

中国古典舞基本功训练体系存在的问题探索

郭翔

(广东舞蹈戏剧职业学院 广东 广州 510075)

[摘要]随着社会主义市场经济的蓬勃发展,人们的生活质量得到了普遍的提升,中国古典舞作为一种极具审美体验的舞蹈形式,在社会发展的背景下也有了更高的要求。基本功的训练作为中国古典舞教育体系当中的重要手段,在整个发展的过程中起到了至关重要的推动作用。文章通过介绍中国古典舞基本功训练体系当中存在的问题展开了论述,从而深入研究,提出发展的对策和建议。

[关键词]中国古典舞;基本功训练体系;存在的问题探索

【DOI】10.12252/j.issn.2096-627X.2021.05.1164

引言

舞蹈作为一项极具美感和表现力的艺术门类,属于高等的肢体语言的一种形式。从古至今,中国古典舞对于人们的情感表达和日常的审美体验都带来了一定的引导作用,特别是对于中国传统艺术门类中舞蹈的继承和弘扬。因此而言,唯有解决中国古典舞基本功训练体系当中存在的缺陷,才能更好地巩固中国舞蹈教学,培养出更多卓越的人才,推动中国古典舞不断发展。

一、目前中国古典舞基本功训练体系当中存在的主要问题

虽然中国古典舞蹈拥有深远的历史背景,并且在诸多领域都有所建树,具备一定的发展成效。但是由于受到传统教育手段的影响,在发展的过程中仍然存在一些不足和缺陷。

(一)基本功训练内容缺乏新意,课程衔接不到位

中国古典舞虽然得到了世界各国人们的充分肯定,但是在科技蓬勃发展的当今社会背景下,一味地运用传统的教育体系和枯燥的训练内容,不但不会起到卓越的效果,还会让学生产生乏味、厌倦学习的心理,往往理论教学和实践之间存在一定的差距,让教学的质量急剧下跌。

(二)传统的基本功训练体系单一,不利于集体教学

在传统教育模式之下的中国古典舞训练体系,往往是由教师为主体,学生为客体,学生被动地接受教师所灌输的知识内容,很难让学生发挥主观能动性,对于中国古典舞蹈的发展产生了极大地限制作用。长期的单一教学模式,会导致教师的课堂教学散漫无序,怨声载道,效率低下的现象产生。

(三)基本功训练教师自身素质的有待提高

随着社会的不断发展,各种各样有趣的舞蹈形式逐渐展现在大家眼前,人们逐渐开始对其他形式的舞蹈充满兴趣,因而导致中国古典舞蹈的专业人才匮乏,很多培训学校的专业教师也都没有对应的教师资格证书,往往以自己在一些赛事上获得的奖项作为基准,通过自己的经验开展教学活动,没有经过系统化培训的教师,往往课堂杂乱无章,缺乏趣味性,并且活动形式也单一、落后,不能与学生之间达成沟通,要么教师向学生展示舞蹈、要么灌输知识,这种以自我为中心的教育形式,极大地扼杀了学生们学习的兴趣和个性化,影响中国古典舞蹈训练体系的发展。

二、中国古典舞基本功训练体系的概述

(一)形态训练

形态训练作为基本功训练中的基础,对于静止状态和运用状态下的形态都有极高的要求,“站有站相,坐有坐相”就是我们众所周知的形态训练。通过形态的训练可以让舞蹈者在舞蹈的过程中更加富有美感,更加舒展的表演动作,对于协调性、节奏方面都之分重要,通过肢体语言将舞蹈内容想要传达的表现给观众,让动作更加优雅,更有审美体验。

(二)身体重心训练

众所周知,任何运动和舞蹈都离不开重心的训练,没有重心将会使得做出的动作极其不稳定,并且不可以施展出更多优雅的高难度动作,重心的训练是一个高难度的训练过程,不仅几年需要舞蹈者在平时的练习过程中加强训练强度,更要有专业的教师指导,掌握正确的动作技巧和动作方法,在完成一个

高难度动作时,要知道身体的中心应该偏移到那个位置,才能保障身体不会倾倒,更加稳定。通过重心的训练,不仅仅可以在表演的过程中,让动作的衔接更加流畅,更加美观,还能保障舞蹈者的身体安全,不会由于高难度动作而造成身体损伤。

