

舞蹈表演中巧妙运用舞蹈技巧的方法

罗彦

江西省上饶市广丰区文化馆

[摘要]舞蹈是一门比较丰富的艺术，它的表现形式是非常丰富的，它作为舞蹈的一个重要组成部分，通过形体的动作，向观众表达舞者丰富的内心情感。舞蹈技巧和舞蹈表演总是相得益彰和影响彼此。对舞者而言，舞技与舞蹈的有效结合，最受舞蹈艺术的追捧。概述舞技的重要性，深刻剖析舞技在舞蹈表演中的巧妙运用。^[1]

[关键词]舞蹈；表演；运用；技巧

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-6261.2020.02.751

引言：

在社会现代化高度发展的当下，人们对艺术美感的需求也大大提升，而原本固定的艺术形式单一，显然无法满足人们的审美需要。对舞蹈艺术的要求也是如此，舞蹈表演若要符合时代潮流，就需要舞技的革新与革新，使舞蹈艺术的表现力得到进一步的提高。结合传统舞技和现代手法，既可以继承传统舞技的精巧，又可以大胆创新，使舞技紧跟时代发展。^[2]

一、舞蹈技巧的意义

在研究在舞蹈表演中舞蹈技术的应用时，相关人员需要深入了解其中的概念和含义。所谓舞技，讲究的是表现舞蹈动作的手法和技巧。跳、翻、抛、伸都是舞蹈功底的具体展现。舞蹈表演中舞技的运用，对舞蹈演员的身体柔韧性、力度、肌肉控制力以及对音乐的领悟力都有很高的要求。从某种意义上说，舞蹈技术是一个需要科学整合舞蹈动作、音乐和个人表演等多种元素，将舞蹈作品的艺术感染力和文化内涵融会贯通的综合性概念。^[3]

二、舞蹈技巧概述

（一）舞蹈技巧的含义

舞蹈技巧是指正确运用人体肌肉、韧带和骨骼，在舞蹈练习或表演中，在特定的时间内创造复杂多变的动作，以表现特定的情绪或事物。舞蹈技巧主要是基于现有的情况，并以现有的条件为前提。舞蹈技法是根据舞蹈表演中必须呈现的各种时代、各种情境、各种情感，经过艺术实践和反复加工，最终形成的一种舞蹈表演形式，其难度和高级性都超过一般舞蹈。舞蹈表演中必不可少的重要环节是舞蹈功底。由于有舞蹈功底和表演的衬托，表演可谓是货真价实的艺术。^[4]

（二）舞蹈技能的基本功能

要进行舞蹈训练和表演，舞蹈功底是必须掌握的。并且在很多学舞蹈的同学中，考核他们的舞蹈水平是通过对舞蹈功底的了解和运用，所有学习舞蹈的学生都必须通过锻炼肌肉、韧带和骨骼来学习舞蹈技巧这门课程，从而达到最终目的，使复杂的舞蹈动作得到正确的运用和创造。学生通过训练，首先要有能力灵活运用一些简单的技巧，再通过训练，把技巧和舞蹈结合在一起。编舞者是编舞的主体，编舞者必须考虑在整个舞蹈的哪个阶段他应该展示他的舞蹈技巧。编舞必须采用合理有效的方法将舞蹈技巧融入舞蹈动作中，在舞蹈表演中加以运用和体现，使舞蹈表演中的人物形象和舞蹈情节得到充分展现。

展示杰出的舞蹈艺术，吸引大众的目光。^[5]

