

舞蹈風格介紹

A. 街舞風格 & 活動關節

- 。上肢
- |    |          |      |           |
|----|----------|------|-----------|
| 風格 | Waacking | Jazz | Dancehall |
| 關節 | 手腕       | 手肘   | 肩膀        |
| 肢體 | 手掌       | 前臂   | 後臂 (上背)   |
- 。上身
- |    |              |       |
|----|--------------|-------|
| 風格 | Contemporary | Krump |
| 關節 | 脖子           | 胸部    |
| 肢體 | 頭顱 (上背)      | (肋骨)  |
- 。下身
- |    |          |         |          |        |
|----|----------|---------|----------|--------|
| 風格 | Boogaloo | - Latin | Breaking | HipHop |
| 關節 | 上腹 - 下腹  | 腰部      | 髖部       |        |
| 肢體 | (肋骨)     | 下背      |          |        |
- 。下肢
- |    |         |         |       |
|----|---------|---------|-------|
| 風格 | Locking | Popping | House |
| 關節 | 膝蓋      | 腳踝      | 腳跟    |
| 肢體 | 大腿      | 小腿      | 距骨 腳底 |
- 常見女舞 [ 上肢 ] : Waacking、Jazz、Dancehall (體力少) Contemporary、Latin
- 常見男舞 [ 下肢 ] : Krump、Breaking、HipHop (體力多) House、Locking、Popping、Boogaloo
- 應用: 拉筋 - 瑜珈、解剖 - 繪畫、舞蹈 - 格鬥、戲劇 - 裝扮。

【備註】舞蹈風格 & 活動關節の辨識

- (從具鑑別度的Battle來看)
1. 特色: 相對其他舞風, 動到更多次數的關節。
  2. 能力: 比賽中動到最多次的部位。
  3. 養成: 基礎動作動到最多次的部位。
  4. 技術: 困難動作最需要克服的部位。
  5. 帶動: 出力起始或結束的部位。
  6. 熟練: 最大角度移動到的部位。
- (特色⇨能力 | 養成⇨技術 | 帶動⇨熟練)

B. 舞蹈動作

- 關節 - 舞蹈風格 - 關節動作 - 半身動作 - 全身動作 (點~線) (線~面) (面~體)
- |    |           |       |       |       |
|----|-----------|-------|-------|-------|
| 手腕 | Waacking  | 丟 - 甩 | 曲 - 垂 | 旋 - 迴 |
| 手肘 | Jazz      | 拔 - 伸 | 撫 - 護 | 轉 - 撐 |
| 肩部 | Dancehall | 投 - 推 | 拋 - 劈 | 搖 - 帶 |
| 下巴 | Contem-   | 掀 - 翻 | 飄 - 懸 | 托 - 架 |
| 脖子 | porary D. | 倒 - 暈 | 扭 - 招 | 飛 - 望 |
| 胸部 | Krump     | 挺 - 擠 | 舉 - 揮 | 抱 - 擴 |

- |      |          |       |       |       |
|------|----------|-------|-------|-------|
| 下腹   | Latin D. | 頂 - 落 | 卡 - 倚 | 貼 - 展 |
| 上腹   | Boogaloo | 導 - 晃 | 俯 - 仰 | 吊 - 支 |
| 腰部   | Breaking | 勾 - 踏 | 擊 - 收 | 繞 - 纏 |
| 髖部   | HipHop   | 提 - 放 | 擦 - 扯 | 抬 - 壓 |
| 膝蓋   | Locking  | 踢 - 拖 | 框 - 踩 | 拍 - 指 |
| 腳踝   | Popping  | 跼 - 踩 | 跨 - 滑 | 震 - 顫 |
| 腳趾/跟 | House    | 點 - 敲 | 碰 - 張 | 跳 - 躍 |
- (延伸)
- |    |      |       |       |       |
|----|------|-------|-------|-------|
| 手指 | 手影戲  | 掀 - 搨 | 灑 - 捶 | 捏 - 插 |
|    | 手指動作 | 彎 - 折 | 讚 - 耶 | 擰 - 連 |
- 五官 (Personality) 聚 - 散 瞄 - 搗 縮 - 撩
- 日常 求 - 拜 開/騎車 OK - Rock
- (其他)
- |    |           |       |       |            |
|----|-----------|-------|-------|------------|
| 上肢 | Tutting   | 疊 - 折 | 叉 - 圍 | 蔓 - 穿      |
|    | 扇子舞       | 遮 - 閃 | 躲 - 握 | 抖 - 搨      |
|    | 劍術        | 刺 - 抽 | 撥 - 切 | 劈 - 砍      |
| 上身 | LA Style  | 合 - 抓 | 摸 - 流 | 夾 - 納      |
|    | 雙人舞蹈      | 扳 - 搬 | 靠 - 背 | 傳 - 接      |
| 下身 | Belly D.  | 衝 - 停 | 掉 - 捧 | 換 - 升      |
|    | 雙人滑冰      | 牽 - 踹 | 扶 - 持 | 繞 - 纏      |
| 下肢 | Tap D.    | 折 - 交 | 搓 - 並 | 墊 - 交叉     |
|    | 啦啦隊       | 搭 - 跪 | 蹬 - 撲 | 拋 - 接      |
| 內外 | Polyswagg | 肘 - 盪 | 延 - 射 | 撕 - 搬      |
| 上下 | Vogue D.  | 扔 - 彈 | 打 - 潛 | 蹲 - 撞 (躺倒) |
| 前後 | Uprock    | 扭 - 轉 | 戳 - 阻 | 跌 - 波浪     |

