

高校舞蹈教学中提升学生舞蹈表现力的途径探索

李嘉源 陈丽竹

吉林艺术学院 吉林省长春市 130000

摘要:舞蹈表现力是整个舞蹈表演的灵魂,强调了舞者要有一定的舞蹈技巧,同时重视情感表达引起关注共鸣。在高校舞蹈教学中,教师也要关注提升学生的舞蹈表现力。分析现阶段影响舞蹈表现力的具体因素,采取适当的教学方法,实现传统教学的创新,促进学生综合素质的提升。鉴于此,开展本文的研究工作,主要分析高校舞蹈教学中提升学生舞蹈表现力的重要性和影响学生舞蹈表现力的具体因素,并提出几点有效的教学策略,以为高校的舞蹈教学提供参考。

关键词:高校;舞蹈教学;舞蹈表现力

高校舞蹈教学中不仅要关注学生舞蹈技巧的掌握和提升,同时还要提高学生的舞蹈鉴赏力和表现力,强化学生的体验,激发学生的情感。在舞蹈表演中准确地表达情感,激发观众共鸣,突出舞蹈魅力。教师要认真分析现阶段学生的舞蹈表现力的情况,带领学生深入体验舞蹈作品,加强学生的基础训练,并培养学生的审美力,一步步推进夯实基础,逐步提升学生的舞蹈表现力和审美能力,为学生未来的职业发展奠定良好的基础。

1. 高校舞蹈教学中提升学生舞蹈表现力的重要性

高校舞蹈教学属于艺术教育的一部分,提升学生舞蹈表现力,不仅是提升舞蹈水平的关键,同时也是培养学生艺术修养,促进学生综合发展的关键途径。舞蹈表现力有助于激发学生的创造力和想象力,开发他们的智力,发散他们的思维,将自己的理解运用于舞蹈中能够更好地展现技巧,流露出恰当的情感,将内心的情感和思想转化为视觉艺术,使观众能够产生情感共鸣。舞蹈表现有助于学生把握文化内涵,形成个人表演特色。同一个作品被不同的表演者表演时会产生不一样的舞蹈效果。这主要是由于舞者的舞蹈表现力也不同。学生加强舞蹈表现力的锻炼培养,从基础的表情动作、肢体动作再到细化的服装和情感,通过不断地练习,能够深刻地把握艺术作品中所体现出来的文化内涵,提高舞蹈基础,掌握舞蹈技巧,并将文化内涵落实于视觉中,逐步提升舞蹈的表现力,成功的诠释作品,形成个人风格特色^[1]。

2. 高校舞蹈教学中影响学生舞蹈表现力的主要因素

2.1. 学生的身体条件

学生的身体条件会影响到自身舞蹈表现力。首先舞者

要有一个良好的体态,一般通过控制饮食和锻炼的方法是自己保持良好身材,确保体态十分优美。其次需要具备一定的舞蹈基础,夯实基础,才能熟练地应用各种技巧抒发情感和灵感。因此,舞蹈专业的学生需要提高对身体条件的重视,严格遵守各项要求。学生的身体条件出现问题,基础不牢固,从而影响到日常的练习效果,也会影响到学生的表现力。

2.2. 学生的舞蹈天赋

学生的表演天赋在舞蹈教学中也占据了十分重要的地位,一些有舞蹈天赋的学生能够准确地把握节奏恰当处理,自然而然地流露情感,有着良好的表现力。受到天赋的影响,他们能够轻松表达,具有充足灵感和协调的肢体动作。而对于一些没有天赋的学生来说,需要耗费大量的时间和精力去练习基础,分析作品,把握其中的关键。

2.3. 教师的教学方法

教师开展对学生舞蹈表现力的培养工作,需要选择适当的教学方法,因材施教,针对练习,解决学生的弊端,实现综合发展。然而在一些高校舞蹈教学中,一些教师的观念相对传统,在舞蹈教学中依旧采用经验教学法,占据了课堂的主体地位,使学生一直被动地去练习,缺乏自主理解和思考,这些问题的存在都会影响到课堂的教学效率,限制了学生的成长与发展^[2]。

2.4. 舞蹈动作难度的影响

在设计舞蹈动作时,主要考虑故事情景以及情感的表达,因此,会包含一些高难度的舞蹈动作。虽然提升了舞蹈的表现力,但对舞者也提出了更高的要求,学生要花费更多的时间练习基础,通过常规动作的熟练应用不断变形,艺术

