

# 舞蹈简介

作者：有故事的人 来源：范文网 www.wtabcd.cn/fanwen/

本文原地址：<https://www.wtabcd.cn/fanwen/zuowen/1678363710196954.html>

范文网，为你加油喝彩！

书房音乐-微信群发怎么操作



2023年3月9日发(作者：电饼铛怎么清洗老油渍)

傣族，又称泰族、掸族等，民族语言为傣语（泰语），属汉藏语系壮侗语族壮傣语支。下面是店铺精

心整理的傣族舞蹈介绍，欢迎阅读，希望大家能够喜欢。

傣族舞不仅是傣族古老的民间舞，而且是傣族人民最喜爱的舞蹈。其舞姿优美、舞态婀娜，不仅能展

现女士的美妙身段，还可以体现田埂的风度与内在温柔。学跳傣族舞蹈可以让你美得浑然天成、出尘脱

俗。

傣族是一个历史悠久的民族，远在公元前一世纪，汉文史籍已有关于傣族的记载。唐以来史籍称傣族

为“黑齿”、“金齿”、“银齿”或“绣脚”，又称傣族为“茫蛮”或“白衣”；宋沿称傣族为“金齿”、“白衣”。自元至

明，“金齿”继续沿用，“白衣”则写作“百夷”或“佰夷”。清以来则多称为“摆衣”。但以上都是他称，傣族自称，

则一直是“傣”。中华人民共和国成立以后，按照我国傣族人民的意愿，正式定名为“傣族”。

自娱性的节目有“嘎光”、“象脚鼓舞”、“耶拉晖”和“喊半光”等，其中最具代表性的

是“嘎光”和“象脚鼓

舞”。“嘎光”系傣语，“嘎”为跳或舞，“光”泛指鼓，也有集拢、堆积的意思。“嘎光”可译为“围着鼓跳舞”，也

可译为“跳鼓舞”。西双版纳称为“凡光”，有很多地方又叫“跳摆”、“宁摆”等。此舞是傣族最古老的舞蹈，流

行在20多个县市，是在年节喜庆时，不分男女老少，不分场地，都可以跳的自娱性舞蹈。嘎光以象脚鼓、

镲等民族打击乐为伴奏；但有的地方，敲鼓、镲的人也参加舞蹈，并且带领众人围圈而舞。过去跳时，众舞

者可以随心所欲的各自发挥，只求热烈欢快。现已发展了很多统一动作和套路，动作与套路的名称各地也

不尽相同，并且已派生出一些舞蹈节目。如青年人跳的“新嘎光”就有30多套，还有两名中老年妇女抬大铓

跳的“嘎铓央”以及老年男子跳的“嘎温”(软舞)等等。

象脚鼓是根据鼓的形状而取的名称，傣族一般统称“嘎光”，但对长、中、小三种象脚鼓又各有名称。

这种舞蹈以击象脚鼓舞为主，用铓、镲伴奏，也可鼓、镲对舞。

长象脚鼓的鼓身长为一米八至二米，傣语称“嘎光绕”，各地均有，但以瑞丽县的最具代表性。长象脚

鼓多用于伴奏，可以打出丰富多变的鼓点，并有一些鼓语，如“约笔洛，约笔洛，约必约哩哩”(意为“好好

抬，好好抬，翅膀好好抬”);也可边击边独舞，在展现击鼓技艺的同时，以长鼓尾的大幅度地转动摆动形成

优美的舞姿。

中象脚鼓舞的鼓身长约一米多，这种舞蹈流行整个傣族地区，尤以德宏地区的潞西、盈江、梁河等县

和保山、临沧等地最具代表性。中象脚鼓舞在德宏傣语称为“嘎光”，也有称为“嘎光武杰”或“嘎光黑拉”的。

跳时一般是背鼓顺圆圈而舞，可二人对舞，也可与击镲者对舞。在德宏芒市，过去有赛鼓的活动，以击鼓

声的长短、音色的优劣、鼓尾甩动幅度的大小、舞姿是否好看等为评比标准，胜者在鼓上挂银牌。

小象脚鼓舞的鼓身长约六十厘米左右，流行于景洪、勐海、勐腊等县，西双版纳傣语为“凡

光托”。因

鼓小轻便，可灵活舞动，因此这种舞蹈以竞技为主，一般是双人对舞，四人或集体也可。舞时有击鼓追

斗、退让躲避、踢腿斗脚等动作，以能把对方头上的“包头”摘下为胜。

孔雀舞在傣族舞蹈中是最具特点的表演性舞蹈，在德宏地区、西双版纳地区及景谷、孟连、耿马等县

都有流传。孔雀舞，在德宏傣语为“嘎洛永”，在西双版纳傣语为“凡糯永”。“嘎”和“凡”都是跳或舞之意；“洛

永”和“糯永”都是“孔雀”之意。表演时，舞者头载宝塔形金冠及面具，身背孔雀架子道具，以象脚鼓、镲等

乐器伴奏。有独舞、双人舞、三人舞及歌舞剧的表演。

各地孔雀舞的跳法都不一样，以表演者各自不同的技艺特长而形成了各种不同的风格。独舞最具代表

性的是瑞丽县的艺人，他们以模拟孔雀走路、飞跑、吃水、抖翅、飞翔、开屏等动作，形成丰富的舞步；瑞

丽县半职业艺人较多，如瑞板、贺费、毛相、约相、旺拉等人，他们在表演上各有创新，以各自的流派风

格而闻名全省。双人孔雀舞也称“凡南诺”，最具代表性的双人孔雀舞流传在景洪县。“南”意为“高贵的女

性”，“诺”意为“雀”或“鸟”；“凡南诺”可译为“雀公主舞”，此舞主要表现雌雄两只孔雀的飞翔、相对而舞的情

景。潞西县芒市的孔雀舞，原是表演“孔雀与魔鬼”的三人舞，后演变为独舞，以孔雀道具做得

大而精美华

丽，开合自如，吸引着广大观众。景谷县的孔雀舞属歌舞剧表演，边舞边唱，舞蹈步伐较简单，以走步和

碎步为主，表演的是佛经故事“召贺罕打孔雀”。

更多作文请访问 [https://www.wtabcd.cn/fanwen/list/92\\_0.html](https://www.wtabcd.cn/fanwen/list/92_0.html)

文章生成doc功能，由[范文网](#)开发