

舞龙自选套路编排分析

——以第十五届全国舞龙舞狮锦标赛为例

黄毅, 杨玲

(湖北大学 体育学院, 湖北 武汉 430062)

摘要: 采用文献资料法、录像观察法、数理统计法, 对第十五届全国舞龙舞狮锦标赛舞龙自选套路前八名队伍进行研究。研究显示: 参赛队伍以高校为主; 套路时长合理; 套路主体不丰富, 情节单一; 音乐伴奏主要是以现代音乐和传统乐器拼接而成; 服饰均为传统服饰; 大部分队伍难度动作为满分; 使用最多的难度动作是8字舞龙动作; 动作规格上少数队伍会出现较为明显的失误。

关键词: 舞龙舞狮; 舞龙自选; 套路编排

Analysis of Choreography of Self-selected Dragon Dance Routine

—Take the 15th National Dragon and Lion Dance Championship as an Example

HUANG Yi, YANG Ling

(School of Physical Education, Hubei University, Wuhan 430062, China)

Abstract: The score of competitive dragon dance self-selected routine competition depends on the quality of routine arrangement and completion, which is the basis of completion and the premise of winning. In this paper, the first eight teams of the 15th National Dragon and Lion Dance Championship were studied by using the methods of literature, video observation and mathematical statistics. The results show that the participating teams are mainly universities; The length of the routine is reasonable; The main body of the routine is not rich, and the plot is single; Music accompaniment is mainly composed of modern music and traditional instruments. All costumes are traditional; Most of the team's difficulty actions are full marks; The most used difficulty movement is the figure 8 dragon dance movement; A few teams will make obvious mistakes in the movement specification.

Key words: Dragon and lion dance; Choose your dragon dance; Routine arrangement

龙狮文化是中华民族传统体育的杰出代表之一, 也是中华民族传承数千年之久的艺术瑰宝。在中国龙狮文化发展历程中, 形成了独特的历史文化价值、艺术表演价值、体育锻炼价值以及经济产业价值^[1]。第十五届全国舞龙舞狮锦标赛是面向全国、专业度最高、设项最全的国家A类赛事。此次比赛落地南京欢乐谷, 是本次赛事的一次创新, 首次将赛场搬进游乐园, 拉近了传统体育项目与市民、游客之间的距离。舞龙项目包括自选套路、规定套路、传统套路、竞速舞龙和障碍舞龙。其中,

参加队伍最多且最具有观赏性的是自选套路。整个自选套路需要内容丰富, 构思巧妙, 风格别致。舞龙技巧难度、创新动作符合龙的盘、游、翻、滚、穿、腾、缠、戏等形态^[2]。本文运用录像观察法、数理统计法等方法选取锦标赛舞龙自选项目前八名队伍的套路进行逐一分析, 以期对舞龙自选套路的创编提供一定的参考, 提高我国舞龙项目的竞技水平, 促进舞龙运动的传承与高质量发展, 也为促进中华优秀传统文化的高质量发展贡献力量。

1 基本情况

1.1 参赛队伍

第十五届舞龙舞狮锦标赛舞龙自选项目共有 11 支参赛队伍（见表 1），其中 8 支来自高校，由此可见，高校是舞龙运动继承、发扬、传播的重要教学训练场所^[3]。参赛人员大部分为体育学院或综合类院校体育系的体育专业学

生，甚至还有以龙狮为事业的职业队选手。校园舞龙队伍是当前竞技舞狮运动的主体之一，肩负着竞技舞龙运动人才培养的重任^[4]。高校是龙狮文化的一大载体，许多高校具有龙狮社团和龙狮课程，并且场地器材充足，训练条件适宜，大学生群体对于中华民族传统文化有着强烈的认同感，使他们成为未来舞龙舞狮高质量发展和传承的主力军。

