

# 探析舞蹈高考中的舞蹈教学

温丽彬

(江西省石城县赣源中学 江西 石城 342799)

**[摘要]**近几年我国社会经济水平不断进步与发展,人们更为注重生活品质和艺术素养的提升,近几年艺术类的高考竞争也更为激烈,艺术类的专业考试也更为严峻。如何在激烈的考试竞争中脱颖而出成为艺术教师教学的难题,也成为艺术生所面临重点要解决的问题。对此,以下内容将重点探析舞蹈高考中舞蹈教学的策略与方法,舞蹈教师也要为学生创建高效的高考教学课堂,促使学生能够在激烈的考试竞争中脱颖而出。

**[关键词]**探析;舞蹈高考;舞蹈教学

**[DOI]** 10.12252/j.issn.2096-6261.2021.05.1749

## 引言

高考中艺术生的文化分数线要求较低,近几年很多学生都将艺术类报考作为上大学的一种途径,但近几年通过对艺术类文化分数录取线进行分析,其分数线数值不断提升,艺术类高考的竞争也更为激烈,艺术类专业课考试的形式也更为严重。其问题的产生对教师和学生都是新的挑战 and 考验,教师要根据艺术考试形式的变化转变教学方法和教学观点,确保学生能够通过其教育在高考中获得较高的成绩,为学生未来的艺术生涯奠定良好的基础。

## 一、强化基训

舞蹈训练中最为注重舞蹈基本功的训练,舞蹈的气质和舞姿也是考试中的重点内容。在进行强化基训的过程中,教师要注重培养学生吃苦耐劳的坚毅性格,也要告知学生舞蹈基本功训练的辛苦,更要让学生明白艺术考试的残酷,让学生的内心能够重视舞蹈基本功的训练,避免学生在基本功训练中急功近利。学生要想通过舞蹈艺术考试考上自己理想的学校,就要在训练中更为刻苦,学生在基础训练的过程中还要具备迎难而上的信心,进而为学生基本功提升奠定良好的基础<sup>[1]</sup>。

例如在基础训练的课堂中,教师要由浅入深的对学生进行基本功训练引导,让学生的身体先拉开,提高学生的柔软度,学生的灵活性、柔韧性、开度等都得到提高,进而能够为学生舞蹈技巧和舞蹈气质提升奠定良好的基础,也能够让初学者更快的参与到舞蹈技巧训练中,也能够为舞蹈高考做充分的准备。

## 二、技能技巧课训练

舞蹈技能技巧课训练包括的内容较多,主要以舞蹈素质训练、地面技巧、空中技巧等为主,教师要根据学生的能力、特点以及学习舞蹈的时间和考试的时间针对性的制定技能技巧训练,让学生在训练中能够符合自身的舞蹈能力水平,进而学生在训练中也能够掌握舞蹈技能技巧,并灵活的运用到舞蹈演绎中。我国舞蹈技能技巧中阿博涵了体操、戏曲、杂技等多种技能技巧,将其灵活的创新并融入到舞蹈教学中,进而形成舞蹈艺术形式。舞蹈技能技巧主要有小跳、大跳、点步翻身、大步翻身等,教师要根据学生舞蹈基础的能力水平适当进行技巧训练,进而为学生舞蹈高考的表演奠定基础保障。

在舞蹈技巧的训练过程中,教师要对学生的基本功进行测试,其中包括学生的力度、韧性、柔软度、弹跳力等等,教师要根据学生的基本功对学生制定详细的技能训练。部分学生的力度感、弹跳力的基本功较为优秀,教师可以在技能训练中增加高难度的翻腾、地面滚动等技能动作,让学生能够循序渐进的提高自身的舞蹈技巧,例如学生的柔韧性和柔软度较为优秀,教师可以增加旋转、翻身等技巧训练。针对性技能技巧训练更利于学生舞蹈技能的提升,也能够为学生构建高效的舞蹈技能教学课堂。

## 三、舞蹈能力的培养

学生通过舞蹈基本功的学习与训练之后,教师还要对学生的舞蹈素养水平和舞蹈能力进行培养,舞蹈能力是指学生能够自如的将所学习的舞蹈基本功和舞蹈技能技巧在舞蹈表演中

灵活运用,提高舞蹈表演的美感和艺术氛围,其中也包含了情感的调动能力、舞蹈动作的展现能力和想象力等等。在培养学生舞蹈能力的过程中,教师可以以舞蹈体态、气息、神韵等内在的练习进行,让学生能够静心融入,根据舞蹈音乐调动自身的内在情感,确保学生在舞蹈表演的过程中能够更为专注、专心,学生也能够完全的融入到舞蹈氛围和音乐中,学生的舞蹈动作和内在情感能够更好的融合<sup>[2]</sup>。

在舞蹈身法的运用中,学生要了解舞蹈的多种形式以及舞蹈音乐的神韵变化,让学生能够通过意境以及神态更好的传递要表演的内容和舞蹈,这样的舞蹈更具有感染力,也更能够吸引人。学生舞蹈能力的提升,更利于体现舞蹈生的艺术气息和素养水平,也能够为我国培养更多的舞蹈艺术家。

## 四、因材施教

舞蹈学习是需要一定的天赋以及后天刻苦的训练,每个舞蹈生先天舞蹈天赋和后天的努力都不相同,进而教师在进行舞蹈教学的过程中要对学生的艺术素养水平和舞蹈基础能力充分了解,并根据不同的学生的舞蹈能力制定不同的舞蹈教学内容。因材施教的教学方法更利于推动每个学生在舞蹈训练中都能够有所进步,每个学生的天赋和优势也都能够得到训练与培养,学生的特长也更为突出,也能够成为学生未来在艺术道路上发展的闪光点。在舞蹈艺术的教学中,教师要格外注重训练学生的基本功和舞蹈的耐力,从基础的舞蹈技巧动作开始训练,每名学生的舞蹈基础更为扎实,更利于学生未来的发展。

## 五、临场发挥的心理素质培养和训练

舞蹈的学习都是为文艺演出和文艺表演做准备,学生从课堂走向舞台的过程也极为重要,很多学生在课堂中的舞蹈练习很灵动也很具有感染性,但在舞台上学生就不能稳定发挥。对此,教师在课堂教学中还要培养学生的心理素质,为学生舞台演出做准备,并制定有效的训练内容,进而提高学生舞台表演能力。

教师在日常课堂训练的过程中,也可以为学生构建舞台表演的氛围,让学生能够逐步适应舞台表演,进而学生在舞台上也能够稳定发挥,将最优秀的一面展现出来。教师可以定期举办班级舞蹈汇演活动,邀请学生的家长作为观众,让学生逐步适应舞台表演的感觉,也为学生未来高考表演奠定舞台基础,也能够积累更多的舞台经验。

## 结束语

在舞蹈教学课堂中,教师要转变传统的舞蹈教学观点和教学方法,根据现今社会艺术舞蹈形式的发展和高考形式的变化创新有效的舞蹈教学方法,进而为学生构建高质量的舞蹈教学课堂,也能够提高学生的舞蹈能力和艺术素养水平,也为学生高考和未来的舞蹈艺术发展奠定良好的基础。

## 参考文献

- [1]刘继霞.探析舞蹈高考中的舞蹈教学[J].商情,2018,(2):212.
- [2]张蕾.舞蹈特长生高考备考策略与实践[J].西部素质教育,2018,(15):229.