员 李力 彭文民 孙伟 冯梅 金暄 林国荣

朱贵庆 何华平 张云 周一鸣 刘侗 陈智林

朱海闵 单红龙 宋延军 欧阳俊虎 王章华 唐文忠

谢玉辉 隋晓晨

总 序

在我国文化强国战略和职业教育事业实现跨越式发展的大背景下，艺术职业教育在办学理念、办学规模、办学效益以及教学改革、培养质量和办学条件等方面都取得了长足进步。六十年传统积淀、十余载创新发展，伴随着中等职业教育的稳定前行，高等艺术职业教育蓬勃而兴，不仅提升了我国艺术职业教育的层次和水平，更为艺术职业教育注入了巨大生机与活力。

当前，艺术职业教育机遇与挑战并存，特色与创新共进。紧跟文化产业步伐，适应艺术人才就业岗位需求，厘清艺术职业教育思想，更新艺术职业教育教学方法，建立完整科学的艺术职业教育教材体系对实现我国艺术职业教育又好又快发展，无疑具有战略意义。

全国艺术职业教育系列教材建设是为了适应新形势下我国艺术职业教育发展需要而编撰出版的系列教材。其选编思路是主动适应国家文化产业升级发展需求，对接行业、职业标准；打破学科框架束缚，以项目、任务为导向组织教材内容，突出学生能力培养，体现艺术类专业基于实践的科学合理的学习过程；注重国际视野站位与先进教学技术手段的运用，反映文化艺术行业、产业发展的新方向和新趋势；同时注重吸纳具有民族精神与民间特色的非物质文化遗产内容，实现高校文化传承功能。

全国艺术职业教育系列教材涵盖音乐、舞蹈、戏剧、美术等各个艺术门类，分高职卷和中职卷，按照宜统则统、宜分则分、分类分步、梯次推进的原则，重点开展专业核心课、专业基础课、公共基础课教材的开发与建设。本次系列教材编写联合全国 18 所高等职业院校，集中全国艺术职业教育的优质资源，着力打造一批理念先进、内容科学、构架合理、特色鲜明的艺术职业教育精品教材。

全国艺术职业教育系列教材的出版，是对不断深化的艺术职业教育教学改革

革成果的总结。我们相信，它的广泛使用，将为实现全国优质艺术教育教学资源共享搭建平台，使艺术职业教育教学行为更系统、规范、科学，从而推进全国艺术职业教育教学的整体持续发展，为实现文化强国战略提供坚实的人才支撑与质量保障。

总编委会

2012年9月

前言

目前,在高等舞蹈教育领域内,随着高职高专院校舞蹈教育的快速发展和受教群体特殊性的制约,面向本科舞蹈教育的传统河北民间舞教材在难度系数、规格要求、受教群体等各方面所呈现出的普适性与推广性不容乐观,与高职高专院校的人才培养方向和专业定位不符,实难充分发挥河北民间舞教材的本体价值。在国内,由于尚无面向高职高专院校的河北民间舞教材面世,相应的课程体系建构也显得捉襟见肘。长期教材缺位的教学困境直接导致高职高专舞蹈专业教学质量提升举步维艰,亟待破壁。

基于此种现状,河北艺术职业学院作为河北省内唯一一所公办全日制综合性高等艺术院校,同时又是非物质文化遗产保护基地,理应义不容辞地承担起建设河北地域文化、引领省内高等舞蹈教育发展方向的光荣使命。河北民间舞课程一直是河北艺术职业学院舞蹈系主推的特色课程,加之经过多年对河北地区特色民间舞的深入挖掘与整理,舞蹈系已然具备相当雄厚的河北民间舞蹈师资队伍与丰沛的河北民间舞蹈文化资源。