表 1 舞龙自选套路 11 支队伍基本情况

名次	队伍	成绩	套路时长
1	重庆市铜梁区龙舞艺术推广中心铜梁艺术团	9.26	8 分 70 秒
2	武汉体育学院舞龙代表队	9.03	8 分 07 秒
3	上海体育大学舞龙队	8.94	7 分 33 秒
4	湖南省龙狮运动协会龙狮团	8.88	8 分 15 秒
5	中南民族大学	8.68	9 分 14 秒
6	温州科技职业学院	8.58	7 分 95 秒
7	南昌师范学院舞龙队	8.56	8 分 86 秒
8	温州市舞龙队	8.38	8 分 87 秒
9	广东科学技术职业学院龙狮队	8.32	9 分 85 秒
10	广东科学技术职业学院舞龙队	8.26	9 分 28 秒
11	南京科技职业学院龙狮队	8.17	9 分 88 秒

1.2 比赛评分

舞龙自选项目的评分标准包括：动作规格（5 分）、艺术表现（3 分）、动作难度（2 分），满分为 10 分。舞龙项目按照运动训练学项群理论可以划分为技能主导类难美项群。在动作规格方面需要人体姿势正确，龙的形态饱

满，技术方法合理，步型、步法规范，配合协调，圆满完成套路；艺术表现方面则需运动员精神饱满，编排结构合理，主题鲜明，音乐伴奏与舞龙动作紧密结合，充分展示龙的精气神韵；动作难度要求 10 个（含创新难度），完成套路难度动作要求给予 1.5 分，每少一个扣除 0.1 分^[2]。

表 2 评分标准对比表

年度	总分	分值	动作规格			难度动作		艺术表现
			轻微失误	明显失误	严重失误	难度分值	难度个数	
1995	10 分	7	0.05 分	0.1 分	0.2	未明确	未明确	3 分
2002	10 分	7	0.05 分	0.1 分	0.2	未明确	未明确	3 分
2008	10 分	5	0.1 分	0.2 分	0.3	2 分	20 个	3 分
2011	10 分	5	0.1 分	0.2 分	0.3	2 分	20 个	3 分

从表 2 中可以看出，从 1995 年至 2011 年国际龙狮规则中评分标准的变化，总的分值没有变化；但在动作规格扣分中，从 1995 年和 2002 年的 7 分下降到 2008 年的 5 分，降低了动作规格在整体分值中的比重；但相反的是动作规格的扣分标准却有所提高，轻微失误、明显失误以及严重失误的扣分力度都有相应的增加；随着参赛队伍增多，各个队伍对于舞龙基本技术动作的逐渐熟悉掌握，比赛中各队的失误率逐渐降低，为提高竞技舞龙中各队的竞技水平，提高竞技性，在规则修改更新过程中，逐渐明确了难度分值，规定比

赛所需的难度动作个数。在评分标准修改更新中，艺术表现总分值没有变化，分值为 3 分，但对艺术表现分值的内容进行了细分，主要分为三部分：运动员精神面貌与艺术感染力；套路编排结构、主题情节与服饰器械；音乐选配与编辑。艺术表现分值评分标准的规范与明确推动了竞技舞龙运动向“高、难、新、美”的道路前进^[5]。

1.3 套路时长

舞龙项目比赛时间均为 7 ~ 10 分钟，在第十五届龙狮锦标赛的自选项目中，所有队伍都选择以静止造型候

场,静止造型结束。舞龙自选的时常计算是以第一位运动员踏入赛场,开表计时;如在赛场内以静止造型候场,则以第一位运动员开始动作开表计时,运动员完成套路动作后,最后一名队员离开赛场时停表;如在赛场内以静止造型结束,则以全体运动员完成静止造型停止动作时停表,用此计时方法观看第十五届锦标赛舞龙自选视频,进行数据的统计。结果显示:本次时长最长的队伍是广东科学技术职业学院龙狮队,时间为9分85秒,最短的是第三名上海体育大学舞龙队,时间为7分33秒,没有队伍超时或者提前结束。这说明在时间编排上各个队伍都非常的精湛,观看这8支队伍的视频发现,前三名的队伍时间和音乐的编排非常合理,音乐停止,竞赛结束。这就充分考验整个队伍对于时间的把握,队员们的身体节奏。例如,武汉体育学院代表队的时长为8分08秒,前面二十秒以诗词开始,最后以诗词结尾,这需要编排者对于音乐、套路时长和队员节奏进行整体的把控,才能够做到比赛时给人一种行云流水的感觉,并能

