

浅谈将民族民间舞作为体态律动进入中小学音乐课堂

周顾容¹ 赵梦僖²浙江音乐学院¹ 天津音乐学院²

[摘要]在当前的社会背景下,中小学教育越来越重视学生综合素质的培养和综合能力的提高。素质教育为当前的中小学教育提出了新的教育理念,为教育带来了新的发展机遇。舞蹈教育作为艺术教育的重要内容之一,对提高学生各方面素质具有重要作用。民族民间舞教育进入中小学课堂不仅仅是为了培养专业的舞蹈人才,更多的是以活动的方式去让更多的学生了解中国民族民间舞,了解中国民族民间舞的源远流长的历史,感受千百年来千万劳动人民在历史的长河之中形成并流传下来的中国文化。

[关键词]中小学舞蹈; 民族民间舞; 体态律动

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-6288.2021.12.2005

一、舞蹈素质教育

中小学大力开展素质的教育,希望实现学生德智体美劳的全面发展,从而使未来的社会得到更蓬勃的发展。舞蹈素质教育源自于素质教育,舞蹈素质教育既能培养身体,又能培养美育,同时帮助学生锻炼身体,培养感情,增强才能,是优质教育全面发展不可或缺的重要组成部分。中小学是情感生活的潜伏期,是人格形成的开始。如果我们能帮助学生发现和理解艺术的吸引力,将对他们的未来学习与生活都形成巨大的有益影响。舞蹈素质教育的普及不仅能对学生的肢体进行良好的训练,还能培养学生的审美,对心灵也是一种陶冶。学习舞蹈的学生经过长期的练习与肢体的活动,以其他人相比,会在身体协调性、反应能力与想象力都会有明显的提升。

二、达尔克罗兹体态律动

(一) 达尔克罗兹体态律动概述

达尔克罗兹体态律动认为音乐的本身离不开律动,而律动又是与人体本身是密不可分的。他认为音乐不构成不只是单纯地我们常规所理解的乐器,同时人体本身就是乐器,要进行音乐训练,对于人的体态、姿势、各种形体的动作的训练也是十分有必要的。由此,首先就必须启发学生进入乐曲的激情中去,把乐曲的节奏的顿挫、旋律的起伏转化为具体的肢体动作,节奏和声音,培养对人体极为重要的节奏感,构建身心的和谐,使孩子更加健康活泼,激发想象力,提高各方面的学习能力。

(二) 达尔克罗兹体态律动的内涵

达尔克罗兹的核心教学方式和内涵主要表现在一下几个方面:音乐教学要从身体为根本出发,以节奏的训练为教学的核心,以活动体验和自我的表达为教学的目的。达尔克罗兹对于音乐与身体的关系进入了深入的探究。他认为身体是人类认知过程中的主要载体,人类主要是通过身体去认知,感受世界。在音乐教学的过程中,身体可以将抽象的音符转化为具象的肢体表现。通过身体作为一种媒介来对音乐节奏进行表现与外化,可以激发学生的音乐本能与对于生活的热爱,促使学生提升自身的审美感受。而“活动体验”对于学生来说就像是信息的“输入”,“自我的表达”就类似于信息的输出。这样的教学模式能更好的使学生学习与掌握,并且学习的过程中也具有一定的乐趣性,更能激发学生的学习动力,同时又可以培养学生的发散性思维。

三、民族民间舞教学介入中小学音乐课堂教学的作用

(一) 了解中华民族文化

中国是一个古老的东方国家。在漫长的岁月和丰富的文化积淀中,造就56个民族。各民族有着不同的生态环境和历史文化背景。歌舞是一种人类与生俱来的本能的艺术形式。学生在学习中国民族民间舞的过程之中能够更加深刻的认识不同民族之间的文化差异,从身体层面更好的认识好感受我国不同民族用肢体语言传情达意的行为。

(二) 陶冶情操、培养审美

舞蹈教育是一门音乐与舞蹈相融合的艺术,通过聆听音乐进行舞蹈的教学可以使缓解学生的学习压力,并且可以陶冶情操。舞蹈教育的内涵就是提高审美能力,通过民族民间舞课堂

教学对还处于身心发展阶段的中小学生学习传递美的人格和思想,可以使他们的身心得到更为全面的发展。

(三) 拓展思维、培养节奏感

民族民间舞教学对于培养中小学生的发散性思维是十分有好处的,学习不同的舞蹈动作的过程之中,可以培养学生敏锐的观察力和理解能力。此外,不同的民族民间舞有着不同的节奏特性,这也可以培养学生的音乐节律感,通过舞蹈的动律来更好的感受音乐之中的节奏,培养乐感。

(四) 强身健体、增强自信心

舞蹈的学习对于学生的身体综合素质也有良好的提升。在舞蹈学习的过程之中,可以锻炼学生肢体的协调性、肌肉的柔韧性、关节的灵活性等等,为正在处于发育阶段的中小学生的身体发育打下良好的基础。并且,长期进行舞蹈的学习可以改善不良的站姿坐姿习惯,形成优良的体态,增强学生的自信心。

