

高校花球舞蹈啦啦操教学的乐感训练分析

邝丽萍

(怀化职业技术学院)

[摘要]在当前的教育教学中,高校舞蹈啦啦操教学是其中的一个重要的组成部分。同时,也是大学生们喜闻乐见的一个运动项目。高校花球舞蹈啦啦操教学形式多样、内容丰富,在开展花球舞蹈啦啦操教学,为了让舞蹈动作与伴奏音乐相互融合,教师就应选用与舞蹈动作相协调的伴奏音乐,教师可采用适合于大学生的高校花球舞蹈啦啦操教学的乐感训练策略,使学生将舞蹈动作与伴奏音乐相融一体地进行展现。更加高效合理地开展高校花球舞蹈啦啦操教学。

[关键词]高校;花球舞蹈啦啦操教学;乐感训练;分析

【DOI】10.12252/j.issn.2096-6261.2021.11.1579

引言

在高校舞蹈啦啦操教学中,花球舞蹈啦啦操教学是教学中的重点与难点。在开展花球舞蹈啦啦操教学时,由于音乐的风格决定着舞蹈动作的整体风格,并会对舞蹈节奏产生直接影响。因此,通过对高校花球舞蹈啦啦操教学的乐感训练分析,教师能够从宏观层面把握花球舞蹈啦啦操教学的舞蹈动作如何与舞蹈音乐相互适应,并在教学实践中,指导学生编排舞蹈动作,在让学生深入体会舞蹈音乐乐感的前提下,使舞蹈动作与音乐乐感能够协调一致,充分展现出“舞乐”之美。

一、高校花球舞蹈啦啦操教学的乐感训练的重要性

高校舞蹈啦啦操是一个综合性的体育运动项目,其是音乐、舞蹈、体操、健美操相互融合而成的一种体育运动项目。花球舞蹈啦啦操则是舞蹈啦啦操的一个重要的表现形式,花球舞蹈啦啦操的舞蹈动作是伴随着音乐节奏来展现。因此,开展高校花球舞蹈啦啦操教学的乐感训练,在花球舞蹈啦啦操教学中具有极其重要的作用^[1]。

(一)通过音乐乐感训练,让学生体会音乐的节拍与节奏

由于高校花球舞蹈啦啦操教学,是音乐与舞蹈的融合,音乐在花球舞蹈啦啦操教学中具有重要的作用,教师应依据花球舞蹈啦啦操教学中的伴奏音乐,深入讲解音乐作品中的节拍知识,并通过播放相关的音乐作品,让学生认真细致地进行聆听,并学会分辨其中所展现出的不同音乐节拍,学习与掌握音乐节奏的变化。在进行花球舞蹈啦啦操训练时,教师应引导学生按照音乐的节拍展现舞蹈动作,对学生进行音乐乐感训练,首先,教师可通过播放相关的音乐作品,让学生在聆听音乐作品的过程中,初步感受其中所蕴含的音乐乐感。其次,教师可选取一个音乐作品片段,让学生按照音乐的节拍与节奏,相应地跳起舞蹈动作,让学生将舞蹈动作与音乐乐感相互融合,从而形成舞蹈记忆、肌肉记忆,在把握乐感的前提下,学生才能在舞蹈动作展现正确的动作节奏,真正的做到使舞蹈动作与音乐节奏相融一体,充分体现出舞蹈动作与音乐节奏的协调性与整体性。

(二)培养学生的乐感,充分展现整体性的律动美感

众所周知,所有的舞蹈都必须在乐感中,展现出自身的舞姿,促进舞蹈的发展。因此,在高校开展花球舞蹈啦啦操教学时,如果学生仅只是以身体舞蹈展现节奏运动,而未能展现出舞蹈整体性的律动美感,就不能充分展现出舞蹈的内涵与韵味。因此,教师应指导学生在舞蹈练习的过程中,必须把握好音乐的旋律与节拍,教师可通过示范教学的方式,通过舞蹈展现出舞蹈动作与舞蹈音乐是怎样达到“合拍的”。教师完成示范舞蹈之后,可让学生们进行舞蹈练习。当教师看到学生的舞蹈动作与音乐节拍不能够合拍时,就应适时地指导学生进行改进与完善,让学生通过反复多次的练习,能够初步掌握如何才能掌握音乐乐感。通过这样的学习方式,才能培养学生的乐感,充分展现花球舞蹈啦啦操整体性的律动美感^[2]。

