

《服装表演概论》

图书基本信息

书名：《服装表演概论》

13位ISBN编号：9787506464321

10位ISBN编号：7506464322

出版时间：2010-8

出版社：中国纺织出版社

页数：176

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com

《服装表演概论》

前言

回顾我国改革开放以来，最先走向市场的服装行业和应运而生的模特行业的发展历程，可以看到伴随着20世纪90年代后期服装产业向品牌经营转变的进程，大型服装服饰展会、企业新产品发布、品牌传播和广告宣传等在行业 and 品牌发展中日益重要；同时，时尚概念也拓展到服装服饰等传统领域之外的相关产业，如住宅、汽车、电脑、手机、化妆品等跨界延伸。快速发展的时尚产业不仅深刻影响了社会经济和文化，也极力触动和推动着模特行业的进步和完善。以时尚产业发展较快且辐射力度较大的北京市而言，有一年两次的中国国际时装周和具有重要影响力的中国国际服装服饰博览会以及汽车、房产、移动通讯、电子产品等展销会，另有国际著名奢侈品品牌等博览会都在营造着北京市乃至全国其他主要城市时尚消费和时尚发展的氛围，同时不可避免地使模特行业在诸多领域及其品牌传播和市场推广的商业活动中空前活跃起来。

《服装表演概论》

内容概要

《服装表演概论》

书籍目录

第一部分 绪论	第一章 服装表演概述	第一节 服装表演的概念	第二节 服装表演的属性
一、服装表演是再创作的艺术		二、服装表演的时效性	三、服装表演是不可重复的表演艺术
	第三节 服装表演的分类	一、订货会服装表演	二、发布会服装表演
三、促销型服装表演	四、艺术创意型服装表演	第二章 服装模特的概念	第一节 服装模特的分类
一、时装模特	二、商业模特	三、内衣和泳装模特	四、试衣模特
五、“部件”模特	六、影视模特	七、特殊模特	第二节 服装模特的形体标准及测量方法
一、模特的形体标准	二、形体测量的方法	第二部分 服装模特的基础培训	第三章 服装模特的基础培训之——形体训练
		第四章 服装模特的基础培训之——舞蹈训练	第五章 服装模特的基础培训之——音乐基础
		第六章 服装模特的基础培训之——形象塑造	第七章 服装模特的基础培训之——心理素质与心理状态
		第八章 专业赛事的分析指导	第九章 服装模特的经纪与管理
第三部分 服装表演的策划与制作	第十章 服装表演的策划与编导	第十一章 服装表演的舞美设计	第十二章 服装表演的管理与执行
第四部分 服装表演的传播与推广	第十三章 服装表演与传播推广	第十四章 服装表演的传播要素与原理	第十五章 服装表演与媒体策划
			后记参考文献

版权页：插图：一、模特形体训练的主要内容

- 1.热身训练 热身训练最主要目的就是为了加速脉搏、升高体温、拉伸肌肉，使机体从平静的抑制状态逐渐过渡到活动的兴奋状态。没有哪一种运动不需要准备活动，不做准备活动，肌肉不但达不到预期的训练效果，而且容易受伤。因为热身运动可以提高深层肌肉的温度，让身体处于暖和的状态，如此一来，就可以减少运动中可能发生的运动伤害，也可以让运动的表现更好。热身运动是比较缓和的运动，不但可以慢慢地提高身体温度，还能让心跳缓缓增加，而不是马上就做剧烈的运动，让心脏一下子就增加许多负担。最好以慢跑、柔软体操、原地踏步操等方式热身，每次热身运动最好视个人体能不同，持续5~10分钟。通常刚开始运动的人，由于体能比较差，应慢慢地从较简单、轻松的热身运动开始做起，等到体能进阶到更佳的程度，再渐渐增加热身运动的强度、困难度和时间。热身运动还可以帮助生理调节，并且能减少一些可能在运动中或激烈活动中发生的心血管不正常的突发状况。
- 2.有氧运动 有氧运动可以增加活力、舒缓压力、放松心情；可以让心脏更强壮，充分把充满氧气的血液送到全身，减少心脏疾病及高血压的发生；可以帮助燃烧体内多余的脂肪，燃烧脂肪需要氧气，有氧运动可以帮助身体处于“有氧”状态。进行有氧运动必须循序渐进、由浅入深，有氧运动的时间要慢慢增加，不要超过本身能负荷的程度。每个人的体能情形都不同，不应该拿他人的运动方式作为自己的标准，而是逐渐地、不间断地增进自己的体能与耐力。有氧运动的种类很多，包括健美操、慢跑、骑脚踏车、游泳和跳绳等，或是使用一些有氧器械，包括划船机、跑步机、原地脚踏车等来进行。进行有氧运动的时间可依自己体能状况而定，但每次最好持续30分钟以上。就运动强度而言，中等强度较适合。从能量代谢的角度上看，中等强度运动可促使人体内的脂肪转变为游离脂肪酸进入血液，作为能源而被消耗掉，即使没被消耗的游离脂肪酸也不再合成脂肪，中等强度运动并不增加食欲，可避免因运动引起而摄入更多能量，从而加剧体内脂肪积存。中等运动强度通常可通过心率测定来控制，就从事模特专业的学生而言，心率可控制在150~180次/分钟。
- 3.缓和运动 热身运动是为了让体温升高，而缓和运动则是为了降低体温、缓和心跳，让紧张的肌肉放松，避免运动伤害。缓和运动时，可以做一些舒缓的舞蹈动作，大约持续3~5分钟。
- 4.柔软运动 柔软运动以静态的伸展动作为最佳，这样的方式可以增加身体的延展性。每一个伸展运动都应该持续20秒以上，然后放松、深呼吸。注意在做伸展运动时不要弹压，避免造成运动伤害。在有氧运动后做些适当的伸展性柔软运动，可以达到最好的拉伸效果，增加肌肉的柔软度并减少运动伤害。运动者应该要针对身体的每个部位做些适合的伸展运动，特别是关节的周围。柔软运动需要持之以恒，这样身体的延展性会越来越好，柔软度会越来越佳。

