

# 舞蹈表演中舞蹈技术技巧的有效应用

常晓野

(辽宁歌舞团(辽宁民族乐团) 辽宁 沈阳 11000)

**[摘要]**舞蹈是艺术的一种表现形式。通过舞蹈动作,可以将表演者的内心世界展现给观众们,同时给观众美的感受。在舞蹈表演中,舞蹈技术技巧是非常重要的,巧妙的技巧可以使舞蹈表演更具魅力和感染力,赋予舞蹈灵魂。本文就舞蹈表演中舞蹈技术技巧的有效应用,做了深入的分析与探讨。

**[关键词]**舞蹈表演;舞蹈技术;技巧

**[DOI]** 10.12252/j.issn.2096-6261.2020.12.372

舞蹈是一门有着悠久历史的行为艺术。现在越来越多人学习舞蹈,成年人将舞蹈作为缓解压力的方式,学生将舞蹈作为自己未来高考上分的工具。但是也有专业的舞蹈家将舞蹈作为艺术表演,以舞蹈动作作为讲述某一个故事的方式。舞蹈是一种表演艺术,是需要舞者通过身体来完成各种高难度的动作,加上音乐的伴奏,舞者需要通过有节奏性的动作来表现这段音乐的内涵,所以舞蹈表演的特性就是它需要借助很多外在因素来完成表演,既可以借助音乐也可以借助其他的道具。舞蹈表演作为人们情绪的一种传承,应该做到对舞蹈动作的把控和对舞蹈表演的严格要求。这样才能让舞者融入舞蹈表演中,观众也能随着舞者的动作进入舞蹈表演的世界。

## 一、什么是舞蹈技术技巧

舞蹈表演者在进行舞蹈表演的过程中通过骨骼、肌肉和韧带的协调来完成一系列动作,并在完成动作的过程中对于舞蹈所蕴含的情感进行表达,这个过程就被称为舞蹈技术技巧。舞蹈技术技巧实际上是舞蹈表演者对于舞蹈的艺术创作能力和舞蹈表演者本身的技术能力的一种集中体现,同时也是对于舞蹈中的美进行表现的一种主要形式。从形式上来看,舞蹈技术技巧是丰富多样的,有着非常多变的风格。但是不管舞蹈技术技巧怎样变化,其最终目的仍然是要能够有效的融入到舞蹈表演当中,从而实现舞蹈表演与其所要表现的情感得以完美的融合,进而提升舞蹈的表现力和美感<sup>[1]</sup>。任何舞蹈技术技巧都需要长期的训练才能够完成。

## 二、舞蹈技术技巧在舞蹈表演中的应用分析

这里所说的舞蹈技术技巧并不仅仅是指一些高难度的舞蹈动作,同时也包含对于人物性格的一种表现,而对人物性格的表现往往会更加困难,所以需要通过对舞蹈技术技巧的合理使用来更好的完成这个过程。舞蹈表演通常是通过表演过程本身来展示出舞蹈所具有的魅力,让观众能够感受到其中所蕴含的美感,所以在进行舞蹈创作过程中就需要运用到一些舞蹈技术技巧,使得舞蹈表演本身能够具有更大的生动性和灵活性。舞蹈技术技巧中的高难度动作往往是以翻、转、跳等动作为基础,通过对这些动作的使用来对舞蹈中的情感进行烘托和增强。需要注意的是,在使用舞蹈技术技巧时不能够一味去追求高难度,舞蹈表演并不是高难度动作越多就越好,而是要把舞蹈技术技巧与舞蹈表现进行有效的融合,使得舞蹈技术技巧的运用能够成为舞蹈表演的助力,提升舞蹈表演的艺术价值。在舞蹈技巧的实际应用过程中,会存在各种各样的问题,例如过于关注技巧的使用或者技术技巧基础不够扎实等等,这些问题都会对舞蹈表演的呈现产生负面影响。舞蹈是一门艺术,同时也是一种技术,需要舞蹈表演者具有非常扎实的舞蹈技术技巧功底,这样才能够对舞蹈创作过程中应对各种动作上的挑战。从目前的情况来看,很多舞蹈表演者的技术技巧基础不够扎实,柔韧度也没有达到应有的标准,这些因素都会对于舞蹈的实际表现形成负面影响。但是如果过于看重舞蹈技术技巧,又会忽略掉其他方面的因素。因此,对于舞蹈表演者来说,技术技巧虽然非常重要,但是却不能仅仅看重舞蹈技术技巧,而是应该对其进行合理应用。