四、民族民间舞作为体态律动素材进行教学研究

达尔克罗兹的体态律动教学法说明了其不是舞蹈,但是从其教学方法的角度,我们可以将舞蹈的教学融入体态律动之中,从体态律动所强调的培养学生节奏感的角度出发,以节奏切分的方式将民族民间舞与体态律动相结合。中华文化五千年的传承与发展之下出现了众多的民族,每个民族都有其悠久的历史文化与风俗习惯,同时每个民族的音乐与舞蹈也都有其具有特色的节律。在将舞蹈作为体态律动介入中小学音乐课堂之中,利用民族民间舞作为最基础的元素来进行研究,以音乐课堂之中最常见的节奏型作为课堂教授的辅助手段使音乐教学与舞蹈教学相互渗透相互促进。

在整个阶段之中可分为节奏对应动作练习与自由创作学习。节奏对应动作练习主要是在对于单一节奏型的拆分与组合,拆分后了解各节奏型之中不同的节拍时值对应怎样的民族民间舞元素比较合适。对于动作和节奏型的对应组合后以音乐课堂中学习过的节奏型为基础去了解民族民间舞的动作与其动作特性,更好的将民族民间舞融入到中小学素质教育音乐课堂之中。

(一) 节奏对应动作练习

在节奏对应动作练习阶段,我们以融合民族民间舞元素和音乐节奏型的特点为主,将不同节奏型进行切分开来,进行民族民间舞动作元素的贴入,通过动作的练习来让学生了解不同的节奏,使学生更快更准确的掌握节奏感,上下身分别进行节奏性的不同动作配合,即锻炼了学生的协调性又锻炼了反应能力并且具有一定的趣味性,为在音乐课堂中介入舞蹈教学增添了乐趣和别样的思考。同时,通过节奏型来让学生学习民族民间舞动作,也可以让学生在动作基础之上更准确的了解民族民间舞动作特性。

在中小学课堂之中我们会见到的常用节奏型类型有:二个八分音符、前八分音符后十六分音符、四个十六分音符、附点、切分音符等等。再将常见节奏型进行拆分,如:切分等于一个十六分音符加一个八分音符加一个十六分音符,以此类推。由拆分后得出节奏型中主要具有八分音符、十六分音符、四分带附点、八分带附点的音符。根据得出的主要的不同时值对应动作,

(下转第3723页)

笔下的故都的秋进行一个新课导入,让学生了解到一年四季中妩媚的春天,时常给人们带来艳丽动人的美;热情似火的夏天,也能够给人们带来无穷的回味;傲然寒风的冬同样也有寒梅迎着风雪绽放。那么,郁达夫笔下的秋又是什么样的呢?当学生对这一问题产生印象之后,教师在开展本篇课文时也就更加的容易了。同样,教师在课堂教学前也应当设置教学的重点和难点,就是要求引导学生对于付诸悲凉的秋景描写进行分析。分析秋景的特点是学生对于文章的一个整体基调的掌握。可以有效帮助教师在此基础上进行问题的层层递进。同样,教师也需要要求学生掌握以情驭景、以景显情、情景交融写作手法的分析。学生在学习文章的过程中,除了需要体会作者的所想,要向读者表达的含义以外,更重要的就是要教会学生如何进行写作。以写促读,不仅可以使学生对文章内容进行深度剖析,也能够使学生在此期间对郁达夫先生的写作手法进行模仿,从而提高自己的写作能力。

在设置教学难点的过程中,教师可以要求学生通过郁达夫所写的文章字里行间对于故都的秋的赞美之情,以及从文中何处流露出其内心的悲伤之音,进行一个深层次的剖析。这样不仅可以使学生在表面的阅读理解下进行深度的学习,也能够使学生的思维得以拓展,帮助学生提高其语文思维能力。通过层层递进的教学方式,当学生了解到其悲凉伤感之音时,教师在通过引导学生推敲文中的悲凉、伤感的情调是由哪些句子而来,从而多角度、深层次地理解此文的丰富内涵,帮助学生一点一点地钻研文章,使学生的阅读能力得以有效提升。

学生在对文章进行初次阅读时的感受,其实就是一次课堂教学开始的起点。在预习阶段时期,学生所提出的问题是—座金矿。作为教师,要珍视学生在进行初次阅读时的感受,并且根据学生所提出的问题进行筛选、归纳和整合,从而形成推动课堂教学的主问题链,只有真正地启动了学生的语文思维能力,让学生

领会文本中所蕴含的深层意义,才能够有效地让学生把握语文这门学科的知识背后所隐藏着的精神内涵。

五、利用学生的误读,灵动生成真问题

指向深度学习的高中阶段语文课堂教学中应该是开放课堂、生成课堂,最终则是智慧课堂、成长课堂。因此,对于语文的问题筛选,不光是出自教师的精心预设,同样也来自学生对于教材文本的误解。通过及时捕捉误读,灵动生成最为真实的问题,可以有效促进学生对于文本的深度阅读。