二、高校花球舞蹈啦啦操教学的乐感训练的策略

(一)应用音乐的赏析训练,培养学生良好的乐感

在高校开展花球舞蹈啦啦操教学时,教师应明确一点,高校舞蹈教学并不仅仅是单一化地让学生进行舞蹈学习,同时,还要让学生通过对舞蹈音乐的音乐赏析学习,进一步提升学生的音乐水平。学生在学习花球舞蹈啦啦操时,可以通过舞蹈的音乐,更好地体会音乐的思想与内涵,提升自我的音乐鉴赏能力。优于高校在开展花球舞蹈啦啦操教学时,学生们在身体体能、舞蹈能力、音乐能力等方面都具有一定的差异性。在学习的过程中,一些学生能够迅速地学习与掌握舞蹈的技巧,以及音乐的内涵,而一些学生却难以理解与掌握舞蹈的技巧,以及音乐的内涵,教师必须依据学生们的舞蹈水平与音乐水平,对学生们开展音乐赏析训练,让学生们通过聆听音乐、体会音乐,促进学生音乐学习水平的发展,在学习花球舞蹈啦啦操时,由于舞蹈动作是与音乐旋律与音乐节拍紧密联系的,因此,教师不仅要教授给学生舞蹈动作,还应让学生通过音乐赏析学习,增强学生的音乐欣赏能力,让学生在基于掌握音乐旋律与音乐节拍的前提下,能够更加深切地体会到音乐本身的思想与内涵。众所周知,想要培养学生良好的乐感,并不是一蹴而就的。而是要经历一个长期的、日积月累的学习与训练过程。教师在教授学生花球舞蹈啦啦操时,不仅要教授给学生各种舞蹈动作,还要综合

应用音乐聆听、动作示范、实践练习、适时指导等多样化的方式方法, 指导学生懂得如何用舞蹈动作的方向与力度, 更好地去展现音乐的韵律感。让学生能够将音乐与舞蹈进行相互融合, 有效地培养学生的音乐鉴赏能力, 使学生们在跳起花球舞蹈啦啦操时, 不仅能够展现出舞蹈艺术的表现力, 还能够将音乐与舞蹈完美地融合在一起, 体现“舞乐”之美。因此, 通过应用音乐的赏析训练策略, 培养学生良好的乐感^[3]。

(二) 选用适合于舞蹈的音乐, 让学生感悟舞蹈乐感

由于高校的大学生来自我国大江南北不同的地域, 其音乐素养与舞蹈水平也不尽相同。因此, 在开展花球舞蹈啦啦操时, 教师不能单一化的采用固定的舞蹈伴奏音乐, 而是要按照不同的教学目标与教学内容, 班级学生的综合学习水平, 选用适合于舞蹈的音乐, 让学生能够更好地感悟舞蹈乐感。通常而言, 在舞蹈啦啦操中, 音调的悠扬轻柔、音乐节奏的强弱快慢, 会对舞蹈动作的力度、韵律产生直接性的影响, 而在相同的花球舞蹈啦啦操中, 在学生初学阶段, 教师可选用音乐节奏较慢的伴奏音乐, 如此一来, 舞蹈动作的幅度与力度就会显得较小, 舞蹈动作的难度系数也相对较小, 有利于学生更好地掌握音乐乐感^[4]。而随着学生反复多次进行练习, 学生就能够更加熟悉音乐节奏与舞蹈动作, 此时, 教师就可选用音乐节奏较快的伴奏音乐, 从而展现出较多的舞蹈动作的幅度与力度, 进一步提升舞蹈动作的难度系数, 可使学生深入地感悟舞蹈乐感。也即是当教师开展初级阶段的花球舞蹈啦啦操教学时, 可选用节奏相对较慢的伴奏音乐, 从而让学生以较小的舞蹈动作的幅度与力度进行舞蹈, 有利于学生初步感知舞蹈乐感。而在开展中、高级阶段的花球舞蹈啦啦操教学时, 教师可选用节奏相对较快的伴奏音乐, 从而让学生以较大的舞蹈动作的幅度与力度进行舞蹈, 有利于学生更好地感悟舞蹈乐感。通过这样的学习方式, 能够让学生由易到难地进行递进式学习, 通过这样的阶段性的学习, 学生们能够学习与掌握更多的花球舞蹈啦啦操舞蹈动作与音乐知识。随着学生舞蹈熟悉程度的提升, 教师可经常性的更换伴奏音乐, 从而通过音乐的变化, 增强花球舞蹈啦啦操学习的新奇感, 让学生们能够长期保持学习的兴趣, 更好地参与到花球舞蹈啦啦操教学活动当中, 从而有效地提升教学的效率与质量^[5]。

