**2023年上海师范大学校考舞蹈学专业考试提交视频内容**

**（一）舞蹈学专业视频内容：**

**视频1:自我介绍，诚信承诺。**视频时长：2分钟内

考生拿好身份证，对着视频镜头作自我介绍（姓名、出生年月、身高、体重和在读学校，之后把身份证的正面对准镜头3秒钟左右。以肩部以上镜头为主（特写），然后双手垂直放在身体两旁，全身正面、侧面站立镜头。

**朗读以下内容：**我保证本人所提供的各项个人信息真实、准确、有效。自觉遵守国家及有关部门制定相关的法律、法规和规定,诚信考试，如有违反，愿意接受相关规定的处理。承诺人：\*\*\*（读自己姓名）**。**

**视频2：基本功（软开度部分）展示** 视频时长：4分钟内

（示范视频请查看招生办网站）

着装要求：女生穿芭蕾紧身服，男生白色体恤和黑色紧身裤。

拍摄要求：正面，全景，无剪辑。

动作：

地面竖叉，下前腰，下后腰。

横叉向左、右下旁腰；双手伸直放地面上下前腰。

站姿下后腰，双手撑地或抓双腿。

站姿上向前做两个五位擦地，两个小踢腿，然后做踢、搬、控腿。

站姿上向旁做两个五位擦地，两个小踢腿，然后做踢、搬、控腿。

站姿上向后做两个五位擦地，两个小踢腿，然后做踢、搬、控腿（男生探海）。

**视频3：基本功（技术技巧部分）展示** 视频时长：6分钟内

（示范视频请查看招生办网站）

拍摄要求：正面，全景，无剪辑。

A、规定动作 ：

小跳、大跳（女生做吸腿跳、倒踢紫金冠；男生做双飞燕8-16个）

原地四位转、跨腿转

女生挥鞭转8-16个，男生旁腿转8-16个

女生点翻、串翻

平转

斜线旋转技巧

B、自选动作：以单一或组合形式展示；以下动作内容可作参考

跳跃：如凌空跃（Grand jete）、撩腿跳（Grand pas de chat）、劈叉大跳、倒踢紫金冠等(男,可以作攒步、飞脚、摆连、一字飞腿)。

旋转: 斜线转、各种大舞姿转等。

翻腾：女生前空翻、特殊技巧等；男生小翻、大蹦子、拉腿蹦子、后空翻、特殊技巧等。

**视频4：舞蹈表演性组合或作品展示（1）** 拍摄要求：全景，无剪辑

要求能够体现该舞蹈的基本风格、韵律和技术技巧，节奏准确，动作要求规范且有表现力。

**视频5：舞蹈表演性组合或作品展示（2）** 拍摄要求：全景，无剪辑

要求能够体现该舞蹈的基本风格、韵律和技术技巧，节奏准确，动作要求规范且有表现力。

以上2个舞蹈表演性组合或作品展示部分需自备音乐伴奏，可着舞蹈表演服装，不得化浓妆，每个舞蹈时长3分钟以内，内容不得重复。古典芭蕾以完整一段变奏的时长为准。