本教材参照北京舞蹈学院中专与本科民族民间舞蹈教材的整理方式,在河北民间舞老一辈专家团的指导下对已有素材进行筛选、提炼、优化、重组之后逐渐成形,经过反复慎重研讨后,主创团队在所有河北民间舞中择取“井陉拉花”“昌黎地秧歌”“沧州落子”三种最具代表性与民间特色的舞蹈形态,编创了相应可供教学实际情况按需择用的独立教材。本教材不仅填补了我国高职高专院校舞蹈教学中的空白点,也极大促进了河北民间舞教材逐步实现系统性、完善性、应用性的高度统一,同时密切契合了高职高专院校对河北民间舞蹈传承与教学工作的可持续性发展需要。本教材适用于二、三年级的大专学生群体以及三至六年级的中专学生群体。

最后,必须一提的是,源于对河北民间舞蹈文化深沉的热爱,一批有胆识、

有担当的优质专业教师排除万难、满怀信心地投入到本教材的编纂工作中，没有他们日复一日地兢兢业业、默默奉献，也就不会迎来教材面世、惠及学生的一天。在此，特别鸣谢以下每一位编委会成员：

主编——杨绯

副主编——高国华、邢令果、郭俊峰、宋丹丹

第一章井陉拉花编写——张峥、杨宁宁

第二章昌黎地秧歌编写——潘登、何蓓蓓、张珊

第三章沧州落子编写——郭俊峰、宋丹丹、张倩、李杰、杨帆

音乐搜集与整理——刘莹、李军、侯晓更、肖孟春、李丽、史贝、丁欣欣、刘蕊、王正宇、刘冬梅、郭小晶

图片拍摄与插图——王鹏、何蓓蓓

指导专家——武新全、黄济世、吴志国、李名彦、刘春芳、于淑玲

文字编辑及校对——何蓓蓓、丁欣欣、张辰晨、李杰、李炎

序

杨绛老师嘱我为他们学校民间舞教研室编写的《河北民间传统舞蹈教程》题词。责无旁贷，我应该为他们写几句感想。

我入学北京舞蹈学校(北京舞蹈学院前身)的第二年，亦即1957年夏。学校组织学生实习演出，巡回演出于天津、唐山两地。去天津和唐山，是李正一老师和唐满城老师带的队，演出过程中，跟着当地的民间艺人学节目，安排了我 and 刘大兴、杨福林几位同学向周国宝艺人学河北秧歌《扑蝴蝶》。当场伴奏的是民乐队王文汉老师、李万坤老师和白云洞老师等，艺人当时只拉了一个路子，并且教了几套典型的动作，余下的就是我们听着音乐现场发挥了。这是我最初接触河北秧歌的经历。节目演得相当成功，凭着我们的兴致，节目可长可短，演高兴了就长，不高兴了就短。可以说真正的民间舞，我是从周国宝艺人身上学到的。

此后，学校排演中国舞剧《鱼美人》。我饰演的是全剧的贯穿人物：人参。其中最特色的人参舞蹈动作来源于河北秧歌，最难忘的是类似肚皮舞的平碎腰动作，做不了两三个八拍，胃就会疼！难度很大，脚下还要配以碎步，幸亏功夫不负有心人，克服了也就掌握了。

学校20世纪50年代常有外宾来参观访问，最精彩的部分是参观课，其中的河北秧歌《扇花》组合，陈泽美师姐和贾美娜师姐出神入化的表演，至今印象深刻。及至“文革”以后，河北地区的民间舞教学和创作更趋繁荣，唐山地区的地秧歌在群星奖比赛中频频获奖，井陘的拉花誉满全国，我带着研究生数次赴井陘当地采风。

著名青年编导胡岩老师在创作《书痴》时，我力荐井陘拉花作为舞蹈的语言素材。结果取得了相当出色的效果，当然武师的表演也是非他莫属，人物顿现亲切、可信！除此以外，更有河北风格的创作舞《撇扇》《夕阳红》《放风筝》等红

极一时，成为几乎全中国都在跳演的节目。河北省的广大舞蹈工作者们威武，创造了河北省从未有过的舞蹈繁荣景象。

“文革”期间，北舞全体师生下放在石家庄地区，整整三年半的时间，我与杨绯老师的父辈们结下了深厚的友谊，在困难重重的时候是一起奋斗过来的，河北省的舞蹈有今天的欣欣向荣，其中包含了我们的情感 and 追求。今天，杨绯老师他们，继承了父辈们的遗志，隆重推出《河北民间传统舞蹈教程》，是新时代的一个新的贡献，为加强民族文化的自信和自觉奠定了一个坚实的基础，相信杨绯老师他们会在圆中国梦的伟大理想中取得更为辉煌的成就！

潘志涛
2018.3.30.

