

<<形体基本功训练教程>>

图书基本信息

书名：<<形体基本功训练教程>>

13位ISBN编号：9787807038658

10位ISBN编号：7807038659

出版时间：1970-1

出版时间：王砾玉 上海百家出版社 (2009-02出版)

作者：王砾玉

页数：121

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>

<<形体基本功训练教程>>

前言

改革开放后，全国影视、话剧呈现出一片繁荣景象。

虽然年轻演员辈出。

令人欣慰，但演员缺乏基本功、不重视基本功训练的现象仍十分严重。

在舞台上除了保持舞台真实以外，还要达到声、台、形、表的艺术美。

当今影视和戏剧表演非常强调肢体语言的作用，作为影视戏剧艺术的高等专业院校来说，要加强形体基本功训练是刻不容缓的事。

王砾玉原在中等艺术师范学校教授舞蹈课程，上课内容是古典芭蕾基训和中国民族民间舞蹈及儿童舞蹈创编。

2000年上海师范大学谢晋影视艺术学院建立时，她即担任表演专业的形体老师。

我是抓教学的，为了解教学情况，常去听她的课。

我十分敬重其敬业精神，她对教学一丝不苟、全神贯注，教学程序清楚，教学要领把握得准，课堂气氛活跃，善于掌握教学节奏，教学效果甚好。

她虚心好学，对新的教学任务十分有兴趣，能主动地向其他老师学习。

近几年，她刻苦钻研，潜心掌握整个影视戏剧表演形体训练的体系，认真阅读有关资料，埋头苦干，并根据理论与实践相结合的原则编写教材。

我阅读了她的《形体基本功训练教程》，她首先注意借鉴了专业舞蹈训练中对影视舞台演员有用的基本功和技巧，我认为这是正确的。

我从事影视戏剧表导演教学五十余年，发现那些曾经经过芭蕾、民族舞或者戏曲基本功训练的学生，其形体素质、造型能力、节奏感都比较好，对创作角色极为有利。

这本教材十分认真地吸收和精选了这方面的素材，在继承先辈们所总结的经验方面是卓有成效的。

根据影视戏剧演员的形体训练的特点，该教材在舞台空间掌握、舞台造型能力、舞台情感表达、舞台动作语汇组织等方面的训练也进行了系统的编写。

<<形体基本功训练教程>>

内容概要

《形体基本功训练教程》是针对影视戏剧表演专业学生第一学年的形体课教程，旨在提高形体基本技能和身体运动素质。

全书分为四章。

第一章是概述部分，从理论上阐述形体运动的规律以及演员与形体的关系。

第二章是形体素质训练，从认识身体、认识身体运动规律出发，注重气吸与运动的融合，提升学生的形体运动能力。

第三章是肢体语言训练，从身体的造型、力量、肌肉的控制、内心节奏、情绪激发等方面来训练学生的形体表达能力，并与人物形象的塑造相结合。

第四章是中外代表性风格训练，通过把杆练习和舞蹈组合的练习，不仅掌握中外代表性舞蹈的风格，也加强身体部位活动的运动能力，扩展肢体的适应性和表现力。

为方便大家学习，教程编写将文字、照片、图片相结合，以供参考。

<<形体基本功训练教程>>

作者简介

王砾玉，1992年毕业于上海师范大学音乐学院，曾担任上海行知艺术师范学校舞蹈教师。1997年入上海师范大学艺术学院进修舞蹈教育专业，并于2002年以优异成绩完成上海师范大学艺术学院音乐教育研究生课程班的学习。2000年起任职于上海师范大学谢晋影视艺术学院，教授形体舞蹈课程。曾创作编排舞蹈赴法国参加文化交流活动；参加肢体剧的演出赴美国加州进行交流；曾多次获得舞蹈创作、舞蹈表演、舞蹈教育和科研类的各种奖项，并在核心期刊上发表了多篇论文。

<<形体基本功训练教程>>

书籍目录

序1前言1第一章 概述第一节 演员与形体1一、演员的形体条件1二、演员的形体动作2第二节 形体训练的本质5一、提高形体运动素质5二、加强形体表现力7第三节 形体训练的内容9一、身体素质训练9二、形体语言训练10三、中外古今代表性风格训练10四、舞台技能11第二章 形体基本功训练第一节 地面部分训练12一、身体意识练习12二、气吸练习14三、脊椎伸展与收缩练习20四、脚部关节练习22五、腿部练习24六、软开度练习29第二节 把杆部分训练32一、蹲与立半脚掌的组合32二、腰与手臂的组合38三、擦地组合40第三节 中间组合训练48一、重心移动组合48二、推脚背和小跳组合51三、拉伸组合54第四节 基本行进技能60一、走60二、跑62三、跳跃63四、转(基础)65五、爬67第三章 肢体语言第一节 肢体与造型70一、四肢力量与造型70二、动作与造型72第二节 形体与情绪73第三节 形体与人物形象塑造73一、肢体与年龄73二、形体与职业74三、特殊群体的形体74四、形体与情境74第四节 慢动作75第四章 代表性风格训练第一节 外国代表性舞蹈把杆训练77一、蹲组合77二、擦地组合79三、小踢腿组合80四、西班牙打点组合81五、匈牙利小绳组合83六、大踢腿组合84七、海军步组合84第二节 风格性舞蹈组合85一、波洛涅兹舞组合85二、玛祖卡舞组合89三、俄罗斯民间舞组合92四、波尔卡舞蹈组合96五、华尔兹舞蹈组合99六、西班牙手位与姿态组合101七、日本民间舞蹈组合105八、汉族民间舞——东北秧歌组合111九、爵士舞组合116参考文献122

<<形体基本功训练教程>>

章节摘录

1. 形体可塑性在艺术创作中，演员所塑造的角色不是其本人，而是以角色的要求去行动。

也就是说，演员应该具有抑制和改变自己动作习惯和特征的能力。

现实生活中，每个人都有自己特有的外形状貌和动作习惯，透过这些外部形体动作的表现，可以让我们认识到人物的年龄、身份、个性乃至心理活动。

表演艺术需要演员创造各色各样的人物形象，也就要求演员摆脱自身特有的行为习惯，而去塑造角色中人物所应该具有的形体状貌和行为特点。

因此，从自己固有的形体状貌和动作习惯中摆脱出来，这是演员提高形体可塑性的前提。

通过形体训练，我们不仅要从人的外形上改变迟缓笨拙、干瘪无力的状貌，建立起身材匀称、体态健美又富有活力的机体，还要提高自身的形体控制力，抑制自身的行为特点，尤其是不正确、不美的动作习惯。

2. 形神兼备演员的形体动作必须能准确揭示人物个性和复杂细致的内心活动，这就要求演员必须对人物进行深刻地理解和真实地体验。

有内心情感的外部表现才具有形象的生动性、真实感。

因而，为了塑造出真实感人的艺术形象，为了准确细致地揭示出人物的内心活动，演员必须听从创作意志的支配。

通过形体训练，逐步提高对身体肌肉运动过程的幅度、力度以及表情、造型、动作特征等动觉感知能力，在对角色的身份、个性特点、内心情感、思想状态和形体状况的分析中，找到人物正确的形体感觉，并与所提供的规定情境中协调统一起来，使每一个动作都具有充实的内心体验和饱满的情感，以形传神，以神活性，形神兼备，这样才能称得上是具有表现力的动作。

<<形体基本功训练教程>>

编辑推荐

《形体基本功训练教程》由上海百家出版社出版。

<<形体基本功训练教程>>

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>