三、熟练运用舞蹈技巧在舞蹈表演中的重要性

首先，它有助于表达作品的情感含义。在整个艺术中任何艺术所蕴含的情感都占有非常重要的地位，舞蹈艺术也不例外。舞蹈艺术与作品中真实情感的表达密切相关，同时舞蹈技巧也需要达到一定的水平。有的舞者将自己的舞蹈技巧作为一种表演形式来展示，这种艺术表现形式枯燥乏味，无法感染观众。这是因为大多数舞者对情感演绎不够重视，他们的表演还没有完全成熟。成熟的舞者可以完美地展示自己的舞蹈技巧，同时也把自己的情绪融入演出当中。让故事中的人物和情感更加生动。真实的情感更能触动听众的心，从而丰富听众的情感体验。其次，对人物的塑造起着举足轻重的作用。表演时，舞者可以很好地运用舞蹈技巧，更深刻地刻画自己的性格，同时有助于调动表演的情绪，使舞蹈表演更好地深入人心，增强感染力，大大提高了舞蹈艺术的水平和水平。舞蹈功底是舞蹈表演的重要环节，也是广大观众欣赏舞蹈表演的一大目的。然而，单纯的跳舞并不能完成对舞蹈的诠释。总之，在舞蹈艺术中，舞蹈能力只是它的体现，一个舞者只有在舞蹈能力与舞蹈艺术完美结合的前提下，才能真正体现出舞蹈能力的价值。^[6]

四、舞蹈表演中巧妙运用舞蹈技巧的方法

（一）注重对作品内容的把握

舞者在表演过程中应尽量了解整首作品的情绪，只有了解现场的情绪，才能保证舞蹈最终呈现的效果。只有结合舞者的创作艺术，分析作品中每个人物的相关性，才能充分体现舞者的形象和情感。舞者在表演过程中必须使用某些动作来体现他们的舞蹈技巧。这不仅可以为整个表演定下基调，还可以为情感表达提供良好的基础。比如，《孔雀舞》在舞蹈界得到了很多人的认可，在表演过程中，舞者们将舞蹈技巧、孔雀曼妙的身姿、情感体验的故事完美结合，达到了很高的艺术水平。从手掌的技巧和手腕的轻微颤动到上半身的一般颤动，表演者整体形成了孔雀舞非常独特的弧形姿势，如孔雀的行走、流水等。表演者通过舞蹈的动静演绎充分表达了孔雀的情怀，刻画了孔雀傲慢内敛的性格，在艺术手段的表现下，人们可以充分领略到孔雀纤细的身躯和圆润的美感。表演过程中高难度的连续旋转动作并不常见，但整支舞蹈最引人注目的地方在于其民族特色和优美的技巧，最终形成了非常理想的舞台效果，受到高度评价。观众一致赞同。这个例子说明了舞蹈技巧的运用并

不一定需要很多高难度技巧的组合,更有趣的是舞蹈表演的情感线索和故事是否能够很好的融合。

(二) 注重对舞蹈表演的情感投入

首先,在进行舞蹈表演之前,要对舞蹈作品的故事、人物和情节的变化有充分的认识。并结合这些技巧,清晰地匹配剧中人物的情绪。舞者需要充分了解故事的具体走向和故事的悲凉,这样舞者才能更理想地利用舞蹈技术所表现出来的身体变化来向观众展示。不同情节中人物的内在变化,为这部作品营造出独特的艺术氛围,真正提升了作品的艺术水平。其次,在表演时,舞者要注意舞蹈表演中人物情绪的具体变化,真正融入自己的情绪。在特定的表演中,舞者必须确保自己的情绪与作品中的角色相匹配,不仅可以使许多手势,而且他们的眼睛也可以表达情绪,增强情绪表达,进一步提高舞蹈水平。只有让观众获得一定的情感共鸣,才能摆脱舞蹈的平庸,赋予作品中的人物情感。最后,舞者要对表演进行回顾和反思,关注观众的反馈,吸收更多的表演经验,优化后续的舞蹈表演技巧,逐步提高舞蹈的表演水平。

(三) 加强舞者基础教育

应用舞蹈技巧并不容易。它建立在舞者扎实的基本技能之上。西方芭蕾舞强调伸展、伸展、直立、站立,而中国古典舞则强调扭、倾、圆、唱。所以没有基本技能,学习舞蹈是很难发展的。总的来说,基本功是舞者自身的肌肉控制和肢体协调能力,循序渐进,训练方法由浅入深。如果你想拥有超群的舞技,就需要结合科学的训练方法来解决你身体的基本软开口问题,然后训练你身体的每一个关节,以完全控制你身体的每一块肌肉和关节。在此基础上进行舞蹈剧目的练习,将身体之美转化为意境之美,达到舞者与舞者合一的境界。真正的舞者只有在舞台上创造出能引起观众共鸣的表演艺术,从而提升自身的舞蹈风格和艺术水准。