精彩短评

- 1、有一种读了之后不知所云的感觉，没有模特造型与训练好
- 2、张舰老师的书不错 做时尚编导行业的一定要看看
- 3、发货速度很快，三天就收到啦
- 4、好书！
- 5、爱岗敬业的小少年。。。
- 6、毕竟自己老师写的==
- 7、上课需要用，不错！值得推荐

《服装表演概论》

精彩书评

1、不知道之前看过这本书的那三个豆友是怎么想的，给这本书如此之评分。这本书几乎涉及了有关服装表演的各个方面，从服装模特的基础培训到服装表演的策划与制作再到服装表演的传播与推广。可能是由于过分求全的缘故，加入了很多枯燥无味的原理和理论，关键部分的模特基础培训基本是一笔带过，不过在模特经纪部分和后面的服装表演策划部分虽然简洁但是也相当专业。整体感觉，张舰老师作为中国的“模特之父”，其在圈内的专业和权威不言而喻，出的书理论性极强，实用性有待提高。

章节试读

1、《服装表演概论》的笔记-第173页

服装表演的媒体策划

一、确定推广主题，统一传播口径

关键是找到一个与众不同的诉求点，从发布会的主题来延伸；从设计理念、服装面料、工艺、风格等着眼；从设计师或企业、品牌来挖掘；从制作演出方面寻找话题

二、选择合适媒体，合理布局

- 1) 选择契合性比较高的媒体
- 2) 高举高打，重点布局
- 3) 构筑立体传播网

三、拟定媒体策划方案并执行

- 1) 活动情况：如服装表演的主题、形式、地点、时间等。
- 2) 推广主题：几个新闻点，重要性排序。
- 3) 前期宣传：重在预热和铺垫，一般要列清时间段、推广任务、推广目的、推广手段、推广媒体的基本规划。
- 4) 现场媒体活动
- 5) 媒体报道
- 6) 媒体策划执行的时间安排
- 7) 现场活动流程
- 8) 媒体策划执行人员安排
- 9) 事后的评估工作

四、对传播效果进行总结评估

发起人层面、媒体层面、穿凿层面总结

2、《服装表演概论》的笔记-第65页

舞蹈

动作性原则

动作是舞蹈的本体，是舞蹈构成的基础。

以动作为中心，认真地观察、模仿、记忆及练习动作。在学习动作的过程中，要关注动作的完成部位，各动作部位的运动线及动作节奏。

节奏是舞蹈的基础。

韵律性原则

韵律：按一定节奏，运动线路形成的特有的韵味和节律。

表情性原则

表达弄弄的深情时，出臂的速度较慢，幅度较大，力量上讲求内在的韧劲，就像恋人的眼神，深厚、绵延、有黏性，力量大且讲求爆发力。

舞蹈基础训练

一、柔韧度

1、肩背部训练

拉伸手臂韧带，延展胸椎向后的曲度。

2、腰部训练

练习腰椎在前后左右四个方面的活动幅度。

3、腿部练习

压腿过程中要注意崩脚尖，膝盖拉直，腿部由髌关节处外开。前压腿时，脚背向外；侧压腿时，脚背向上；后压腿时，脚背向外。此外，还要兼顾身体直立。

拉——耗——踢——压——踢

二、灵活度

三、协调性

舞蹈训练中不同舞种的风格解读

芭蕾“轻、飘、快、稳”的审美趣味，产生了“开、崩、直、立”的动作标准。

中世纪音乐代表人物希尔德加德-凡-宾根和纪尧姆-德-马修，文艺复兴时期的音乐人物德普瑞和帕勒斯特里纳，巴洛克音乐代表者蒙特威尔蒂、巴赫和亨德尔，维也纳古典乐派音乐人物海顿、莫扎特和贝多芬，浪漫主义音乐诠释者肖邦、门德尔松、舒伯特和舒曼，民族派音乐人代表德彪西和拉威尔，新古典主义音乐人物斯特拉文斯基，表现主义音乐勋伯格、贝尔格、韦伯恩、巴托克、艾夫斯等。

