

舞蹈表演专业教学方法改革的探索与实践

石文娟

(天府新区航空旅游职业学院 四川 眉山 620860)

[摘要] 在舞蹈教学中,其综合素质与学员的舞蹈水平息息相关,但是在部分学校中,任课教师过于在意统一的技巧锻炼,单方面的对学生灌输式的舞蹈教学,而忽视了对学员综合能力的培养,不能与学员共同进步。这使得部分基础能力较差的学员跟不上快节奏的舞蹈教学,也使得部分艺术表现力独特的学员的天赋没有被开发出来。为提高舞蹈教学质量,促进舞蹈学员的全面发展,教师应当从课堂模式改革入手,创新舞蹈专业教学模式,全面推进现代化的舞蹈专业教育模式建设。

[关键词] 舞蹈专业教学;教学方法改革;探索与实践

引言

目前在高职院校体育舞蹈教学中,任课教师大都注重学员舞蹈技巧的培养,而忽略了对学生综合能力的培养。现今社会需要的是复合型的应用人才,舞蹈行业亦是如此。因此,教师要从改良课程教学模式入手,从实际教学情况出发,在锻炼学生身体素质的同时培养他们的人文素养,并将其融入到学生的舞台风格中去,通过一个互动性的课堂更好地帮助学生进行学习舞蹈。

1 高职院校舞蹈专业的教学重点

(一) 身体素质

虽然舞蹈教学是一种艺术性极强的体育类教学,但长时间的拉伸和舞蹈训练要求学员有一定的身体素质。对肌肉伸展能力、身体柔韧度和关节灵活性都有一定的要求,因此学员的身体素质成为了限制其艺术表现力的基础,只有具备良好的身体素质,才能驾驭更高的舞蹈技巧,展现出更为美妙的艺术表现力。

(二) 艺术素养

舞蹈是一门体育艺术,是将艺术素养融入到体育动作中的行为肢体艺术。因此学生的艺术素养影响着舞蹈的艺术表现力,在高校体育舞蹈教学中,学生主要在乐曲的艺术感知能力上有所欠缺,不能充分地感悟乐曲给予舞蹈的艺术灵魂,无法将二者完美的融合起来。音乐是舞蹈的灵魂,是舞蹈的指引,轻柔舒缓的音调要配以柔和曼妙的动作,激昂热情的旋律要配以强劲有力的动作。

(三) 人文素养

舞蹈是一门地域性很强的体育艺术,不同种类的舞蹈都有着深厚的文化底蕴来支撑其艺术表现力,种类不同的舞蹈拥有着不同的文化积淀,吸取了各自地区的民族特色,其发展趋势也暗含该地区的历史文化发展特征。因此在舞蹈教学改革中,教师要针对不同舞种的人文底蕴对学生进行强化教学,从根本上提高高职院校舞蹈教学质量。

2 高职院校中舞蹈表演专业教学方法改革的探索与实践

(一) 加强师生互动、强化基础训练

在高职院校的舞蹈教学中,身体素质是基础^[1]。帮助学生进行强化基础训练是加强师生互动模式教学的基础,也是高职院校舞蹈专业教育模式创新的基础。在基础训练教学中,教师要及时关注每一名学员的实际身体状态,根据他们的实际身体素质为他们设立独特的训练课程。在基础教学过程中,教师要放下自己的身段,将自己的地位置于与学生同等的位置,全身心地帮助学生从根本上提高他们的舞蹈学习能力。

例如,在高职院校舞蹈专业基础技能教学中,教师可以采取以下的锻炼流程。首先要加强学生的身体柔韧性训练,保证学生可以做出基础的舞蹈动作,并通过动力和静力拉伸来培养学生的身体柔韧性来挑战更有难度的舞蹈动作。其次是加强力量练习,一些大幅度的舞蹈动作需要较强的肌肉收缩能力和局部关节力量,教师要根据不同学员的身体素质制定专门的训练计划,进行诸如手臂力量锻炼,大腿力量锻炼和肩部力量锻炼等项目,提高学员对肌肉的控制能力,延展他们的舞蹈动作张力,给予欣赏者更为动感的舞蹈动作^[2]。其次是要加强学员的耐力锻炼,舞蹈教学是一个长时间的体育教学项目,大量基础的项目和舞蹈动作练

习对于学员的耐力有着一定的需求,任课教师要坚持组织学员进行耐力长跑和持续类型的游戏锻炼,以此来提高学生的基础身体素质和耐力,并有针对性地教导学生进行能量补充来帮助学生适应长期的舞蹈教学。

(二) 培养师生情感、组织音乐鉴赏

生动活泼的互动情景教学是提高舞蹈教学创新质量的重要举措^[3]。在实际教学过程中,为加强师生的联系,强化课堂教学质量,教师可以适当地进行一些情景模式下的互动教学。在舞蹈教学中,舞步的训练和肢体动作的调整离不开音乐情景的训练。因此在舞蹈教学中,音乐的鉴赏课程是培养学生舞蹈能力、提高师生之间联系的重要课程。优秀的音乐鉴赏能力是培养舞蹈艺术表现力的基础,在舞蹈表演中,舞者需要通过不断的感悟乐曲来调整动作的幅度,面部表情和舞步节奏。例如,在教学摩登舞科学教学指导第二节探戈教学指导中,教师可以根据探戈舞种的特色来播放不同的音乐,帮助学生提高他们的乐曲感悟能力,并组织学员进行乐曲方面的感悟记录。在培养学生节奏感的课程中,教师可以播放一些节奏感较强的探戈来帮助学员进行训练,组织学员分组进行音乐鉴赏和实际演练,全面推进高职院校舞蹈专业的创新教学。

(三) 师生共同发展、扩展理论教学

扩展高职院校舞蹈理论教学层面是提升高职院校舞蹈专业创新研究效率的重要举措。良好的舞蹈理论,优秀的文化基础可以帮助学员更好地理解舞蹈内涵。因此教师应当从创新教学模式入手,强化理论课堂教学质量。良好的文化基础是舞蹈学员把握不同种类民族舞蹈文化情感的基础,教师要全面提升学员的文化素质入手,让他们对古典文学、哲学、民俗学等相关专业知识有所了解,以此来更好地感悟蕴含在舞蹈类型中的人文底蕴。

例如在实际拉丁舞课程教学中,教师要针对不同学员所学舞蹈类型,适当的对舞蹈理论课堂进行教学模式的创新,由传统的单纯教学舞蹈基础理论知识转变为对学员文化素质的一个全面提升,让他们在进行舞蹈动作时可以有更为深刻的领悟^[4]。在教学牛仔舞的课程中,教师可以通过播放一些美国牛仔的视频带领学员感悟西部舞蹈风情。在桑巴舞教学中,教师可以通过向学员们展示一些美洲盛大节日的视频和图片,让学员们感受到蕴含在舞蹈中的热情与动感,从根本上强化舞蹈的基础理论教学。

结束语

舞蹈教学是一门联系舞蹈理论与舞蹈动作的综合教学,为提高教学质量,教师应摒弃传统的单向教学模式,从培养学员的身体素质、鉴赏能力、人文素养等方面入手深化高职院校舞蹈教学改革,全面推进院校舞蹈教学建设。

参考文献

- [1] 梁红梅. 舞蹈表演专业教学方法改革的探索与实践[J]. 西部素质教育, 2016, 2(10): 90-90.
- [2] 佚名. 舞蹈表演专业教学方法改革的探索与实践[J]. 大众文艺, 2018, 446(20): 217.
- [3] 杨璇. 高职舞蹈表演专业教学方法改革措施[J]. 知识经济, 2014(21): 170-170.