目 录

CONTENTS

第一章 井陉拉花	001
第一节 简介	003
第二节 男班基础技能训练	006
第三节 女班基础技能训练	022
第四节 能力拓展训练	043
第二章 昌黎地秧歌	051
第一节 简介	053
第二节 男班基础技能训练	055
第三节 女班基础技能训练	085
第四节 能力拓展训练	099
第三章 沧州落子	105
第一节 简介	107
第二节 男班基础技能训练	109
第三节 女班基础技能训练	130
第四节 能力拓展训练	160
参考文献	168

001

目
录

第一章 井陘拉花

贵州师范学院内部使用

第一节 简介

一、地区概况

“拉花”产生并流传于太行区井陘县境内，常见于民间节日、庙会、庆典、拜神时的街头广场演出中。长期以来，它那深沉、内敛、朴实的民族风韵，刚健、苍凉、压抑的艺术风格，极富表现力的舞姿造型和动律动势，深受广大人民群众喜爱。

二、井陘拉花的文化背景

(一) 舞蹈的历史渊源

拉花的源流沿革，无文字可考。在艺人中虽流传着拉花起源于宋、元、明的诸多传说，但皆无确凿根据。有人依据山西金墓画中的乐舞姿态，认为拉花源于金代。然而仅据一个舞姿就断定一个舞种的起源，未免欠妥。如今，只能从艺人的师承关系、演唱内容、传统服饰及历史实物诸方面，去探讨其渊源。

(1) 从师承关系看，拉花老艺人李树芳(1911年生)11岁跟李梅小学拉花，当时，李梅小已经80多岁。杨端阳(1922年生)12岁学拉花，师父已70有余。根据拉花表演都是少年学艺的情况推算，李梅小学拉花，当在清咸丰年间，而他仅仅是拉花的继承者，所以在他之前，当尚有几代艺人。据此，基本可以断定拉花早在清咸丰(1851—1861年)以前就已在井陘流传。

(2) 拉花的服饰与其他汉族秧歌服饰截然不同，六个角色一律穿着清代平民服饰，直至民国建立之后，仍保持这种传统，20世纪40年代，虽然有的女角色发式上小有变化(如梳戏曲旦角大头)，但未动根本，且长期保持着表演者自带“行头”的传统习惯。

(3) 拉花演唱的歌曲中，有一首《大过门》中唱道：“大清国锦乾坤，嘉庆皇帝爷是明君，明君登基坐了殿，太平年……”歌曲在歌颂了皇帝之后，第二段歌词便是讲述冀中大水灾中，灾民流离失所、苦不堪言的情景。民歌一般是及时反映现实生活的，尽管我们无法依据第一段歌词，就认定歌曲源自嘉庆年间，

但歌词中所描绘的灾民的悲惨遭遇与井陉人民存在心理、情感的内在联系，引起了井陉人民内心的广泛共鸣，从而在拉花上得以体现，是合乎情理的。

(4) 井陉县南正河东村，保存着一支祖传的霸王鞭，年深日久，鞭身已呈紫色，由于久经摩擦，光可照人，鞭上铜钱内的方孔已磨成大圆孔，铜钱上的字已磨掉大半，仔细辨认，却是“乾隆通宝”。根据铸造年代的磨损程度推断，此鞭至迟也是乾隆后期所制。