(四) 舞蹈技巧的合理运用

如《邓肯论舞蹈》所述,“技能只能根据表演的内容说是出众的技能,而不是直接暴露出来的。”如果编舞者深谙此道,就不会盲目地使用无用的素材。舞蹈技能展示必须与舞台灯光、场景相结合。舞技主要是提供内容的服务和情感的抒发。优秀的舞技通过无形中透彻舞技,彰显舞技的最高境界。高级舞蹈具有一定的完美性,多方面的美。这需要很多人的共同努力。在舞蹈创作阶段,要审视和把握舞蹈动作和情感,把握核心思想。我们通过围绕作品的内容进行适当的创新,为观众呈现一出好的舞蹈。因此,在运用舞技的过程中,需要慎重选择,如果过分强调舞技,就会失去表演的灵魂,同时又要与情境和情绪很好地契合。舞蹈技巧主要是舞蹈的内在价值,在主体的情绪表现出来之前加深和强调存在。舞者应客观对待自己的舞蹈技巧,在运用技巧跳舞时不应展现自己。舞蹈并没有揭示技巧的存在,而是将舞蹈表现的内容通过主题思想传达出来,将表演的情节表现出来。技术被集成以获得观众的意识。为了呈现完美的舞蹈表演,不仅表演者需要准确理解舞蹈的含

义,编舞者还需要根据表演者的基本情况选择合适的舞蹈动作,并在各个方面共同努力,实现完美的表演。给观众一个美好的体验。

(五) 舞技与舞蹈紧密结合

舞蹈能力与舞蹈息息相关,既有舞蹈与舞技的刚性搭配,舞蹈技巧也并非毫无意义。中间。舞蹈与舞蹈技能融合的关键在于将有形技能转化为无形技能,并融入舞蹈。我们常见的一些舞蹈技巧,比如投掷和跳跃,都可以很好地融入舞蹈之中,给人的感觉不像是简单的技术的叠加,而是一个完整的舞蹈表演,其中丰富的情感表达,给人的印象是让人感动。

(六) 在舞蹈中化技巧于无形

舞蹈与舞蹈的融合应该创造出最高的层次,是一种无形的舞蹈技巧。表演舞蹈但却找不到任何舞技的痕迹。舞技如水融冰,舞技逐渐升华为舞蹈艺术,从视觉审美到更高层次的精神情感感知。要达到这样的效果,需要的并不只是编舞师的能力。还需要舞者的推理能力,舞技要完美地融入舞蹈,舞技与舞蹈艺术的完美结合是不可能的。它带给人的不仅仅是视觉上的美感,更重要的是让人在内心深处达到一种情感上的美。

结束语:

简单地说,舞蹈表演实际上是一种肢体动作,舞蹈功底是影响舞蹈水平的主要因素。只有掌握和运用舞蹈技巧,才能提高舞蹈的完美程度。在这方面,需要提高舞美编导和舞者对正确运用舞技的理解,选择最合适、最合适的舞技加以凸显。结合舞者的整体素质提供艺术观念和舞蹈。舞蹈和演员相结合才能表达角色的情绪,使舞蹈更加完美。

参考文献:

- [1]陈倩.如何在舞蹈表演中巧妙运用舞蹈技巧[J].建筑设计及理论,2018-12.
- [2]罗晓丹.舞蹈表演中舞蹈技术技巧的运用[J].中国文学,2018-10.
- [3]卡米力·衣米提.舞蹈技术技巧在舞蹈表演中的运用[J].建筑技术科学,2019-07.
- [4]谢荣婷.舞蹈技巧在舞蹈表演中的合理运用浅析[J].教育学,2018-12.
- [5]帕提玛·库尔班.浅谈舞蹈技术技巧在舞蹈表演中的运用[J].教育学,2019-09.
- [6]许炳成.浅析舞蹈技术技巧在舞蹈表演中的运用[J].建筑技术科学,2019-07.
- [7]彭亮.浅谈舞蹈表演中技术技巧的运用[J].音乐,2017-12.

作者简介:罗彦(1982.08-),女,汉族,上饶广丰,国家三级演员,本科,研究方向:舞蹈。