1. 现代舞的产生及简述现代舞与古典芭蕾相对立的舞蹈派别

现代舞起源于德国，但却在美国蓬勃发展起来。二十世纪初受美国舞蹈家伊莎多拉．邓肯和露芙．圣．丹妮丝两位的影响，使得现代舞的动作有了基本的蓝本与表现形式。

**邓肯**的创作灵感来自古希腊的文化，因她崇尚**自由与自然的精神**，成为她对舞蹈生命的表现，创造了自己的动作形式与动作起点，因反对模仿，所以在教学上要学生能**自创动作**，发现自己的舞蹈，以致于邓肯的创作并没有留传下来，但她的创作精神和理论的基础以及舞蹈教学的新型式，影响美国教育甚钜，所以被称为「现代之母」。

而**丹妮丝**除了在**动作上讲求自然**外，更将**东方的舞蹈溶入她的创作**中，提示了东西方舞蹈混合的形式，丰富了美国舞蹈的动作，开创了现代舞的新形象，成为后期美国现代舞蹈家创作动作资源的宝库，并栽培出玛莎．葛兰姆、韩福瑞、查理斯．怀特曼等都是今日美国的舞蹈大师。

但如以现代舞的技巧及编舞而言，玛莎．葛兰姆是最具有贡献的，她承受了邓肯对现代舞的理论、丹妮丝创作的所有动作，秉承着美国人的天性，集现代舞大成于一身的舞蹈家，建立了现代舞动作原理，使得此时期现代舞的.思想体系和技巧规范有了系统组织，接下来更是有许多舞蹈者深受其影响，综合所学再加上自己的理念与风格，使得现代舞呈现出多采多姿的风貌。

现代舞发展至今，一直不断的尝试与寻找新的表达方式，所以对动作的需求与反应是非常独特的，是一种艺术和教育功能并兼的舞蹈。

1. 动作的性质：是属**前卫性质**的艺术，对任何事都可尝试的舞蹈。没有繁琐的剧情、布景、音乐，可用**不规则或舞者自创的音乐或声音**。

2. 动作的特征：**赤足**，没有民族色彩，但具有美国自由、开放、冒险、求新的特征。**动作的抽象意识**，来自舞者的特定安排，也就是各人依其原理为动作的发展，随着动作的发展而变化、创新。

3. 动作的表现方式：**以全身为表现的基础**，由内而外，随着心意与情感发展，是一种自身的表现、身体姿态与线条任意发展，无任何限制，有时也使用多样媒体的搭配(如幻灯片、电影、朗颂…) ，伴随在舞蹈里，由观众自己去感觉、去诠释。

4. 动作的技巧：让舞者多运用躯体的动作，追求「自我」与「自由」，**不强调技术**，只强调**动作的表达意义**。

5. 动作重心的运用：**充分利用地心引力及地面反作用力**，使力量的运用产生新的支点，如运用坠落或回复姿势的舞步，躯干的紧张与放松以及呼吸之间的收缩与伸展。

现代舞和芭蕾的区别：

系统区别：古典芭蕾是源于意大利宫廷里的舞蹈，以前只有贵族可以跳芭蕾。所以古典芭蕾要求高贵，动作也是根据以前流传下来的舞姿规规矩矩。

现代芭蕾是打破古典芭蕾的传统约束，加入了现代舞的元素，进行了大幅度的改变。

地面，环境，音乐，服饰，道具，规范......

1. 中国现代舞舞团与外国现代舞舞团

上海金星舞蹈团《海上探戈》《卡尔米娜-布拉娜》《玩偶之家》

北京现代舞舞团

1. 名词解释现代舞动作及动作时空力

现代舞的动作特点

（1）舞蹈者**不穿鞋与舞裙**，不按古典芭蕾舞动作体系进行专业训练，**不必顾及已经存在的任何一种舞蹈形式以及公认的舞蹈法则**，也可以不受形式美规则的限制，而**任意设计任何舞蹈样式**；

（2）舞蹈中不必塑造人物形象，不必表现故事情节，不必表现生活场景，总之，舞蹈要**排除“再现性”，而强化“表现性”**，表现抽象的观念，表现“自我”，表现内心的冲动，表现本能，表现潜意识，表现直觉、幻觉和梦境；