( D. = dance )

C. 舞蹈目錄

- 身體關節 - 舞蹈風格 - 心智狀態 - 節拍聲音
- |         |           |         |       |
|---------|-----------|---------|-------|
| 手腕      | Waacking  | Close   | 快, 高  |
| 手肘      | Jazz      | Care    | 泛, 低  |
| 肩膀      | Dancehall | Comfort | 三連, 泛 |
| 脖子      | Contem-   | Convert | 小, 泛  |
| & 下巴    | porary D. |         |       |
| 胸部      | Krump     | Cool    | 低, 大  |
| 下腹 (屁股) | Latin D.  | Clear   | 泛, 快  |
| 上腹      | Boogaloo  | Common  | 基, 慢  |
| 腰部      | Breaking  | Claim   | 三連, 大 |
| 髖關節     | HipHop    | Casual  | 低, 慢  |
| 膝蓋      | Locking   | Connect | 三連, 快 |
| 腳踝      | Popping   | Concise | 基, 大  |
| 腳趾/跟    | House     | Chill   | 快, 小  |

(延伸)

- |    |               |   |   |
|----|---------------|---|---|
| 手指 | 手影戲           | - | - |
| 五官 | (Personality) | - | - |
- (其他)

|    |           |            |      |
|----|-----------|------------|------|
| 上肢 | Tutting   | Coordinate | 基,快  |
|    | 扇子舞       | —          | —    |
| 上身 | LA Style  | Combined   | 泛,附點 |
|    | 雙人舞蹈      | Conceited  | —    |
| 下身 | Belly D   | Cautious   | 快,大  |
|    | 雙人滑冰      | Certain    | —    |
| 下肢 | Tap D     | Clean      | 快,三連 |
| 內外 | Polyswagg | Cheer      | 附點,低 |
| 上下 | Vogue D   | Cozy       | 附點,快 |
| 前後 | Uprock    | Continual  | 快,泛  |

## 參考網站

List of dance styles

[https://en.wikipedia.org/wiki/List\\_of\\_dance\\_styles](https://en.wikipedia.org/wiki/List_of_dance_styles)

作者:蔡秉翰

——起源:曾經遇見一個人,從她的身上發現,超級、絕對的美感而深受震撼,於是發願整理出等同水準的藝術作品。

·留言A.風格B.動作C.目錄D.索引E.單位,告訴我你知道更多的內容。

## 【備註】節拍聲音:動作狀態

1. 高音—低音:高一低位置
2. 大聲—小聲:伸展—屈曲
3. 快速—慢速:小—大體積
4. 基音—泛音:直—曲線
5. 三連音—附點音:流暢—分段

## D.舞蹈索引

### 【移動】 [方向]

|      |           |           |          |           |
|------|-----------|-----------|----------|-----------|
| [高度] | 內外(x)     | 上下(y)     | 前後(z)    | 全方位       |
| 下肢   | House     | Breaking  | Popping  | Tap D     |
| 下身   | HipHop    | Locking   | Contem - | Belly D   |
| 上身   | Krump     | Dancehall | Jazz     | LA Style  |
| 上肢   | Latin D   | Boogaloo  | Waacking | Tutting   |
| 全身體  | Polyswagg | Vogue D   | Uprock   | Freestyle |

## E.舞蹈單位

|    |      |                    |       |
|----|------|--------------------|-------|
| 單位 | 動作量尺 | 舞蹈風格               | 對面星座  |
| 時間 | 慢—快  | Popping —House     | 白羊—天秤 |
| 長度 | 短—長  | Breaking—Jazz      | 金牛—天蠍 |
| 質量 | 輕—重  | Comtem- —HipHop    | 雙子—射手 |
| 數量 | 多—少  | Waacking—Crump     | 巨蟹—魔羯 |
| 空間 | 放—縮  | Locking —Boogaloo  | 獅子—水瓶 |
| 面積 | 大—小  | Latin D.—Dancehall | 處女—雙魚 |

## 【備註】

1. 七個物理基本單位:長度m, 時間s, 重量kg, 物質的量單位mol, 熱力學溫度K, 電流單位A, 光強度單位cd。  
→其中, 長度m又分出來面積m<sup>2</sup>、體積m<sup>3</sup>。
2. 星座與舞風可以對應到心智狀態
3. 每種舞蹈風格都可以利用到的技巧:時間, 加快—放慢。長度, 縮短—拉長。質量, 減輕—增重。數量, 繁多—稀少。空間, 放開—縮緊。面積, 張大—縮小。