(三) 依据音乐作品的特点, 创设与音乐相互融合的舞蹈动作

在开展花球舞蹈啦啦操教学过程中, 教师应依据学生所处于不同的学习阶段, 应用与之相适应的伴奏音乐, 这样一来, 学生就能够在不同的学习阶段, 学习与掌握相应的音乐旋律与音乐节奏, 逐渐增强学生领悟舞蹈动作与音乐节奏融合的能力, 有利于学生更加深入地进行舞蹈学习。教师可依据音乐作品自身的特点, 创设与音乐相互融合的舞

蹈动作, 唯有如此, 才能让学生更好地学习与掌握花球舞蹈啦啦操的知识与技巧。按照舞蹈教学的实际需要, 通过不断变化伴奏音乐, 更好地增强教学的效果。每一套花球舞蹈啦啦操, 都具有与之相适应的伴奏音乐。如果学生在舞蹈练习的过程中, 长期聆听这种固定化的音乐, 学生们就会感到学习的枯燥乏味, 必然会缺乏学习的兴趣。因此, 为充分激发学生的学习兴趣, 促进学生的学习积极性。教师应按照学生舞蹈学习、音乐鉴赏的兴趣爱好, 选用学生所喜爱的不同的音乐风格, 开展花球舞蹈啦啦操教学。由于高校大学生较为喜欢紧跟时代潮流, 教师在教学中, 可有意识地选用一些大学生喜闻乐见的流行歌曲、摇滚音乐, 使学生能够在学习的过程中, 获得全新的感受。同时, 教师可针对舞蹈节奏较强的舞蹈动作, 依据音乐作品自身的特点, 指导与帮助学生创设与音乐相互融合的舞蹈动作。通过将舞蹈动作与音乐作品进行相互融合, 当教师利用多媒体播放各种风格的音乐作品时, 学生就能够接触到多元化的舞蹈伴奏音乐。当学生学习掌握更多的舞蹈动作之后, 就能够不断拓展自身的音乐视野, 让学生能够通过不断地学习实践, 逐渐体会到音乐作品当中的舞蹈乐感, 充分感悟音乐之美与舞蹈之美, 在音乐伴奏当中, 学生能够用心用情地展现舞蹈的思想与内涵^[6]。

结语

总之, 在当前的高校花球舞蹈啦啦操教学中, 通过对高校花球舞蹈啦啦操教学的乐感训练分析, 教师可科学合理地对学生开展乐感训练, 将舞蹈与音乐进行完美的融合, 让学生通过花球舞蹈啦啦操学习, 能够学习与掌握更多的舞蹈知识与音乐知识, 并在学习实践的过程中, 能够培养起学生良好的“舞乐”意识, 更加深入全面地进行舞蹈学习, 进一步提升学生的花球舞蹈啦啦操学习水平。

参考文献

- [1] 邢智. 浅谈高校啦啦操教学中的乐感训练[J]. 当代体育科技, 2018, 8(35): 40-41.
- [2] 武伟. 探究舞蹈啦啦操教学的乐感训练[J]. 智库时代, 2018(38): 226+228.
- [3] 王玉真. 高校舞蹈啦啦操教学的乐感训练研究[J]. 体育世界(学术版), 2017(12): 170-171.
- [4] 孙凯. 关于啦啦操融入高职健美操教学探讨[J]. 当代体育科技, 2017, 7(34): 82+84.
- [5] 林育隆. 高校舞蹈啦啦操教学中的乐感训练[J]. 体育风尚, 2017(01): 92-93.
- [6] 周丹, 宋波. 高校舞蹈啦啦操教学的乐感训练[J]. 运动, 2014(24): 99-100.

作者简介:

邝丽萍, 女, 1990.07, 汉族, 湖南, 大学本科, 讲师, 体育