(三)柔韧性训练

柔韧性训练是成为一个优秀舞蹈者的必经之路,同时也是中国古典舞蹈体系其中的一个重要基础,对于韧性的训练需要在小时候就开始培养,通过训练让舞蹈者的舞蹈天赋得到充分的释放,展示出更多的优秀的舞蹈。韧性的训练可以让舞蹈者的身体得到充分的舒展空间,展现出来更高的艺术造诣。其次,柔韧性训练可以让舞蹈者在训练的过程中更加安全,不会受到高难度舞蹈动作的侵害,并且还可以达到扬长避短的功绩,让舞蹈者自身的身体优势达到最高,对于观众的视觉体验也更佳,对于整个舞蹈的表现力也更好。

三、完善中国古典舞基本功训练体系的有效策略

(一)遵循科学的古典舞基本功训练方法和本质

中国古典舞作为中国传统文化文化当中的重要组成部分,可以提升人们的审美,净化人们空虚的心灵,同时也可以让中国的传统文化不断传承和发展的重要渠道。教师在开展训练课堂的过程当中,不能局限于古代传统的教育形式,而是要取其精华,去其糟粕,发扬传统教学当中的精华的部分运用到现代化的教育课堂当中,并且还要遵循科学的教育手段,不断吸收先进的教育思想,因材施教地开展教学,教师作为学生的导师,要发现学生身上的闪光点,也许是表情管理,也许是身体形态,让学生展现出更多属于自己个性化的舞蹈内容。其次,还要尽可能地让学生们突破极限,不断地接触更深的内容,利用动作、表情等方面,不断做到极致的效果。

(二)创新传统古典舞基本功教学模式

中国古典舞不仅仅可以让人们体验到一种视觉上的精神体验,还是对于中国传统文化的传承,向人们表现出更高的精神体验,因此培训学校在教学的过程当中就应该继承和弘扬传统文化当中重要的内容,并且推陈出新,创新出新时代背景下的中国古典舞蹈的训练模式,根据科技发展的现状创新发展内容,不仅仅需要做到理论的教学,还要在理论的基础上进行实践,将两者有机地结合起来,从而发挥出教学的本质意义。除此之外,中国古典舞蹈的基本功训练过程中,单纯地通过训练的方式是无法达到更广阔的发展空间,并且还容易造成效率低下、方法错误,起到相反的教育作用,让学生走上教育的弯路。因此,教师就应该加强与学生之间的交流,通过交流的方式让学生充满学习的积极性和信心,并且学生也要敢于向教师提出自己的问题,才能突破瓶颈期,朝着正确的道路训练,少走弯路,教师也要及时发现学生的不足,及时进行调整和指导。另外,将这种中国戏曲、西区芭蕾等等元素加入到古典舞蹈的教学过程中,实现与其他文化艺术形式的交流,从而侧面提升中国古典舞的全面发展,更具有生命活力。

(三)提高古典舞基本功教师的专业素养

教师在传道授业解惑的过程当中,连接了与学生之间纽带,对于中国古典舞蹈的传承起到了之固安重要的引导作用。

(下转第1248页)

数据库,保证其中的信息更加有效,能够使企业对研究生的实际情况更加了解,构建出完善的就业质量评价体系^[4]。再次是数据储存,因为毕业生的就业评价中会涉及非常多的数据,而在实际储存的过程中分为两种方式,线上储存与线下储存。前者重视数据的实际意义,使其能够在获取之后及时发挥出实际效果,而后者则重视提醒功能,一般是通过工作手册等方式进行数据保存工作,根据不同的需求,可以选择不同的方式。在数据保存的过程中,同样需要设置相应的加密措施,借此提高数据的安全。最后是数据的使用在大数据技术的基础上,加强数据整合效果,从岗位用人标准和毕业生的能力角度出发,提高数据利用水平,针对行业实际需求,对数据进行准确分析,为毕业生提供更有方向的就业方向,加强整体规划水平,使其能够朝向多元化的方向发展。为了进一步提高数据处理效果,还需要根据其实际情况设置安全凭证,保证数据的安全性,避免个人信息出现泄露的问题。

(四) 软件与硬件设备的优化

首先是需要优化硬件设施的性能,在大数据时代的发展下,对于硬件设施提出了更高的要求,其需要能够储存更多的数据内容,内存拓展效果更好,而且还需要保证其能够拥有更大的储存空间,使其信息存储和读取速度进一步加快。其次则是需要提高其软件的工作质量,软件系统对于就业质量评价体系的发展来讲,具有更加积极的意义。在面对有关数据的过程中,可以展开全方位的数据处理工作,而不是仅依靠硬件设备完成各项工作^[5]。软件体系同样发挥出了非常重要的作用,可以提高算法的选择效果,利用更加有效的方式进行数据分析工作,而且还能够能够在数据的基础上构建出模型,使数据处理效率进一步加快。