综上所述，拉花的产生或者说兴盛的年代，可以假定在清朝中叶，即在经过“康乾盛世”社会经济得到恢复和发展，井陉人民生活相对安定的乾隆后期。

此外，在拉花盛行的横南村，杨姓表演者中还流传着关于拉花是明朝万历年间，本村举人杨名标解任河南任西华县令后带回来的传说，他同时还带回了牡丹花，种在横南村老君庙内，至今盛开不衰，故当时又有“有了牡丹花，就有了拉花”的传说。类旺村艺人也说，拉花是明朝永乐年间从山西移民时带来的，这自然又会使人联想到山西金墓壁画中那与拉花极其相似的舞姿。但这两说，目前还缺乏佐证，难以据此定论。

拉花老人李树芳就因表演技术高超为本村争得荣誉，婚后被破例留队两年，以后才改为传授者和乐队成员的。

(二) 民俗风情

拉花的会头，由村中有威信的人担任，活动经费由全村人自愿捐助，也有接受寺庙资助的。

拉花从农历腊月初集中排练，叫做“打并房”。正月十四化妆彩排，叫做“踩街”，十六日正式演出，到月底结束。

拉花出会有两种目的：一是闹元宵，井陉俗称“神过十五，人过十六”。十六日，盛装美食，扮演文武会出，鼓乐歌舞，经日不休。始在本村，继而数乡相约。文武会出，交相往来，俗称“走会”，至二十一、二始止”（见民国二十三年《井陉县志》）。至今，仍保持这种习俗。二是参加迎神赛会。据民国二十三年《井陉县志》载：“迎神赛会，岁有定时。”据老艺人李树芳说：“迎神赛会多在农历春季的三月二十三、四月十九和四月二十八日举行，庙有娘娘庙、火神庙等。”

拉花的表演形式有两种：一种在进行中表演，叫做“过街”。这种表演多走简单的队形，如“一字长蛇”“二龙并进”“龙摆尾”“单对花”等，以整齐一致为标准。另一种在广场、街头、院落表演，叫做“打场子”，是拉花的主要表演形式，可以充分发挥表演者的技术能力。“打场”时，有武社火的村，由三节棍打场，否则就由拉花舞队以“过街”形式绕场一周自行打场，随后，整个舞队做变换队形的表演。此时多走“四老观花”“莲花吐艳”“葫芦阵”等较为复杂的队

形，之后由“伞”与“包”，“板”与“鞭”和“瓶”，分别做双人表演。此时，虽然配以歌唱，反映一定的生活内容，但舞蹈动作与集体表演大致相同。

传统的拉花都是由三男三女表演，六个角色为一队。老艺人说是取“六合同春”之意。男角第一人扮为老翁，左手擎伞，右手执扇，以道具命像，叫做“公伞”。女角第一人扮为彩婆，身背“包袱”，右手执扇，叫做“背包”，与“公伞”为一对。男角第二人扮青年男子，双手各握两块竹板，叫做“太平板”或“四块瓦”。女角第二人扮为青年女人，左手执霸王鞭，右手执手绢，叫做“霸王鞭”，与青年男子为一对。男、女角色的第三人，扮作成对的少男、少女，皆左肩扛花瓶，右手执扇，女孩左手小指上加挂手绢，均称作“挑瓶”。

也有以“货郎”代替“公伞”的(其他角色不变)，左手擎弯弓形货郎架，上挂各色绒线，右手执货郎鼓。这种以“货郎”与“背包”为主角的舞队，简称“卖绒线”，多演唱一些爱情歌曲。