课堂就是学习出错和纠错的地方,学生的误读错误是好事,给予了语文教师深层真问题的良好机遇,给课堂的教学带来了不可预约的精彩。利用误读设计问题,能够让学生与文本产生真正意义上的深度对话。学生在老师的引导下“精骛八极,心游万仞”主动地发展思辨能力、批判能力,以符合核心素养育人要求。

总结:

综上所述,指向深度学习的高中语文课堂教学要围绕有质量的问题,尊重学生的独立性,组织学生在言语实践活动中学会分析综合、联系推理、整合决策,能让学生在具体的语言实践活动中对文本的认识由模糊走向清晰,理解由片面走向全面,思维由浅表走向深入,从而实现美好心灵的滋养和人文精神的培育。

参考文献:

- [1]于雷.简约而不简单——高中语文概念考查与概念教学[J].教师,2021(02):27-29.
- [2]张传松.基于大概念的语文教学建构、实施及意义[J].语文教学通讯,2021(34):28-30.
- [3]张志强.大概念统摄下高中语文单元教学实践探索[J].江苏教育,2021(Z3):92-95.

(上接第3721页)

此处以胶州秧歌动作素材为例,八分音符的上半身可以对应各方位掰扇、拨扇、撇扇,下半身可以对应横滚步、倒丁字碾步。十六分音符的上半身可以对应胸前斜抱扇,下半身可以对应倒丁字碾步、横滚步、提拧步。附点四分音符上半身可以对应胸前推扇、洗衣服,下半身可以对应慢扭步、正丁字拧步。附点八分音符上半身可以对应大撇扇,下半身可以对应正丁字拧步。由此可见,经过拆分之后所有的节奏型其中的单一节拍有了其所相对应的动作,再将其单一节拍构成节奏型之后,可以得出不同的节奏型其所对应的不同的整体动作。例:二个八分音符可以做成两次横滚步配合上身做胸前斜抱扇,同时也可以做成两次倒丁字碾步配合上身合扇撇扇等多种方式;附点可以做成正丁字拧步加正丁字拧步退配合上半身大撇扇加胸前斜抱扇等。

这样的方式相当于把民族民间舞的教学从节奏上进行了分解,更符合中小学生学习音乐课堂,在音乐节奏的过程中去学习民族民间舞。同时也是从锻炼的角度而非训练的角度在中小学音乐课堂之中融入舞蹈的同时又感受了音乐的节奏性。

(二)自由创作学习

经历前一个阶段的学习与肢体协调性的锻炼之后,可以在下一个阶段介入音乐鉴赏的内容,除去课内鉴赏音乐之外,可让学生自行寻找喜欢的音乐进行理解和创作。此阶段的“自由”并非是完全的自由放飞创作,而是在经过前期的元素练习后,在学生对于胶州秧歌以及有了基本的认识之后,根据所对应的乐谱,进行在节奏范围内在所学素材范围内的自由组合。如在拿到一个乐谱之后,学生可以自行将乐谱中小节和小节中的单一节奏性划分出来,对应在上一个阶段所学习的民族民间舞的动作元素,进行构思与创作,进行“自由化”的编舞练习。

这样的方式极大的提高了学生在知识“输入”之后的“输

出”环节的主观能动性,对于“自由”创作的动作组合也极大地训练了学生的肢体协调性,同时又富有趣味性和思考价值。

五、总结

本次研究从节奏型出发,将民族民间舞节奏性丰富的特性与音乐课堂本身的教学性紧密结合,找寻到从音乐课堂之中的节奏型作为切入点进行民族民间舞介入中小学课堂的研究点。从节奏型特点出发的教学模式既能让学生更好的了解与掌握民族民间舞的基本动作,又能锻炼反应能力、协调能力与创作表演能力,同时又与音乐课堂紧密连接。对此,本文主要针对中小学舞蹈教学之路展开研究,并探究其相关的路径,提出了一些中小学舞蹈教学的对策与构思。将民族舞蹈教学应用于中小学生学习音乐课堂教学之中,可以提高中小学生学习舞蹈的兴趣与热情。学生们也可以更好地感受到舞蹈艺术的魅力,提升对于舞蹈学习的兴趣,提高积极性。对于培养学生的艺术嗅觉、文化素养、树立良好的身形体态以及积极乐观的精神面貌都有很大作用,促使学生全面发展。

参考文献:

- [1]褚惠子.体态律动应用在小学音乐教学中的有效方法[J].新教育,2021(29):66-67.
- [2]胡雪.体态律动应用在小学音乐教学中的作用研究[J].小学生(下旬刊),2021(10):6-7.
- [3]曹洪霞.律动教学在高中音乐课堂中的有效应用[J].青海教育,2020(11):38.
- [4]王璐.小学音乐课堂中体态律动的教学策略[J].学园,2020,13(22):107-108.
- [5]孙阳.律动教学法在小学音乐课堂的实践及运用探究[J].智力,2020(19):155-156.