在进行舞蹈表演的过程中,不应该是舞蹈技术技巧的简单

叠加,而是应该注重对舞蹈情感进行表现。舞蹈情感的表现应该以一定的舞蹈技术技巧为基础,技术技巧难度再高的舞蹈,如果没有灵魂也无法打动观众。想要在舞蹈表演的过程中充分的发挥出舞蹈技术技巧的作用,就要做好一系列的工作,具体包括以下几个方面:

首先,要使得舞蹈表演与舞蹈技术技巧实现完美的融合,才能够更好的体现出舞蹈技术技巧的价值,从而在舞蹈表演过程中更好的展现其中的内涵。也就是说,优秀的舞蹈作品需要合理的运用舞蹈技术技巧,将其恰当的融入到舞蹈情感表达过程中,与舞蹈所要表现的内容进行融合。只有对舞蹈内容进行深入的体会,才能够更好的发挥出舞蹈技术技巧的作用。

其次,在对舞蹈技术技巧的应用过程中,要能够在舞蹈表演时把其化为无形,避免生搬硬套。舞蹈表演的最高境界就是舞蹈与技术技巧的有效融合,在舞蹈表演过程中通过舞蹈技术技巧来实现真情的流露,逐渐达到忘掉舞蹈技术技巧的层次,最终实现最高的舞蹈表演境界。

最后,在对舞蹈技术技巧进行应用时,应该利用正确的方式,只有正确的看待舞蹈技术技巧,才能够更好的发挥出其应有的作用。因此,舞蹈编导和舞蹈表演者应积极的去提升自身的舞蹈意识,通过正确的方式来看待舞蹈技术技巧。一些优秀的舞蹈编导通常会在进行舞蹈创作时,注意结合舞蹈表演者的素质和条件来从舞蹈内涵进行入手,把舞蹈与舞蹈表演者本身结合在一起,避免舞蹈的创作内容会暴露出舞蹈表演者身体素质上的缺陷,从而实现更加完美的舞蹈表演。

## 三、舞蹈技术技巧的未来发展趋势研究

舞蹈技术技巧的发展应以舞蹈本身的艺术性为基础,不管是现在还是未来,舞蹈技术技巧的发展都是为了使舞蹈本身得到进一步的发展,并能够使舞蹈具有更加鲜明的风格特点及更加强烈的表现力。所有事物都是一直在发展的,舞蹈也不例外,舞蹈技术技巧的未来发展必然会向着更加精细、多样的方向发展。随着人们的欣赏水平逐渐提升,舞蹈技术技巧难度也会不断增大,从而使得舞蹈表现力得以提升,给予人们更好的观感体验。舞蹈技术技巧的合理应用在舞蹈表演过程中是非常重要的,只有合理的使用舞蹈技术技巧,才能够使得舞蹈表演者的身体得以自由舒展,从而在表演的过程中做到灵活自如,实现舞蹈表演者的身心合一,为观众带来完美的舞蹈表演。

## 四、结语

综上,舞蹈技术技巧是舞蹈表演的灵魂,作为舞者,一定要熟练掌握技术技巧的应用,才能使自己的表演更具感染力,带给观众们最优秀的舞蹈作品。

## 参考文献

- [1]陈婷婷.舞蹈技巧在舞蹈表演中的合理运用[J].品牌研究,2018,04:119+121.
- [2]杨畅.舞蹈技巧在舞蹈表演中的合理运用研究[J].艺术评鉴,2018,12:61-62+86.
- [3]王艺霖.分析舞蹈表演中技巧动作与内心情感的和谐统一[J].青春岁月,2018(35):43.
- [4]回冬颖.分析舞蹈表演中情感表达的重要性[J].北方音乐,2018,38(15):238.