加工呈现出夸张的肢体语言，提升难度，从而达到良好的情绪感染效果。如果学生的基础功底不够扎实，会影响最终的呈现效果。

3. 高校舞蹈教学中提升学生舞蹈表现力的途径

3.1. 创设情景，深入体验舞蹈作品，

在舞蹈教学中，教师要想提升学生的舞蹈表现力，就需要创新教学方法，创设适当的情境，带领学生深入把握舞蹈作品。体验舞蹈作品的内容与内涵，层层递进，深刻理解其中的一些动作处理和技巧的使用，挖掘其中的情感流露。首先教师可以将课堂舞台化。借助于先进技术，营造真实舞台的场景作为教学课堂，也可以根据作品主题不同设置不同的环境，充实恰当情境，便于加深学生的理解和体验。其次，教师为学生提供丰富的素材内容，了解舞蹈的地域特色和文化内涵。学生通过阅读课外材料剖析地方文化，能够充分理解舞蹈的文化内涵，从而认识到各种动作的合理性和表达的意义，自然而然地表演，呈现出舞蹈作品独有的特色^[3]。例如，在民族民间舞蹈的教学中，民族民间舞蹈情于民间来源于人们的劳动生活中。田间地头、村寨就是创作与表演的场地，强调自然而然随性的表演。在技术的支持下，教师创设类似的场景，便于学生充分体验民族民间舞蹈的特色与内涵。在学习东北秧歌时，教师可以为学生提供关于东北的地方文化，使他们明确东北秧歌的具体由来。东北秧歌以唐代踏锤舞蹈为原型，有很多扭、跺、摆的动作，经过历史演变发展，形成了具有现代化的特色。通过了解东北秧歌的文化背景，才能更加深入地理解这些动作的内涵，从而充分掌握，自然而然地流露出情感，提高舞蹈表现力。

3.2. 加强练习，掌握典型动作和形态

提升学生舞蹈表现力是一个漫长的系统性的工作，因此教师需要制定综合性的策略，并且从学生基础方面入手，加强基础练习，使学生掌握更多的动作内容和舞蹈技巧，学会抓住舞蹈中的一些典型的动作进行表现，为实现这一目标奠定良好的基石^[4]。每一种舞蹈风格都有自己的独特的技术和要求，学生在学习的过程中加强基础练习奠定，良好的基础才能灵活地把握每一种舞蹈的特点，并且进行灵活的处理，增强学生的舞蹈动作控制能力，使动作更加的流畅自然，传达舞蹈情感，增加舞蹈表演的魅力。首先教师要制定详细的计划，加强学生的基础训练，关注学生舞蹈基础的练习。循序渐进地提高技术水平，掌握更多的舞蹈技巧。其次，抓

住典型动作的训练，在每一个舞蹈作品中都有几个典型的动作和体态，能够彰显出舞蹈的风格。因此教师根据舞蹈种类特点，带领学生练习一些关键的动作，明确这些动作所呈现的内涵，深刻理解与把握，从而自然流畅地呈现关键动作，抓住舞蹈的关键，提高整体的表现力。例如，在孔雀舞的教学中，教师带领学生了解关于傣族的文化特色，认识到其中各项动作与傣族文化的密切相关。同时观察孔雀这一动物的日常表现，与孔雀舞的几个动作联系起来，从而使学生能够充分理解这些动作的展现技巧，控制手上动作的柔韧度和脚步的力度，自然而然地表现孔雀。尤其是几个类似孔雀动物的关键动作，使表演更加真实丰富。



图 1 《孔雀舞》中舞者模仿孔雀的动作

3.3. 培养节奏，提高审美能力

舞蹈和音乐密不可分，两者结合实现对美的极致追求。在舞蹈教学中，教师要关注学生节奏感和音乐感知能力的培养，提高学生的审美能力。节奏是构成舞蹈动作和音乐旋律的基础元素开展节奏训练，使学生能够准确地把握乐律变化，紧跟音乐节奏，确保舞蹈与音乐完美融合，达到身心合一的境界^[5]。首先，教师开展节奏培养工作，可以为学生播放不同的音乐，打造良好的环境，使学生在音乐中自由发挥，即兴表演。感知音乐作品的律动，与舞蹈动作密切结合，从而帮助学生记忆，理解舞蹈动作，提高舞蹈表现力。其次，认真研究经典作品，剖析音乐与舞蹈之间的联系，掌握舞蹈作品的内涵。深入挖掘舞蹈背后的情感线索和主题思想。通过研究分析，使学生能够掌握舞蹈和音乐之间的联系，加强节奏感的训练，关注其中的情感流露，逐步提升学生的审美情趣和艺术修养。

