

<<新疆舞>>

图书基本信息

书名：<<新疆舞>>

13位ISBN编号：9787883528852

10位ISBN编号：7883528858

出版时间：2012-1

出版时间：梁凌、大连音像出版社 大连音像出版社 (2012-01出版)

作者：梁凌 著

页数：88

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## &lt;&lt;新疆舞&gt;&gt;

## 前言

民族舞，东方情 热情妖娆新疆舞，写满了吐鲁番少女头顶葡萄篮子的妩媚娇颜；豪迈奔放蒙古舞，缭绕着辉煌的“马背上的民族”策马奔驰的爽朗笑声；轻巧细腻傣族舞，弥漫着男女老少泼水狂欢的欢乐气氛；舒展昂扬藏族舞，伴随着雪白的“哈达”飞扬在庄严布达拉宫的上空；潇洒温婉朝鲜舞，翩翩挥洒白衣民族沁人心脾的含蓄优雅……巍巍中华，56个民族56种文化竞相辉映。我国少数民族民间舞蹈，是少数民族人民千百年来集体智慧的结晶，具有鲜明的民族风格、浓郁的地方特色、丰富的文化底蕴，是浓烈的民族情感的最佳表现形式。

少数民族人民情感质朴、性格豪放，人人能歌善舞。

不仅是节日，即便是日常生活中也不可无舞。

可以说，少数民族地区就是歌舞的海洋，少数民族人民天生就是舞蹈家。

舞蹈老师口中“晦涩难学”的舞蹈动作，当地几岁的小孩子却可以轻松完成……不用怀疑，他们天生就会跳舞！

“民间舞蹈是所有舞蹈艺术之母”。

在各种形式、各种级别的晚会、电视节目中，民族舞蹈都以“主角”的身份扛起中华舞蹈艺术的大旗；各大专业舞校的课程表上，民族舞蹈都是必修课。

从戴爱莲到杨丽萍，能够在世界舞蹈史上留芳的，莫不是民族舞蹈艺术家。

而“越是民族的，越是世界的”，如今这中国人引以为傲的艺术瑰宝已经走向世界，成为国际舞台上散发独特芬芳的奇葩。

每年都有不少外国朋友到我国的少数民族聚居地拍摄原汁原味的舞蹈，带着惊艳和赞叹把它带回自己的国家。

因此，民族舞蹈也成为了中国人民与世界交流的重要途径。

作为一名舞者，更有幸成为一名传播民族舞蹈的专业人士，我最大的愿望就是能踏遍每一处有民族舞蹈的地方。

从求学期间到毕业后的教学生涯中，我都不定期地坚持到内蒙、新疆、云南、西藏等地采风。

只有深入到各个舞蹈孕育和成长的源地，才能舞出该民族舞蹈的神韵。

为了汲取到新疆舞蹈的精髓，我的足迹踏遍了罕诺依故城、莫尔佛塔、喀拉库勒湖、喀什老城等维吾尔族聚居地。

天山美景与绿洲文化，造就了新疆“歌舞之乡”的神话。

她们的舞姿极具表现力和感染力，在手鼓、都塔尔等乐器的伴奏下，北疆舞蹈开朗奔放、幽默风趣；南疆舞蹈活泼轻快、优美抒情。

时而扬手顿足，时而扭颈旋腰，时而翩跹旋转……看不尽的天山美景，听不够的新疆民歌。

现在，就让我们从新疆舞的基本体态、基本动律开始学起吧，一步一步，循序渐进，假以时日，你也能跳出摇曳多姿、美妙动人的舞姿，展现新疆女子般艳丽、神秘和妩媚妖娆的风情！

## <<新疆舞>>

### 内容概要

新疆舞——最具神秘色彩的民族舞蹈，在手鼓、都塔尔等乐器的伴奏下，时而扬手顿足，时而扭颈旋腰，时而翩跹旋转…… 尽展新疆女子妩媚妖娆的万种风情！

## &lt;&lt;新疆舞&gt;&gt;

## 作者简介

熊莹Rita 中国舞蹈家协会(CDA)高级会员 全国舞蹈比赛“群星”奖金奖 北京舞蹈学院中国舞教师资格认证 中国青年艺术团一级演员, 编导 亚洲顶级健身机构--中航健身会 高级形体舞蹈教练 从小痴迷舞蹈, 中国民族舞蹈专业毕业, 精通汉族民间舞、藏族舞、新疆舞、蒙古舞、朝鲜舞、傣族舞等少数民族舞蹈, 同时擅长古典舞、芭蕾舞及世界各地民族舞蹈。曾多次担任中央电视台春节联欢晚会、中央电视台音乐歌舞晚会主舞。获得国内外舞蹈大赛多项大奖。大型现代舞剧《深圳·追求》获得“全国五个一工程奖”殊荣。多次随中国青年艺术团出访欧美各国, 以纯粹的中国民族舞蹈、典雅的东方气质征服了纽约、伦敦、巴黎等世界舞蹈艺术之都。目前担任亚洲顶级健身机构高级形体舞蹈教练, 并受邀为多所学校、著名企业培养舞蹈人才, 编导舞蹈作品参赛, 成绩斐然。