结论

在大数据基础上构建研究生就业质量评价体系需要从各个方面对研究生的能力情况进行分析,通过大数据,提高数据处理效果,了解研究生的实际就业情况,为今后的就业指导工作提供更大程度的帮助。在本次分析的过程中,通过针对大数据技术在研究生就业质量评价体系中利用情况进行了分析,研究了大数据在这一利用中的实际过程与最终作用,为研究生就业质量评价体系的构建提供了更大程度的帮助,也为有关工作的发展提供了积极动力。

参考文献

- [1]方长春,李蛟.大数据时代大学生就业信息服务体系构建研究[J].情报科学,2020,38(09):137-140+177.
- [2]魏玉曦.基于大数据挖掘技术的高校就业质量评价[J].现代电子技术,2020,43(07):103-106.
- [3]侯士兵,姚思含,沈延兵.大数据背景下研究生就业精准服务体系的探索与实践[J].学校党建与思想教育,2018,15(05):69-71.
- [4]梁永玲.大数据时代公安院校就业质量评价模式探析[J].辽宁警察学院学报,2017,19(04):101-105.
- [5]梁永玲.全息个人档案在人才培养质量评价体系中的应用探析[J].西北工业大学学报(社会科学版),2017,37(02):86-89.

作者简介:

赵楠(1989-),女,河北邢台人,博士,助理研究员,研究方向为高等教育学。

基金项目:河北省人力资源和社会保障研究课题“基于大数据的研究生就业质量评价”(JRS-2021-1126)。

(上接第1241页)

因此,教师在对于学生教学的过程中,需要改变传统的教育形式和教学理念,创新教学方式,从而根据具体的情况创造出的一套合理的教学模式,利用重心训练、柔韧性训练等等方式让学生不断突破极限,完成各种高难度的动作。但是由于各种因素的影响,众多培训学校当中的师资力量相对匮乏,教师没有较高的理论素养和专业能力,因此就需要不断地提升教师们的工作责任感和态度,加强教师们对待教学的态度,从而不断提升创新课堂型课堂的开展,从而让教学更加灵活,让学生们更加爱上中国传统文化当中的古典舞。

(四) 注重基础训练,增强对学生感染力的培养

在开展中国古典舞训练体系的过程当中,需要不断加强课堂的灵活性,增加对学生们的感染力。训练的过程中主要包括对于动作、神态、张力方面的训练。深扣每个细节,在舞蹈的每个细节都得到表现,这都需要扎实的基本功才能够达到的,充分的表现出舞台应有的魅力,并且还要加强舞蹈的叙事性和对于情感的表达,让舞蹈的感染力达到最佳,学生想要真正的理解中国古典舞蹈,就需要充分地植根于传统文化,在舞台上挥洒出更富有感染性的内容,让动作更具有深意,更加标准。通过基础性训练的方式,让舞蹈背后的文化内涵充分地展现出

来。

四、结束语

综上所述,中国古典舞作为中国传统文化当中的一部分,对于基本功训练体系的过程中重点还是在于对于舞者的自身修养,需要要求舞者的姿态、动作、神态等等都符合舞蹈所要表达的内容,才能在舞台上尽情地挥洒出舞蹈本身的魅力,表达出文化的精神魅力,表达出独有的美感。如果舞者在表现的过程中过分地生硬,肢体不协调,将会丧失舞蹈本身所要表达的美感,这样的舞蹈是极其失败的,因此我们需要通过各种科学的组合方式,表现出中国古典舞蹈独有的魅力所在。

参考文献

- [1]颜敏.中国古典舞基本功训练体系问题探析[J].艺术科技,2014(8):175-175.
- [2]毛侃.中国古典舞基本功训练体系问题研究[J].乐府新声,2015,033(002):200-201.
- [3]陈晓鹏.中国古典舞基本功训练对中国民族民间舞教学的价值探究[D].中南民族大学,257-258.
- [4]郝思蕊.中国古典舞基本功训练——中专阶段身体语言与功能性训练[J].音乐时空,2019,000(018):127-128.