（3）舞蹈也可以不表现“自我"，而只是一种“**纯动作性”的表演**，有了动作就有了一切，不要求动作体现什么内容；

（4）尽量排除舞蹈创作人员在创作中的主观作用，使创作不受意识的支配，而具有最大限度的任意性；

（5）舞蹈以内容失去客观性为高，**含义模糊**，观赏者认为表现了什么就表现了什么；

（6）舞蹈走向非舞蹈化，把人们生活中任何的动作都视为舞蹈。

时空力：

直接间接，过程非造型，禁止（呼吸），快与慢（动率），轻与重，束缚与自由，小动作（小关节动作---犹豫）

区别于生活动作：美观，夸张，重复，变化，发展（延伸）--上下身，方位空间，力度

**时间**---**动速**，我们 可以基本地将其区分为快速 、中速 、慢 速三个速率 ，而 每种速率又分为线 式和点式 ，故 我们可 以得到线式快速 、点式快速 、线式 中速 、点式中速 、线式慢速和点式慢速六种基本动速形式。

**动速与情感**

**空间**---以人体为中心的空间，8\*3=24个空间的划分，舞台方位的空间，正空间（身体本身占有空间）负空间（正空间之外空间，内负空间（身体内部），外负空间（身体外部））舞蹈动作正是在正负空间不断破坏和重组中完成的。正空间决定着动作本身的形成 ，负空 间为下一个动作的形成提供可运动的余地。

**力度**---**力度，**舞蹈动作中的力度与生活中的力度略有不同．生活中我们对 力度的感知来 源于施力方给我们的力度感 ，而舞蹈动作中的力度则源于我们视觉上对舞蹈力度的判断，视觉接受到动作的信号后会传送给我们的大脑，大脑则根据该动作信号搜索我们生活经验中遇到这种情况时需要运用的相对的力度 ，然后反馈给我们的大脑。进而得出我们对该动作的力度判断。因此，有时舞蹈中的力度是一种“假 ”力度，**用力方式，**甩 、弹 、拧 、抖 、拉 、推 、抹，即使是风格最自由的现代舞其不 同的训练体系也会强调其不 同的力量训练方法。如众所周知的**玛莎 · 格雷姆 “收缩——伸展 ”体系（上课提及）**．也是对以腹部为中心的用力方式的系统训练。

1. 个人对现代舞动作的现代化表达理解

↑↑↑通过现代舞动作的特点分析↑↑↑，

其实欣赏现代舞不要追求看懂，更多的是想让观众用自己的理解看舞蹈，当你纠结于一个舞蹈到底讲述什么故事，到底想告诉我们什么，当你纠结于此的同时你就忽略了自己的感受，现代舞更愿意让观众把自己带入舞蹈中去感受，接受一切的想法，**包容**一切的观念。

自由？学习一个体系，一个体系中的种种组合，只是说你学了现代舞某种或者某个派别的表达方式，这种存在于组合里的现代舞并不能囊括现代舞全部，这种组合只是一种运动的方式，你练习组合学的是“方式”，不是一个被固定了的“模式”。这种方式你学了一种，还会有另一种，另两种，另n种……至于评判标准，现代舞是没有一个标准来分好坏的，至于你觉得有标准，只是学校开展了现代舞教学，在教学中需要标准作为衡量学生是否完成既定的目标，但绝对不是限制。

时代性--反映时代->反映环境，交互的过程，自由化，瞬间创作化的表达；

1. 用自己的创作做平举例说明对比在你的作品中的运用

情感线---压抑到释放再到压抑的对比

人物线---不同人物的结局对比

内涵线---假面与真面的对比

社会线---真实与虚伪的对比

1. 了解拉班提出的空间理论与力效，思考如何能用“活”舞蹈的舞台空间

PPT P32

在整个空间的27个点位中，有1个立足点(即球体空间的圆心)，6个向度点，8个对角线点，以及上述构成 “20面体”的12个点。在此基础上，还提出了“向度阶梯”和“对角线阶梯”等概念。

**空间**（Space）是描述与环境相关的躯体移动方位，它与“努力”中谈到的空间含义不同，“努力”中的空间指的动作走向的概念，而这里的空间概念含义更广。包括以下的内涵：

**动作氛围**（Kinesphere），指个人身体周围的距离，一个人的私属动作氛围是在不移步的情况下四肢可达的围绕躯体的距离。

**氛围途径**（Pathway of kinesphere），指私有动作氛围的通道。包括三个通道：中心通道，从中心到个人氛围边缘的距离；边缘通道，个人氛围的外绕边缘线；横向通道，从中心到外边缘之间的曲绕而展示的空间体积。

**空间拉**（Spatial Pulls），指作用于全身以推动其在空间的轨迹。

**空间意向**（Spatial Intention），指明确动作的目标从而确立了躯体意图与空间的关系。

**空间几何（**Geometry），或者说动作平面（Planes），包括三维动作方向：垂直向（Vertical）、水平向（Horizontal）、前矢向也叫纵向（Sagittal）。一般来说，垂直向表现驱动的重量意识，水平向表现驱动的空间意识，纵向则表现驱动的时间意识。

**空间和谐论**（Space Harmony），拉班尤其强调动作的空间和谐。空间和谐描述躯体固有的对空间拉的反应性质，因此而创造形成动体与空间的关系。空间中的每个点都与躯体、努力、造型有对应的亲和力。当你用动作连接各个点，你在创建一个动作组件之间的动态关系，就像在钢琴键上取得共鸣。