## &lt;&lt;新疆舞&gt;&gt;

## 书籍目录

第一章 民族舞，民族魂1．风情万种民族舞热情妖娆新疆舞温婉优雅朝鲜舞豪迈奔放蒙古舞轻巧细腻傣族舞舒展昂扬藏族舞2．东方风韵，民族舞翩跹艺术风情，典雅气质曼妙身姿，玲珑剔透3．热情妖娆新疆舞奔放妖娆、风趣活泼的赛乃姆粗犷豪放、简单大方的萨玛舞幽默诙谐的纳孜尔孔姆微颤滑冲、热情洒脱的多朗舞舒展优美、刚劲有力的刀郎舞4．新疆的“花”样服饰帽子头巾装饰服装鞋子第二章 舞蹈殿堂——妖娆之舞，别样芬芳1．基本手位，脚位手的基本形态手的几种位置脚的几种位置2．纤纤手姿曲线柔，颤颤颈移神情美——舞步组合训练动律E步一抬步伐组合手的动作踏步组合一步一点步伐组合切克特曼训练组合

## &lt;&lt;新疆舞&gt;&gt;

## 章节摘录

插图：巍巍中华，56个民族56种文化竞相辉映。

我国少数民族民间舞蹈，是少数民族人民千百年来集体智慧的结晶，具有鲜明的民族风格、浓郁的地方特色、丰富的文化底蕴，是浓烈的民族情感的最佳表现形式。

少数民族人民情感质朴、性格豪放，人人能歌善舞。

不仅是节日，即便是日常生活中也不可无舞。

可以说，少数民族地区就是歌舞的海洋，少数民族人民天生就是舞蹈家。

舞蹈老师口中“晦涩难学”的舞蹈动作，当地几岁的小孩子却可以轻松完成……不用怀疑，他们天生就会跳舞！

“民间舞蹈是所有舞蹈艺术之母”。

在各种形式、各种级别的晚会、电视节目中，民族舞蹈都以“主角”的身份扛起中华舞蹈艺术的大旗；各大专业舞校的课程表上，民族舞蹈都是必修课。

从戴爱莲到杨丽萍，能够在世界舞蹈史上留芳的，莫不是民族舞蹈艺术家。

而“越是民族的，越是世界的”，如今这中国人引以为傲的艺术瑰宝已经走向世界，成为国际舞台上散发独特芬芳的奇葩。

每年都有不少外国朋友到我国的少数民族聚居地拍摄原汁原味的舞蹈，带着惊艳和赞叹把它带回自己的国家。

因此，民族舞蹈也成为了中国人民与世界交流的重要途径。

作为一名舞者，更有幸成为一名传播民族舞蹈的专业人士，我最大的愿望就是能踏遍每一处有民族舞蹈的地方。

从求学期间到毕业后的教学生涯中，我都不定期地坚持到内蒙、新疆、云南、西藏等地采风。

只有深入到各个舞蹈孕育和成长的源地，才能舞出该民族舞蹈的神韵。

为了汲取到新疆舞蹈的精髓，我的足迹踏遍了罕诺依故城、莫尔佛塔、喀拉库勒湖、喀什老城等维吾尔族聚居地。

天山美景与绿洲文化，造就了新疆“歌舞之乡”的神话。

她们的舞姿极具表现力和感染力，在手鼓、都塔尔等乐器的伴奏下，北疆舞蹈开朗奔放、幽默风趣；南疆舞蹈活泼轻快、优美抒情。

时而扬手顿足，时而扭颈旋腰，时而翩跹旋转……看不尽的天山美景，听不够的新疆民歌。

现在，就让我们从新疆舞的基本体态、基本动律开始学起吧，一步一步，循序渐进，假以时日，你也能跳出摇曳多姿、美妙动人的舞姿，展现新疆女子般艳丽、神秘和妩媚妖娆的风情。

<<新疆舞>>

媒体关注与评论

芭蕾是我的工作，而民族舞蹈是我的挚爱..... ——世界舞蹈艺术家，首任北京舞蹈院校长 戴爱莲

<<新疆舞>>

编辑推荐

<<新疆舞>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>