

# 舞蹈技术技巧在舞蹈表演中的运用研究

李佳音

(四川大学艺术学院, 四川 成都 610225)

**[摘要]**舞蹈是一种能够塑造人物性格、传达人物思想感情的艺术形式,可给观众带来美的感受。舞蹈作品中,舞蹈演员应具备控制、柔软、旋转、跳跃等基本技术技巧,从而赋予舞蹈灵魂,使舞蹈表演更具感染力和魅力。本文将对舞蹈技术技巧在舞蹈表演中的运用进行探究。

**[关键词]**舞蹈表演;舞蹈技术技巧;运用;重要性

**[DOI]** 10.12252/j.issn.2096-6288.2021.08.881

## 引言

舞蹈以人体动作为载体,反映社会生活、展现人们内在精神世界,具有多元化的意义和作用。在舞蹈作品欣赏中,我们能够通过舞者的精湛的技术技巧和灵活的肢体语言,感受到舞蹈的艺术魅力,理解其中的情感内涵。一定的技术技巧,是舞者完整呈现舞蹈作品的关键所在,是舞蹈表演的重要组成部分。当前,部分舞者仍然存在技术技巧运用不合理、技术技巧滥用等问题,使舞蹈艺术表现力大幅度降低,难以吸引欣赏者目光,从而影响舞蹈表演质量。在舞蹈表演中,如何运用舞蹈技术技巧,已成为舞蹈表演者重点思考的问题之一。

## 一、舞蹈技术技巧概述

旋转、跳跃、翻腾、柔软、抛接等均为常见的舞蹈技术技巧,舞蹈表演者需具备较为柔软的韧带和较强的肌肉强度,才能实现上述舞蹈技术技巧。需要注意的是,舞蹈技术技巧不能脱离舞蹈表演,也不能将其作为舞蹈表演的唯一主题,应将其作为点缀,随着舞蹈风格的变化,灵活调整舞蹈技术技巧。总而言之,舞蹈技术技巧具有如下特点:一是情感性,在有效传递舞蹈作品情感的同时,舞者还应积极投入自身情感,保持充沛的情感,并将二者紧密联系,通过舞蹈动作,带动现场观众情绪,切实优化舞蹈表演水平<sup>[1]</sup>;二是感染力,能否引发观众精神功能,是评价舞蹈表演质量高低的重要标准,而舞蹈技术技巧的运用,能够做到准确传达作品情感,吸引观众进入营造的特殊意境中,并在潜移默化中,影响观众对舞蹈作品的认识;三是技术性,扎实的舞蹈基本功及过硬的综合素质,是舞者实现不同场景演绎、展示舞蹈技术技巧的基础,因此其具有明显的技术性<sup>[2]</sup>。

## 二、舞蹈表演中运用舞蹈技术技巧的重要性

### (一) 更好的传达作品的情感

情感的投入和舞蹈技巧的运用是完整呈现舞蹈作品的关键。情感投入及舞蹈表演者将作品表达的情感及自身情感体会相结合,通过肢体语言来表达。舞蹈技术技巧能够帮助舞者表达作品蕴含的意义和情感,促使观众更直观的理解,合理运用舞蹈技术技巧,不仅能够做到这一点,还能起到烘托情感氛围、深化观众感受的作用。例如,《爱莲说》是我国传统古典舞蹈,舞者通过肢体语言,表现出如君子般刚硬坚强、如莲花般娇柔曼妙,才能获得较好的演绎效果。借助舞蹈技术技巧,舞蹈表演者能够完美表达这篇文章的深层含义,随着音乐节奏的变化,表达出时而羞涩、时而欢快、时而奔放,欣赏着仿佛通过舞蹈,就能感受到荷花傲然独立、不卑不亢、出淤泥而不染的君子品格,体会到周敦颐写《爱莲说》时的心境<sup>[3]</sup>。再例

如,古典舞《扇舞丹青》以扇子为道具,将舞扇动作、武术动作、书法动作等传统文化融为一体,旨在体现我国书法艺术的神韵之美。舞蹈表演者仅用一把纸扇,就能表现出“似剑非剑”“似扇非扇”“舞中有画”“画中有舞”的意蕴,通过错落有致、抑扬顿挫、刚柔相济的舞蹈动作,营造稳重、灵动、飘逸、洒脱等不同效应,达到了完美的舞蹈艺术境界,令观众目不转睛,真正感受到了舞蹈艺术的魅力<sup>[4]</sup>。由此可知,舞蹈技术技巧与舞蹈作品所表达的情感密切相关,贯穿于整个表演过程,除了场景创设和音乐节奏外,舞蹈技术技巧的准确运用,也会直接影响作品情感表达。

