

形体理论在职业院校形体教学中的改进研究

王剑眉

(天府新区航空旅游职业学院 四川 眉山 620860)

[摘要] 随着我国社会不断进步和发展,对于服务类专业学生的职业素养要求也越来越高,作为培养服务业优秀人员的职业院校,需要不断提高学生的职业素养。因此,各大职业院校形体训练这门课程的开设,不仅塑造了学生良好的体态、高雅的气质,也满足了社会对职业人才提高自身综合素质的要求。形体训练课程也越来越受到职业院校的重视。本文以服务类专业专业的学生为研究对象,总结学生学习形体的现状问题,结合教学实践探索,使学生在了解形体课程中理论知识基础上,提高职业院校学生的职业素养和形体课教学的质量。

[关键词] 形体理论;职业院校;教学研究

引言

在各大职业院校中,“形体训练作为素质教育的一部分,已成为空中乘务专业学生的必修课,也是管理,旅游等专业学生的选择课程之一”。形体课作为提高学生身体的形态,培养学生优雅的气质的课程,越来越受到重视。但在形体教学中,很多形体老师会存在这样一个问题:只重视形体基本功训练和舞蹈练习,不重视形体基本知识教学。笔者通过在职业院校四年半的教学中,对形体课的教学进行了深入地思考,针对其职业院校的学生特点,进行了教学上的一些改进,以提高形体课的教学效果。

1 形体理论在形体课中的重要性

形体课的教学分为理论和实训两个部分,实训教学是“以身体练习为基本手段,通过徒手或辅助器械进行练习”,理论教学是对形体基本知识的学习,以民航运输类专业十三五规划形体训练教材为例,一般包括:人体骨骼、肌肉、人体体型分类等内容,就形体理论学习的重要性,总结出以下几点:

(一) 把握形体实训课中每个舞蹈种类的特点。

形体课实训的主要内容有基本功训练、中国舞、中国民族舞、健美操、交谊舞等多种形式的舞蹈种类,每个舞蹈种类都有自己的历史背景和特色,很多学生在跳这些舞蹈组合的时候都有一个共同的特点,跳什么都是一个味道和特色,这就是缺乏理论知识造成的,如果学生掌握好了这些理论知识,学生才能把每个舞蹈组合的不一样的特点展现出来,才不会跳出来让人感觉别扭,跑味。

(二) 学习形体的真正意义。

很多学生认为形体课的学习意义只是是塑造形体,学习各种舞蹈组合动作,特别是学习到后期,一些学生,特别是男生就会缺乏学习的主动性,因此,我们在学习形体课之前的理论知识的学习,让学生了解到形体课不只是单单的掌握各种动作,不能只是会跳舞,而是通过这些舞蹈组合的学习来提高我们的身体形态和艺术素养。

2 形体理论学习现状

(一) 学生群体学习现状

形体理论学习在形体课学习中的比例较少,一般占据整个学期课时的四分之一,而有的职业院校会直接进行实训课学习,省略理论部分的学习,显然,这么短的时间很难满足学生学习和掌握形体训练基本知识的要求,也会导致学生对理论知识的不重视。并且,职业院校的学生普遍对理论知识的学习的兴趣不浓,积极性不高,形体理论的内容过于单一化,学生因而失去兴趣。

(二) 理论教学形式单一,缺乏创新

形体课堂中许多形体老师重视实训课的练习,在理论教学中还是停留在传统教学模式中,或者只是形式化的教学,没有采取现代教学中的多媒体、网路等新科技,新手段来进行创新和突破,并且少了考试的功利性,导致学生对理论知识学习没有兴趣,对形体实训课的作用不能凸显。

3 对形体理论在教学中的改进建议

(一) 增加理论知识的讲授

实训课中的舞蹈种类背景知识在教材中是没有要求学生必学的,所以进入实训课训练之后,许多老师会直接进行单一的动

作讲授,并且对动作进行反复的训练,但是很多学生连这个动作的意思都不知道,又怎么能更好的去表达整个舞蹈组合,因此,笔者在四年半的教学实践中,在每进行一个新的舞蹈种类学习时,利用90分钟一节课当中的45分钟作为理论知识讲授,向学生讲授这个舞种的理论知识,历史背景,使学生大致对这个舞种有一个全面的了解,能在实训课中很好的利用,比如第三学期藏族舞学习当中,里面的常用的藏舞体态,如果单单让学生做这个动作,不但学生自己费力,而且也无法跳出藏族舞蹈的感觉,这个时候,我会向学生展示藏族的风貌、服装的图片,讲授藏舞的历史背景,高海拔地区,虔诚的宗教信仰让藏族舞蹈的姿态表现出弓腰,含胸的体态特征,并且还要让学生明白每个动作表达的意义以及这样做的原因,让学生知道为何要这样跳,为何这样展现舞蹈组合,如果只是单纯的学习这些舞蹈组合动作,理论知识不讲,使其失去了学习形体课的乐趣。

(二) 创新教学模式

“大部分职业院校的学生基础知识较弱,对于理论知识学习热情度不高”,所以,我们面对的的这些学生的特点,需要我们教师可以改变传统课堂教学中老师讲,学生听的理论教学模式,利用多媒体,多种手段进行教学,通过笔者在课上对学生的观察,课下与他们的聊天,结合传统理论教学与简单易懂的图案作为辅助工作,进行了一些教学上的改进,比如在第一季的第二节课人体体型的讲授中,我会把每个体型划分成与之相近的水果,让学生一看就懂,再结合自身的体型进行学习,提高学生的学习兴趣,在下次巩固复习课时,运用游戏的方式进行学习内容的抽查,让每个学生都能参与问题的回答,有参与性,抛弃学生对理论知识死记硬背的方式,提高大家学习理论知识的兴趣。

(三) 加强教师队伍的业务培训

形体教学是一个专业性很强的科目,不仅需要教师具备形体方面的知识,熟练掌握和运用形体训练方面的专业技能,还需要人体美学知识和组织教学的能力,教师自身内在和外质的素质都十分重要,学校可以定期对在职教师进行业务培训,组织教学检验,提高教学质量。

结束语

理论是一切实践的基础,只有强大有力的理论知识的支撑,才能将学付诸行动,如果只是单纯的实践,没有理论的支撑,是不能达到很好的效果,没有丰富的理论知识,我们所跳出来的动作是没有感情的。因此,在舞蹈教学中,我们要注意理论知识的学习和培养,学生应该要了解形体,感受形体,再学习形体,这才是形体教学的意义,只有掌握了这个,学生才能更好的学习形体,记忆才会更深刻,更清晰。

“形体训练的课堂上的锻炼,使学生克服身体的自然体态,获得正确的直立感,也让学生明确良好形态在服务行业和服务工作中的重要作用”全面提升了学生的气质,陶冶美的情操,提高审美品位的素质,达到培养高素质人才的基本要求。

参考文献

- [1] 刘科, 庞荣. 空乘形体训练 [M]. 国防工业出版社, 2017
- [2] 吴晓亮, 吴璐岑, 梁云云. 形体与体育舞蹈 [M]. 湖南大学出版社, 2013.