够带给观众最好的视觉体验。

2 艺术表现

2.1 套路主题

套路编排是一项系统性的工作,涉及套路节奏、风格、音乐伴奏、难度动作布局、动作衔接、创新发展等诸多方面。这些方面构成了套路编排的要素,套路编排的过程就是整合处理各个要素的过程^[6]。主题的选择是自选套路创编过程的第一步,套路主题选择的成功与否直接决定了套路的意境和质量的高低。在确定套路主题后,才能对动作、配乐、服饰等其他要素进行编排,可以说自选套路的主题奠定了套路演练的基调。套路的主题可以是远古传说,也可以是神话故事,或者是当地脍炙人口的民间传说。也可以将特色民族文化作为支撑框架,使民族风俗和民族文化更好地融入和渲染在舞龙自选套路创编中。在舞龙自选项目中,编排结构合理,情节生动,主题鲜明,动作新颖,视完成情况给予0.5~1分。

表3 各队伍套路主题

名次	队伍	主题情节
1	重庆市铜梁区龙舞艺术推广中心铜梁艺术团	情节丰富,主题未明确
2	武汉体育学院舞龙代表队	情节丰富,主题鲜明(长安三万里)
3	上海体育大学舞龙队	情节丰富,主题未明确
4	湖南省龙狮运动协会龙狮团	情节丰富,主题不鲜明
5	中南民族大学	情节丰富,主题不鲜明
6	温州科技职业学院	情节丰富,主题不鲜明
7	南昌师范学院舞龙队	情节单一,主题不鲜明
8	温州市舞龙队	情节单一,主题不鲜明

如表3所示,本次锦标赛中,只有武汉体育学院舞龙代表队拥有明确的主题,他们是以电影《长安三万里》中的李白报国无门为故事情节。自选开头、结尾诗词首位呼应,中间诗词承上启下。整个套路主题便是李白的一生。其他七支队伍均是采用普通主题,情节较为丰富,但是主题单一。这一方面值得其他队伍的创编者去学习、去创新。自选套路属技能主导类难美性项群,其特征就是“难”和“美”,如何在赛场上体现“难”和“美”成为运动员训练的核心问题。观看其他没有主题的七支队伍视频时,大家的主题都千篇一律,会让人产生疲惫感。没有主题,龙珠和龙身没有连接感,整个队伍的形象演绎显得苍白无力。因此,在日后的舞龙自选编排套路中要更加注意主题的选择。其中编排的艺术来源于“美”。通过运动员在场上表现出的“气质美”、主题音乐与难度动作的

“配合美”和整套动作编排的“主题美”让人眼前一亮。这有通过这些,才能够将“出奇制胜美”表达出来,无不体现其艺术表现性。

2.2 音乐伴奏

音乐是舞龙自选的灵魂,能强化动作的表现,烘托全套动作的气氛和感染力,同时又能指挥整套动作的快慢变化^[7]。音乐的选择是竞技舞龙自选套路重要组成部分,同时也是竞技舞龙的灵魂,恰当的音乐选择在整个舞龙运动中可以带动节奏、烘托表演气氛、展现情感和意境。随着竞技舞龙的不断发展,自选套路配乐的方式和音乐的编选也呈现出多元化和规范化。表演者可以根据音乐的伴奏,根据节奏与韵律的快慢变化,从肢体语言、队形变换及面部情绪转换等多方面,演绎创编作品,可以起到烘托现场表演氛围,从音乐创编中凸显主题的作用^[8]。