三、井陉拉花舞蹈的风格特征和音乐特点

(一) 风格特征

拉花的艺术风格具有极其鲜明的个性，舞蹈姿态的屈、仰、俯、撇，舞蹈动律的拧、晃、转、碾，舞蹈韵律的韧脆对比，是全部角色所共有的，贯穿于舞蹈的全过程。

拉花舞蹈身体各部位的动作，可以概括为：脚撇碾、膝屈伸、腰拧晃、肩滚转和臂点推。“脚撇碾”是指运动过程中，当一脚在前着地时，双脚跟碾地，使脚尖向外撇开。“膝屈伸”，指的是整个舞蹈过程中，双腿要始终保持屈伸的动态。屈与伸的交替，伸是短暂的，屈始终居于主导地位，而当双膝变换位置时，就需借助动力腿那有颤动的用力一蹬去完成，这是构成拉花动作特点的重要因素之一。屈膝虽是拉花的重要动作特点，但含胸、弓背、前俯、后仰、屈肘、扣腕、肩膀互靠等，也都是形成拉花舞姿中“屈”形态的重要特征。“腰拧晃”是指在迈步的同时，腰部要与动力腿做反向拧动。有时，还要在拧腰的同时，带动胯部晃动。还有在动力腿吸腿，同侧的胯肩互靠(将胯上提、肩下沉，两者尽量往一起靠拢)，身体向同侧倾斜的舞姿。肩的“滚转”与臂的“点”“提”“拉”“扣”“挑”(详见“上山步”)是相互连贯的。也就是说，拉花舞蹈的臂部动作与肩部动作是统一体中的两个不同部位，肩是臂的发力点，臂在肩的带动或支配下舞动。这些在“前滚肩”“后滚肩”的动作(详见动作说明)中表现得十分明显、突出。把上述各部位动作有机地结合起来，便构成拉花舞蹈的整体动作风格。而构成拉花韵味的是脆与韧的紧密结合，“脆”与“韧”在上肢主要表现为肩部“滚转”的急起、骤停与双臂在肩的滚转停止之后，仍继续运动。在下肢则突出表现在膝部屈伸时，力度的对比，这种韵律内在的感觉是力的对抗，而外在的显现却是毫无间离的和谐一致。

在拉花中,气息的运用也很重要。强调在向上长伸时,急吸一口气,给人以明显的提气感,下落时则慢呼出。在这里气息的功能不仅作用于生理,而且强化了舞蹈情绪、动律和韵味的个性。通过呼吸的运用,增强内在感情的表现力,利于抒发愤懑情绪,并增强艺术感染力。

拉花舞蹈的基本动律、韵律一如上述。但由于角色性别、年龄的差异,男性上身动作较女性幅度大、力度强;而女性双膝屈、伸的幅度又比男性大。尤其是“背包”,尽管所有动作皆与“鞭”“瓶”相同,但因角色年龄大,又是舞队中的主角,故其动作幅度、力度要都比“鞭”“瓶”夸张。

(二) 音乐特点

拉花的音乐由器乐曲和歌曲两部分组成,以器乐曲为主,歌曲次之。乐器由大管子、小管子、曲笛、笙、云锣、镲子、小镲等组成。歌曲由表演者边舞边唱。但因拉花动作幅度大、力度强,表演吃力,故多以器乐为代奏,而逐渐削弱了歌唱部分。器乐曲以大管子粗犷、悲凉的音色,浑厚纯朴的音调与拉花舞蹈的深沉、内敛、刚健、豪迈交相辉映,乐舞融合,浑然一体,给观众以视觉与听觉的高度统一,深刻体现了历史上井陉人民的心理特征,成为拉花艺术风格特征不可分割的一部分。

拉花音乐具有强烈的对比性,用文雅的曲笛与大管子合奏,在音乐上营造出性格化的对比。以淳朴、简洁的主旋律与花音较多的二声部做复调演奏,如角色间你言我语,抒发情怀,在旋律上营造出戏剧性的对比。以大管子为主奏乐器配以音乐清澈的云锣、尖锐的镲子和小镲,云锣又以其多变的加花旋律为乐曲增添了许多华彩。

第二节 男班基础技能训练

一、原步训练组合

1. 主干动作与教学提示

(1) 基本体态

正步,双膝并拢,收腹提臀,略含胸,身体微前倾,左手左肩扛伞,右手三六扇自然下垂,目视前方。

(2) 单一动作

① 大开门(见图 1-1、图 1-2)。