### (二) 提升舞蹈表演艺术效果

合理运用舞蹈技术技巧,可全面提升舞蹈表演艺术效果。以我国古典舞蹈为例,古典舞蹈历史悠久,其中夹杂着杂技、戏曲、武术等多种舞蹈技术技巧,大大增强了舞蹈美感和作品内容的丰富性,从而更好地实现情感表达。在《边关沉月》舞蹈表演中,融入武术动作,借助有力度的跳跃、翻转等技术技巧,有利于舞蹈人物形象的刻画,可充分展现戍边战士的训练生活,给观众带来更为震撼的视听体验。同时,随着舞蹈表演文化的发展,舞蹈技术技巧也随之更新,将传统文化动作及创新元素与舞蹈技术技巧进行整合,能够进一步增强舞蹈动作的表现力,提高整体舞蹈表演艺术效果<sup>[5]</sup>。不仅如此,舞者的肢体动作是观众对美的最直观体验,其核心就是舞蹈技术技巧,舞者利用肢体动作表现集中、强烈的舞蹈语言,塑造鲜明的艺术形象,充分体现形式美。由此可知,舞者具备一定的舞蹈技术技巧,才能熟练掌握舞蹈动作,并从美学角度,修饰舞蹈动作、确保动作之间的连贯性,从细节和整体两个方面,给人以美的感受<sup>[6]</sup>。

## 三、舞蹈表演中舞蹈技术技巧的合理化运用

### (一) 重视协调性培养,扎实舞蹈基本功

扎实的基本功和良好的肢体协调性是掌握舞蹈技术技巧、提高舞蹈表演效果的基本要求。舞者应从身体协调性出发,更好地把控舞蹈节奏,保证舞蹈姿态,在作出具有一定技术要求的舞蹈动作时,做到稳、准、快,确保步伐和肢体动作的一致性,给观众带来视觉冲击及美学体验。同时,重视舞蹈技术技巧的弹性变化,在舞蹈表演过程中,处于身心协调、身心放松的状态,科学的控制舞蹈节奏感,全身心投入舞蹈活动,最大限度展示舞蹈美丽,增强舞蹈表演的综合效果。不仅如此,受舞蹈风格影响,其基础表演动作也存在一定差异,古典舞蹈中,多应用手绢、扇子完成舞蹈动作,这就要求舞者熟练掌握八字绕扇、拨扇、推扇等基本功。以舞蹈作品《母亲》为例

[7], 该作品并无高难度的舞蹈技巧, 而是通过简单的舞蹈技巧和肢体语言, 塑造一位慈祥、常年劳作的母亲形象, 传达含蓄、深沉的情感特点, 给观众留下深刻印象。在作品表演过程中, 舞者多数动作相对迟缓, 曲膝弯腰、上身前倾等更是该舞蹈的经典动作, 但也有动作柔和、脚尖轻点、跑动等技巧的表演, 更贴合藏族老阿妈的真实生活, 这也对舞者表达能力提出了更高的要求。因此, 应加强对舞者的基础训练和协调性培养[8]。

### (二) 重视技巧运用, 丰富舞蹈表演内容

舞蹈表演者想要吸引观众眼球、产生良好的视觉冲击力, 应合理运用舞蹈技术技巧, 进一步丰富舞蹈表演内容, 切实提升舞蹈作品情感性和艺术性。舞者应准确认识到舞蹈表演的本质, 在予以观众感官体验的同时, 向观众传递情感和信息, 促使其深刻感受舞蹈艺术魅力。经长期实践可知, 舞者明确舞蹈表演本质、掌握一定的舞蹈技术技巧后, 才能在舞蹈表演活动中, 更好地展现自身价值, 实现技巧和情感的游记结合, 突出舞蹈表演的艺术效果, 赋予舞蹈作品全新的生命力量。在很多舞蹈作品表演中, 添加华丽、复杂的舞蹈技巧, 使得表演内容看似丰富, 但却忽视了人物性格表现、人物性格刻画等方面的重要性, 使得舞蹈作品内涵缺失, 出现舞蹈作品主题不明显、人物性格刻画不细致等问题, 虽然欣赏价值较高, 更能吸引观众注意, 但作品整体质量不高。若舞者合理运用舞蹈技术技巧, 注意人物性格诠释以及音乐、剧情、舞台环境的配合, 可直接提升舞蹈审美境界及艺术层次, 为观众提供有情感意义、舞蹈技巧的完整作品[9]。随着经济社会的飞速发展, 对作品认真负责的态度、艺术境界的提高、舞蹈技巧的合理运用, 才是舞蹈艺术实现健康发展的关键。