表4 各队伍音乐伴奏

名次	队伍	音乐伴奏
1	重庆市铜梁区龙舞艺术推广中心铜梁艺术团	现代快节奏与传统乐器
2	武汉体育学院舞龙代表队	诗词《早发白帝城》和破晓（唢呐版）
3	上海体育大学舞龙队	现代与传统乐器（唢呐）
4	湖南省龙狮运动协会龙狮团	现代音乐《逍遥游》+《鼓舞》
5	中南民族大学	现代快节奏
6	温州科技职业学院	现代快节奏+英文《It is our fight》
7	南昌师范学院舞龙队	国风快节奏《大黑天》
8	温州市舞龙队	现代快节奏+英文《Alpha commander》

如表4所示,本次比赛中,自选第一名的铜梁艺术团选择的音乐是现代快节奏+传统乐器;第二名的武汉体育学院代表队是诗词《早发白帝城》+破晓(唢呐版);第三名的上海体育大学也是现代快节奏+国风的民族音乐;第四名的湖南省龙狮运动协会龙狮团是纯国风音乐《逍遥游》+《鼓舞》;第五名中南民族大学舞龙队也是现代与传统的融合;第六名的温州科技职业学院舞龙队和第八名温州市舞龙队分别是英文歌曲《It is our fight》和《Alpha commander》;第七名的南昌师范学院舞龙队是国风音乐《大黑天》。所奏音乐需要有吸引力和感召力,气势如虹,起止突然,应让人听起来结构新颖,要有出人意料的变化节奏,给裁判和观众耳目一新的感觉。上海体育大学、中南民族大学、南昌师范学院音乐和动作之间的协调“美”还有一些欠缺。铜梁艺术团和武汉体育学院二者的一静一动、一快一慢与音乐的搭配恰到好处,运动员可以根据音乐来控制整个节奏。在未来舞龙项目的高质量发展和激烈的竞争中,教练员和编排者应更加注重音乐的选择。音乐伴奏是烘托气氛、转换节奏、激励队员情绪不可分割的重要部分,如今,竞技舞龙配乐方式由传统乐器的鼓、锣和钹演奏变为播放器播放音乐伴奏,同时也融入了更多的现代音乐元素和文化,在编选音乐时,可以选择民族音乐和现代音乐,也可以选择加入更多的音乐元素,如流行音乐、古典音乐以及其他器乐^[9]。

2.3 服饰器械

比赛时,运动员应穿着具有特色的服装,服饰款式和色彩应与舞龙器材相协调。龙珠队员的服饰应与其他队员明显区别。舞龙运动员上场比赛时须佩戴号码。执龙珠者为“0”号,执龙头者为“1”号,替换龙头为“10”号。在服饰的设计上,11支队伍均采用传统服饰,值得一提的是广东科学技术职业学院他们在服饰上做了改变,他们的服饰颜色分为五种,分别为黄、黑、蓝、绿、红,分别对应龙身的颜色,为裁判和观

众带来了不一样的视觉体验。但是可以看出,大部分队伍对于服饰设计较为薄弱,差距较小。在器械方面,武汉体育学院代表队、南昌师范舞龙队采用的是铝制龙杆;湖南省龙狮运动协会龙狮团、温州市舞龙队、温州科技职业学院、铜梁艺术团、上海体育大学舞龙队采用竹制龙杆;中南民族大学采用碳素龙杆。根据统计,前八名的队伍中,2支队伍使用铝制龙杆,5支队伍使用竹制龙杆,1支使用碳素杆。碳素杆会轻于竹制和铝制,而且碳素将成为未来各自队伍的首选。旧规则规定国际比赛标准龙龙头重3kg,新规则改为2.5kg。龙头重量的减轻大大减少了舞龙头运动员的体力消耗,也大大加快了舞龙的节奏^[10]。