被誉为“钢琴之王”的肖邦和“炫技大师”的李斯特均为19世纪浪漫主义时期的作曲家，他们都能很好地吸收德奥传统，同时融入自己民族的音乐精华，如肖邦的《波兰舞曲》《玛祖卡舞曲》等一些乐曲充分体现了这一点。而李斯特的《匈牙利狂想曲》也让我们对其民族性的表现有一宏观印象。肖邦的钢琴音乐，以精致的装饰音和轻巧玲珑的快速走句为特点，注重钢琴音色的发挥，因而它的作品诗意浓浓、细腻委婉，令人回味无穷。李斯特则偏向运用交响乐的构思方法来创作钢琴音乐，他的作品往往气势恢宏、直率粗犷，和声序进和布局与乐队配器直接关联，复调中各主题的对比合理地被视为各主题的对比合理地被视为各种乐器间的冲突和交融。

3、《服装表演概论》的笔记-第39页

用餐指导：

- 1、少食多餐，把每日三餐的食量分配到4-5次，晚餐要适当减少进食量。
- 2、不要空腹进行锻炼。
- 3、锻炼前后一小时内不要吃正餐。
- 4、睡觉前三小时之内不要食用任何食物。
- 5、为了保证食物的营养价值，最好使用简单的烹调方法。
- 6、不食用油炸、辛辣、熏制和含酒精的食物。

4、《服装表演概论》的笔记-第43页

舞蹈是艺术的一种。是以经过提炼、组织、美化了的人体动作为主要艺术手段，着重表现语言文字或其它艺术手段难以表现的人们的内在深层的精神世界——细腻的情感、深刻的思想、鲜明的性格和人与自然、人与社会、人与人之间以及人自身内部的矛盾冲突，创造出可被人具体感知的生动的舞蹈形象，以表达作者（编导和演员）的审美情感、审美理想、反映生活的审美属性。

舞蹈训练的意义

1、改造不良体态，修正身体线条。

舞蹈训练从本质上来讲，是建立人的某种动作习惯。

站：脚往下踩、跨往上提、收肋、展肩、沉肩、头往上顶。

这种动作习惯还作用于人体线条上。

站立时的提臀练习、手臂和腿的外开练习、四肢的训练要强调拉长与延伸。

2、强化身体的控制能力，提高身体的平衡能力，动作的协调性、节奏性与韵律性，提升肢体表现力与动作的美感。

3、强化方位意识、空间感

“方位”即方向与位置，是表演者在展演场地的空间位置与面向。无论何种舞台表演艺术，都离不开方位这个因素。方位意识、空间感，即表演者对自身所处的舞台空间、自身面向以及自身与他人舞台空间关系的意识。

《服装表演概论》

调度是方位很好的表现手段。“调度”即表演者个体空间移动的轨迹及表演者之间空间关系的变化，是方位的具体实施手段。调度往往以运动线的形式出现，它能丰富舞台空间，有助于表达作品的情感。

英国画家威廉·荷加斯在《美的分析》中说到“凡是直线和转折突然的线条，往往总是与兴奋、狂热、强硬、有力等情感中的力的结构模式相类似；凡是曲线和转折较为缓和的线条，往往总是与温柔、悲哀、宁静、悠闲、欢乐一类的情感活动的力的模式相当；方向向上或向前的线条，往往与积极、进取、活跃等思想情绪相对应；而方向向下或向后的线条，总是以软弱、松懈、垂头丧气、缺乏活力等思想情绪相对应。”

4、舞蹈训练能造就或提升人的气质

舞蹈训练的特点

- 1、重基训，轻技巧
- 2、重元素，轻片段
- 3、重意蕴，轻形态
- 4、重表现，轻模仿

舞蹈元素在表演中的作用

舞显于形、舞留与意、舞助于兴

5、《服装表演概论》的笔记-第37页

概念：用真人模特向客户展示服饰的促销手段，通过服装的展示表演向消费者传达服装的最新信息、表现服装的流行趋势、体现服装设计师的完美构思和巧妙设计，是一种重要的营销手段。

服装表演的属性：服装表演是再创作的艺术；服装表演的时效性；服装表演是不可复制的表演艺术。

服装表演的分类：订货会服装表演、发布会服装表演、促销型服装表演、艺术创意型服装表演。

模特的分类：时装模特、商业模特、内衣和泳装模特、试衣模特、部件模特、影视模特、特殊模特。

服装模特的基础培训

形体训练

《服装表演概论》

主要内容：热身训练、有氧运动、缓和运动、柔软运动、基本姿态练习、部分塑性训练

注意事项：要关心自己身体维度的变化、不能光关心体重。

锻炼时间最好在傍晚，晨练会导致白天学习时容易疲劳。

人体乳酸回复在48个小时，可以隔天锻炼一次。

每次持续锻炼应不少于30分钟。

训练计划的制定

1、练习部位 2、重复次数 3、练习组数

侧卧正摆腿、站立腿弯举、侧卧腿内收、站立侧摆腿

俯卧撑、仰卧屈臂上拉

《服装表演概论》

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：www.tushu000.com