**关系**（Relationship），指躯体、努力、造型、空间之间的相互影响与作用。一个动作程序往往是在这四种因素的交替、混合、转换中得以完成。总的来说，对躯体观察的是“什么”，对努力观察的是“如何”，对造型观察的是“为什么”，对空间观察的是“哪里”。

在观察分析总结每一个因素及其相互作用进程中，拉班用建筑师的眼光绘出了一个隐形的动态度量结构，这就是著名的**拉班度量**（Laban Scale）。我们用这个度量进行舞动治疗专业人员的训练。

**拉班度量和规模**（Laban Scale）是一个特定的动作序列，这个序列反映了每一个柏拉图式的固定点之间最有效的表达途径。拉班认为，柏拉图固体有立方体、八面体、十二面体、二十面体，拉班度量是一个舞动者在空间连接这些点的工具，其结果使得舞动者实现内在及外在的与宇宙协调化的可能性。

**力效**：轻慢间接-漂浮，轻慢直接-滑动，轻快直接--点打，轻快间接--弹动，重慢直接--压动，重慢间接--扭拧，重快直接--冲击，重快间接--砍动

**用活空间：**

配合灯光，群舞分割（人墙），关键调度，道具的使用（白绸围墙），聚集的服装变换，时空聚合。

1. 舞蹈与音乐关系地位和分合
2. 动作创作中如何展现现代舞节奏的律动
3. 舞蹈即兴的特征，什么是舞蹈即兴的：限制
4. 现代舞舞蹈中道具的选择及运用特点
5. 简述两种舞蹈的结构形式
6. 解释舞蹈队形与调度的功能
7. 舞台灯光在不同舞蹈中的基础搭配

古典舞--唯美情调（古韵味），水墨--白光，浅蓝，适当补充光表示站位

汉唐舞--雍容华贵，维持一种色调

民族舞--不尽相同，新疆舞--热烈高亢；热烈为主，红光、黄光，动感加鼓点

蒙族舞--后段--大亮，频闪，动感节奏灯光，

藏族舞--神秘题材（丰富），顶点光，不能太亮

民间舞--（花鼓灯，腰鼓）顶点光效果

芭蕾舞--现代芭蕾---接近与现代舞的侧光

古典芭蕾--两个色调（蓝调，浅蓝深蓝，逆光+侧光---面光很弱）

（暖调，金黄色逆光侧光开亮）均匀柔和

现代舞--间接赶紧白光，多侧光（浅色衣服立体感），很少变化

当代舞--表现故事情节，复杂设计



舞台灯光术语：

天地幕光：这是一种用于天幕的照明和色彩变化的效果，也以用于舞台的四季变化、人物心情变化等效果。它是由天幕上方和下方投向天幕和背景的光线组成。

面光：这是一种为整台基本光铺染和人物正面照明所使用的光线。它是由观众顶部正面投向舞台的舞台灯光光线组成。

侧光（又称柱光）：这是一种用于为景物或人物增加立体感、轮廓感而使用的左右侧面照明。它是由台口内两侧投射的光线组成。

桥光：这是一种用于增强立体感的灯光，也可以辅助柱光和其他光位不便投射的方位。也有设计师把它作为特定光源。它是由在舞台两侧天桥处投向舞台的舞台灯光光线组成。

耳光：（不要笑，确实是这个叫法）这是一种为了加强人物、景物的立体感、增强面部照明所使用的光线。它分为上下数层位于台口外两侧斜投于舞台的光线组成。

逆光：这是一种用于增强透明感和立体感、勾画出人物、景称的轮廓所使用的光线。也有设计师把它作为特定光源。它是由舞台逆方向投射的光组成。

顶光：这是一种用于舞台普遍照明，增强舞台照度的光线。有很多景物、道具的定点照射，主要靠顶光去解决。它是由舞台上方投向舞台的舞台灯光光线组成。由前到后分为一排顶光、二排顶光、三排顶光……。

脚光：这是一种用于消除由于面光等高位照射的人物面部和下颚所形成的阴影、辅助面光照明的光线。它是由台口前的台板上向舞台投射的光组成。

流动光：这是一种用于补充舞台两侧光线或其他特定光线、辅助桥光所使用的光线。它是由位于舞台两侧的流动灯架上的舞台灯光光线组成。

追光：这是一种用于跟踪演员表演或突出某一特定光线，又用于主持人，是舞台艺术的特写之笔，起到面龙点睛的作用。它是自观众席或其他位置需用的光位。

My dance

追光，光线的汇聚与分离，单光/多光，顶点光

赏析角度：创作背景，动态结构，道具物美，主要人物（时间），动作特点，情感表达，宽容，自己的理解，社会问题，纯粹舞姿，音乐灯光使用，调度，动作力效，结构变化......