3 难度动作

3.1 难度动作得分

舞龙自选套路中,难度动作的要求是10个,完成套路难度动作给予1.5分,每少一个扣0.1分,超出难度动作要求10个以上者,每超出一个难度动作,加0.05分,超出两个难度动作加0.1分,以此类推,最高加0.5分。难度动作包括:8字舞龙类动作、游龙动作、穿腾动作、翻滚动作、组图造型动作。各队伍难度动作及得分如表5所示:8支队伍中仅有中南民族大学和温州科技职业学院难度分未到两分,其余六支队伍均是2分,在难度动作选择方面,自选前8名队伍把几乎百分之五十的难度动作都选择在8字游龙类动作上,游龙动作中,站肩双杆行进(6次以上)动作有五支队伍选择,这个动作是舞龙动作中难度最大、观赏性最高、失误率最大的动作。对于穿腾动作而言,几乎每个队伍都达到了完整要求,因为穿腾难度动作是舞龙自选中动作与动作之间的衔接。各个队伍对于翻滚动作和组图造型难度动作的选择几乎是均等的。可以看出,大家对于难度动作的选择几乎是相同的。在难度分相同的情况下,动作规格和艺术表现就显得格外重要,加强套路内容动作完成的质量是该项目日后发展的重点方向。

表 5 各队伍难度动作类别个数及得分

队伍	8 字舞龙动作	游龙动作	穿腾动作	翻滚动作	组图造型动作	合计	得分
重庆市铜梁区龙舞艺术推广中心铜梁艺术团	7	1	2	5	5	20	2
武汉体育学院舞龙代表队	7	1	2	5	5	20	2
上海体育大学舞龙队	9	0	2	4	5	20	2
湖南省龙狮运动协会龙狮团	9	1	2	4	4	20	2
中南民族大学	9	1	2	3	4	19	1.95
温州科技职业学院	9	0	2	4	4	19	1.95
南昌师范学院舞龙队	11	1	2	4	3	20	2
温州市舞龙队	10	0	2	4	4	20	2

竞赛规则对所有难度动作的技术规格和完成质量有明确的说明和要求。在比赛中倘若未能按照要求完成难度动作,或者在完成该难度动作时出现失误,则该难度不计入动作难度分中,这不仅导致裁判员评判整套动作总分的起评分降低,还会扣除失误动作相应的分值^[11]。

3.2 难度动作使用情况

舞龙动作按动作的形态特征可以分为:8 字舞龙动作、

游龙动作、穿腾动作、翻滚动作、组图造型动作。而根据难易程度又可分为基本动作和难度动作。8 字舞龙动作包括 20 个基本动作和 11 个难度动作;游龙动作包括 8 个基本动作和 1 个难度动作;穿腾动作包括 12 个基本动作和 2 个难度动作;翻滚动作包括 5 个基本动作和 7 个难度动作;组图造型动作包括 13 个基本动作和 5 个难度动作。此外,还有一些创新动作,创新动作必须符合舞龙运动的本质属性和运动规律。

表 6 各队伍难度动作名称及出现次数

类别	动作名称	出现次数	合计
8 字舞龙动作	跳龙接摇船快舞龙	6	53
	跳龙接直躺快舞龙	7	
	挂腰舞龙	8	
	滚地行进舞龙	5	
	单手撑地快舞龙	7	
	K 式舞龙	8	
	站退舞龙	2	
	靠背蹬腿舞龙	5	
	站肩舞龙	5	
游龙动作	站肩双杆行进(6 次以上)	5	5
穿腾动作	快速连续穿越行进(3 次以上)	8	16
	连续穿越腾跃行进(2 次以上)	8	
翻滚动作	快速连续斜盘条龙(3 次以上)	3	21
	快速连续螺旋跳龙	3	
	快速左右螺旋跳龙	8	
	快速连续螺旋跳龙磨转	5	
组图造型动作	快速连续首尾跳龙	2	15
	大横八字花慢行进	5	
	坐肩后仰成平盘起伏旋转(2 周以上)	2	
	站肩高塔盘造型自转一周	2	
	首尾站肩盘柱造型	3	
	龙头站肩立柱平盘起伏圆场 2 周以上	3	