### (三) 重视细节把握, 提升舞蹈表演质量

不同的舞蹈表演形式在艺术表现力、肢体动作等方面, 均存在明显差异。想要完成艺术性较强、高质量的舞蹈表演活动, 必须从控制舞蹈细节着手, 合理音乐舞蹈技术动作, 更好地把握动作细节, 以此充分显现舞蹈的艺术性和灵动性, 对舞蹈作品情感进行多元化诠释。因此, 舞蹈表演者应高度重视技术技巧应用细节, 对其进行优化和设计, 例如, 在挥动手臂过程中, 应与其他舞者保持一致, 牢记肢体接触点及挥动高度、幅度, 尽可能优化舞蹈技术技巧的应用, 有效传达舞蹈作品情感, 切实提升舞蹈表演活动的效果和艺术美感。同时, 还应重视舞蹈道具使用、舞蹈音乐节奏配合等细节。以舞蹈《山鹰之邦》为例, 为展现塔吉克图腾鹰的雄伟姿态以及翱翔于山峦之间的动作, 该舞蹈中加入了翻转、旋转、跳跃等技术技巧, 将鹰拟人化, 充分展现鹰的高傲情感及身姿身形, 模拟鹰俯瞰、飞越大草原的情景, 在此过程中, 舞蹈表演者不仅需严格控制舞蹈技术细节, 还需注意与音乐和背景道具的配合, 以便于观众感受、理解舞蹈表达的实质内容, 对舞者刻画的人物形象产生深刻记忆, 并从中获得精神享受[10]。

### (四) 充分掌握人物特点, 表达作品情感

每一部舞蹈作品都有着特殊的情感内涵及人物形象, 舞蹈表演者充分掌握人物特点, 仔细揣摩作品情感, 并将自身的

情感体会投入到舞蹈表演中, 才能深深地吸引观众。首先, 舞者应通过查阅文字资料、观看纪录片等方式, 全面了解舞蹈作品的背景, 透彻的理解故事内容。其次, 代入个人情感, 设身处地体会故事人物情感, 充分发挥自身想象力, 解决人物特点和作品情感理解这一难题, 明确自身角色与其他角色之间的关系。最后, 加强对白练习, 选择安静的环境, 在脑海里模拟故事情节, 并对相应的舞蹈动作、技术技巧进行练习, 促使舞蹈表演者认知水平及舞蹈技术技巧不断提升。此外, 还可通过与其他演员合作练习的方式, 弥补单纯角色练习的不足, 促使舞蹈表演者更好地掌握人物情感。以舞蹈《雀之灵》为例, 舞者在熟练掌握舞蹈动作的同时, 还应深入分析、研究孔雀这一舞蹈形象, 重点关注孔雀高贵冷艳形象的塑造, 明确其脚步轻盈、腰肢柔软、手指灵活、眼神冷艳等特点, 合理运用舞蹈技术技巧, 将自己代入孔雀这一形象, 进一步提升舞蹈作品的灵动性, 让观众感受到鲜明的舞蹈人物形象[11]。

## 四、结束语

舞蹈表演与舞蹈技术技巧间存在紧密联系, 根据舞蹈表现形式, 运用舞蹈技术技巧, 将其进行有机整合, 能够准确传递舞蹈核心主题, 表现出人物鲜明的情感特征, 充分体现舞蹈艺术的魅力, 促使观众获得情感共鸣。为达到这一效果, 舞蹈表演者应扎实基本功训练, 不断提升自身协调性, 在全面了解舞蹈表演实质的基础上, 深入分析、精准刻画舞蹈人物形象, 恰当选用技术技巧, 从而起到展现舞蹈艺术价值、吸引更多受众的作用。

## 参考文献

- [1] 冯菲. 舞蹈技术技巧在舞蹈表演中的运用[J]. 艺术大观, 2021(28): 109-110.
- [2] 王晓丹. 舞蹈技术技巧在舞蹈表演中的运用[J]. 中国民族博览, 2021(15): 134-136.
- [3] 王芳. 浅析民间舞技术技巧在民间舞蹈表演中的运用[J]. 大众文艺, 2021(06): 104-105.
- [4] 刘晋阳. 舞蹈技术技巧在舞蹈表演中的运用[J]. 传媒论坛, 2020, 3(13): 163-164.
- [5] 李梦迪. 民间舞技术技巧在民间舞蹈表演中的运用研究[J]. 艺术品鉴, 2020(11): 219-220.
- [6] 平措. 论舞蹈技术技巧在舞蹈表演中的运用[J]. 中国文艺家, 2019(10): 162+164.
- [7] 宁冬. 舞蹈技术技巧在舞蹈表演中的运用探讨[J]. 戏剧之家, 2019(28): 94.
- [8] 李荣. 舞蹈技术技巧在舞蹈表演中的运用思考[J]. 中国文艺家, 2019(08): 44-45.
- [9] 黄爽. 舞蹈技术技巧在舞蹈表演中的运用分析[J]. 北方文学, 2019(15): 102-103.
- [10] 刘香君. 浅谈技术技巧在舞蹈表演中的运用[J]. 新课程研究, 2020(36): 100-101+104.
- [11] 张金鹏. 舞蹈表演中舞蹈技术技巧的应用研究[J]. 艺术家, 2020(06): 121.