3.4. 加深理解, 强化学生的情感表达

情感表达是舞蹈表演中的关键, 通过适当的处理, 传递出不同的情感和故事, 使观众产生共鸣。在这个过程中, 舞者对于情感流露的处理十分重要, 因此开展舞蹈教学要关注学生对情感的处理, 学会表达情感的方式, 从而提高学生的表现力。教师可以划分舞蹈作品的片段, 使学生把握每一片段的情感特点, 采取适当的面部表情和肢体动作, 适当地处理每一段的情感。教师则在一旁观察学生的情感细节, 做好指导工作, 纠正学生的一些不恰当的行为, 时刻强调学生的面部表情, 使学生形成一定的肌肉记忆。除此之外, 手势、姿势和空间使用等也是教学的关键, 综合应用各类元素, 使情感的处理恰到好处。

3.5. 观摩表演, 积累更多经验

在舞蹈教育教学中, 教师要为学生呈现更多精彩的舞蹈作品, 带领学生观摩表演, 了解优秀舞蹈家对一些动作的处理, 便于学生积累更多的经验, 从模仿入手积累更多的处理技巧, 并逐步形成自己的理解。结合不同的作品, 采取适当的方法处理动作, 流露情感, 使动作更加流畅, 情感更加自然, 逐步提高学生的舞蹈表现力。首先在前期学习中, 教师可以结合理论知识, 为学生选择一些优秀经典的舞蹈作品, 要求学生自行分析, 指出其中的关键动作和情感转折的关键部分。然后教师认真剖析, 通过一遍遍地引导培养, 使学生掌握适当的鉴赏技巧, 提高审美能力。其次, 带领学生观摩真实的舞台表演。通过面对面地观看, 可以充分体现舞台表演的独特性, 实现双向交流互动。观看结束后, 教师要求学生自行分析, 并重新编排舞蹈, 由学生来演绎舞蹈作品。各小组要认真研究分析在情感的流露和剧情的转折处应该如何处理, 将自己的所学的知识应用于实践中, 由理论到实践的过渡, 提高学生的综合水平, 也能有效培养学生的舞蹈表现力^[6]。

3.6. 借助道具, 合理表达作品

在舞蹈表演中可以借助道具, 为肢体动作提供一定的辅助, 可以使肢体动作得到延展。突出重点, 吸引观众的注意, 更好地表现舞蹈作品。因此在提升学生舞蹈表现力中, 教师可以选择合适的道具, 带领学生与具体动作密切配合, 加强练习, 并做好舞蹈的编排, 询问学生的意见和建议, 在

相互讨论的过程中, 完成舞蹈作品的设计。也能发散学生的思维, 将舞蹈动作与道具相结合。例如, 扇子舞是民族民间舞蹈中的一种, 通过使用扇子可以延伸舞者的肢体动作, 充分展现作品中的韵律。同时也能丰富人物形象, 传递人物情感。比如, 《桃花扇随想》舞蹈作品中, 饰演女主的演员便利用扇子和身体韵律的融合, 展现人物细腻的情感。撕扇的动作表达了对爱情的坚贞, 对国家兴亡的悲愤。舞者通过这一恰当的处理, 实现了作品的升华, 抒发了作品的情感, 展现了独特的魅力。

4. 结束语

综上所述, 在高校舞蹈专业的教学中, 教师要关注影响学生舞蹈表现力的具体因素, 制定详细的方案。创新教育教学的形式。在课堂教学中为学生创造适当的情境, 深刻把握舞蹈作品。注重基础训练, 夯实基础, 熟练运用各种动作。培养节奏感和音乐感知力, 提高学生的审美能力。鉴赏各种作品, 丰富学生的储备, 积累更多的经验, 并应用于实践之外。合理应用各种道具使舞者的肢体动作得到延伸。从多个方面入手, 提高学生的基础能力和表现力, 巧妙地处理舞蹈作品, 流露情感, 呈现出具有艺术魅力的作品。

参考文献:

- [1] 仇月圆, 李亚军. 关于高校健美操教学中学生舞蹈表现力的提升策略研究 [J]. 拳击与格斗, 2020(6):91-93.
- [2] 李梦洁. 浅析高校民族民间舞教学中如何提升学生舞蹈表现力 [J]. 长江丛刊, 2020(12):17-18.
- [3] 贾超. 高校舞蹈教学中提高学生舞蹈表现力的措施 [J]. 包装世界, 2023(3):133-135.
- [4] 龙暹. 高校舞蹈专业学生舞剧表现力提升方法与策略——评《舞剧艺术论》[J]. 人民长江, 2022, 53(12): 后插 5-后插 6.
- [5] 晏颖幸. 高校舞蹈教学中提高学生舞蹈表现力的途径分析 [J]. 艺术评鉴, 2022(23):109-112, 131.
- [6] 孙晓莎. 高校舞蹈教学中如何培养表现力 [J]. 当代体育科技, 2021, 11(11):104-106.

作者简介:

李嘉源, 女, 2002, 河北保定人, 满族, 硕士研究生, 研究方向为舞蹈表演与教学研究。