如表6所示,在本次锦标赛中,排名前八的队伍套路动作中,8字舞龙动作达到53次,使用率最大,而在这些8字类中挂腰舞龙、K式舞龙使用得最多。使用率最少的是站退舞龙,它的难度较大且容易失误,在整个难度动作使用中很少有队伍选择。8字舞龙相对于其他的难度动作相对简单,动作更容易成功完成,并且也具有一定的观赏性。游龙动作8支队伍有5支队伍使用,说明对于站肩双杆行进(6次以上)这个动作大家都在开始挑战,这个动作更具有观赏性和难美性。穿腾动作和翻滚动作使用次数达到16次和21次,这两个动作更多的是行进间完成的。它们更多承担的是动作与动作之间的衔接,组图造型动作中使用最多的是大横八字花慢行进,有5个队伍把它当作前后套的过渡点,也是音乐变化的节点,大横八字花慢行进对于很多队伍来说是一个对于整场比赛节奏的把控。另外一个组图造型动作的特点就是行进或者静止的造型,对于场上的运动员来说是一种休息,也是一种调整。在难度动作实际编排中我们发现,大多数队伍更加注重难度性技巧动作,把大量的练习时间和精力都投入到难度动作的完成上了,由于对连接动作和造型动作的重视不够,所以导致成套练习缺乏美感和生命力^[12]。

4 动作规格

随着龙狮运动不断高质量发展,为鼓励龙狮运动员的运动技术水平不断提高,规范龙狮运动员的技术等级管理工作,在龙狮协会及国内外各龙狮人的不断努力下,《中国龙狮运动协会运动员技术等级管理办法(试行)》以及《中国龙狮运动段位制(试行)》得以实施,而竞技舞龙运动自选项目也随之迎来蓬勃发展。运动员技术等级制度是激励运动员刻苦训练、不断提高运动技术水平和成绩的一项基本体育制度^[13]。

舞龙自选套路中,动作规格的分值为5分,相较于艺术表现的3分、难度动作的2分,动作规格显得尤为重要。在动作规格评分中,需要确保人体姿势正确、龙的形态饱满、技术方法合理等。失误分为严重失误、明显失误、轻微失误和其他失误四种,每出现一次,分别扣0.3分、0.2分和0.1分。在第十五届舞龙舞狮锦标赛中,想要冲击前八名必须要掌握好动作规格的得分。本次比赛中,南京科技职业学院龙狮队在套路主题、动作编排和音乐上有着很好的创编,但是在站肩双摇处出现运动员失误倒地,为严重失误,扣除0.3分。他们在上肩和上腿中均有明显失误,也将被扣除0.2分。动作规格也会影响他们的艺术表现。温州市舞龙队和南昌师范学院舞龙队在对于龙形的控制上出现了龙体轻微打折的失误,

他们在做螺旋跳接直躺中,躺地、起立时有附加支撑,同样会被扣分。舞龙比赛中通常有部分武术动作需要龙珠去完成,所以龙珠通常具备一定的武术基础,龙珠也需要参与一些难度动作的完成。通过观看比赛视频发现,8支队伍中有6支队伍出现了龙珠难度动作,且没有出现失误,展现出引狮员一定的武术功底。难度动作出现的时机要能契合套路内容,使之不显得过于生硬和机械化,选择的动作要保证运动员能够轻松自如的完成,才能起到画龙点睛的作用,不能只是为了单纯凑数量而去做动作,在完成难度动作的同时也要注重动作的形象美和内涵美^[14]。

5 结论

(1)舞龙自选项目主要以高校队伍为参赛主体,整体得分稳步提高;自选编排中套路时间均符合竞赛编排的时长,对比赛时动作规格的评分有所提高,艺术表现分值的内容进行了细分且更加明确,主要包括:运动员精神面貌与艺术感染力;套路编排结构、主题情节与服饰器械;音乐选配与编辑。

(2)参赛队伍的套路主题不丰富,情节较为单一;套路音乐主要以现代音乐和传统乐器进行拼接而成,整体缺乏艺术感;服饰器械各有特色,以传统为主。现阶段舞龙自选套路的创编侧重点已从难度动作创编转向主题情节、动作形式、服饰器械以及音乐选配的创编与演练。

(3)大部分难度动作得分都是满分,按照出现频率排序为:8字舞龙动作、翻滚动作、组图造型动作、穿腾动作、游龙动作。对于舞龙自选套路编排,有5支队伍使用“大横八字花慢行进”来进行中间的过渡以及前后半套的节点。

(4)少数队伍在难度动作上出现了较为明显的失误;龙体的轻微打折、起立时的附加支撑、龙珠和龙身之间的配合等都是影响动作规格的因素。

6 建议

(1)加强舞龙运动的推广与普及,使参赛主体更加多元化和规范化;套路时长可依据自身编排需要设定;自选编排过程需要更加注重艺术表现。

(2)主题情节的创编应与地域特色和时代特征相结合,动作形式需要更加多元化。服饰器械与音乐选配需要注重现代与传统相结合,参赛者需要更加关注舞龙基础技术动作。更加注重创编的合理化、创编原则的系统化、创编内容的多元化、创编过程的精细化。

(3)对于难度动作的选择,不应一味强调动作难度系数,需结合队伍实际,合理的选择难度动作,对于容

易出现失误扣分的动作进行删减,对于简单的难度动作进行合理利用,减少难度动作的失误。

(4)加强舞龙基本技术动作的练习,提高动作完成质量。只有在动作规格完整的情况下,艺术表现才会显得更加突出,整个套路编排才会体现得更加完美。

参考文献

- [1] 高换朝,张向荣. 龙狮文化传播的价值、路径与启示[J]. 当代体育科技, 2024, 14(3): 133-135.
- [2] 国际龙狮运动联合会. 国际舞龙南狮北狮竞赛规则、裁判法[M]. 北京:人民体育出版社, 2011.
- [3] 彭响,雷军蓉. 机遇与挑战:舞龙运动纳入全运会的思考[J]. 体育文化导刊, 2018(3): 39-43.
- [4] 李本一,程文广. 新时代我国舞狮运动发展研究[J]. 体育文化导刊, 2020(4): 31-37.
- [5] 谢智超. 竞技舞龙自选项目套路创编发展特征分析[D]. 昆明:云南农业大学, 2023.
- [6] 彭飞. 论竞技舞龙运动自选套路的编排[J]. 湖北体育科技, 2011, 30(4): 419-420.
- [7] 刘丽萍. 狮、龙舞套路编排中的审美价值探析[J]. 广州体育学院学报, 2006(5): 112-114.
- [8] 徐熔晨. 体育美学视域下表演性健美操编排艺术研究[J]. 文体用品与科技, 2024(5): 133-135.
- [9] 黄星星,刘希坤,黄国琴等. 竞技舞龙自选套路动作创编研究[J]. 武术研究, 2022, 7(9): 114-115, 130.
- [10] 肖洪波. 新规则修改对舞龙运动发展的影响分析[J]. 体育世界(学术版), 2010, (8): 61-62.
- [11] 薛源,王瑜. 从舞龙舞狮竞赛规则的演变看竞技龙狮运动的发展[J]. 吉林体育学院学报, 2013, 29(3): 124-126.
- [12] 陈蕾. 表现难美类竞技体育项目编排的艺术性思考[J]. 成都体育学院学报, 2014, 40(8): 73-76.
- [13] 彭响,雷军蓉. 舞龙运动的标准化发展研究[J]. 河北体育学院学报, 2017, 31(6): 92-96.
- [14] 刘丽萍. 狮、龙舞套路编排中的审美价值探析[J]. 广州体育学院学报, 2006(5): 112-114.