

# 中专舞蹈教学中如何培养学生舞蹈表现力

孙娟娟

(江苏省戏剧学校, 江苏 南京 210000)

**摘要:**随着职业教育改革深入, 中专舞蹈教学应得到进一步优化, 教师要积极引入新的教学理念、授课方式, 以此更好地引发学生知识探究兴趣, 强化他们对所学知识、技巧的掌握和应用水平, 提升教学效果。舞蹈表现力是舞蹈教学的重要组成部分, 通过培养学生的舞蹈表现力, 能够使其更为深入地感悟所学舞蹈知识的内涵, 提升他们与舞蹈作品间的情感联系, 对其形成良好的舞蹈素养有重要促进作用。鉴于此, 本文将针对中专舞蹈教学中如何培养学生的舞蹈表现力展开分析, 并提出一些策略, 仅供各位同仁参考。

**关键词:**中专; 舞蹈教学; 舞蹈表现力; 培养

在舞蹈表演的过程中, 舞者可以利用舞蹈动作将自身的情感、态度等表达出来。对于舞蹈本身来说, 表现力就是舞蹈的灵魂, 在表演舞蹈的过程中, 舞者只有具备较强的表现力, 才能为舞蹈注入灵魂, 从而凸显出舞蹈的真正魅力。在舞蹈中, 舞者可以通过肢体语言将舞蹈的内在精神、艺术价值体现出来, 让舞蹈成为传播精神文明的有力载体。另外, 舞蹈本身有非常强的复制性, 在学生在学习舞蹈动作的过程中, 能够实现舞蹈内涵的有效传播。作为社会发展的储备人才力量, 中专生的精神文明水平对其未来发展有重要意义, 在此背景下, 教师在开展舞蹈教学时, 要重视对其舞蹈表现力的培养, 这对提升育人效果意义重大。

## 一、中专舞蹈教学中培养学生舞蹈表现力的意义

### (一) 有利于激发学生的舞蹈学习潜力

在中专舞蹈教学中, 学生的舞蹈表演水平会在很大程度上对舞蹈表演的结果产生影响, 中专生除了要掌握基本的舞蹈表演专业知识, 还需深入理解舞蹈表演的内涵与文化因素, 这样方可提升舞蹈的感染力、表现力。在教学中, 教师除了要重视对学生舞蹈技巧的培养, 帮助其掌握扎实的舞蹈基本功, 还要以此为基础, 着重发展他们的舞蹈表现力, 这样方可更为高效地将中专生的舞蹈学习潜力激发出来, 深化他们对所学知识内容的理解, 从而提升他们的舞蹈表现水平。同时, 在教学过程中, 我们要关注学生对舞蹈细节的掌握, 并尝试将一些生活元素融入舞蹈教学中, 以此实现对舞蹈教学内容的进一步拓展, 帮助其更好地感受舞蹈表现力的重要价值, 提升育人效果。

### (二) 有利于传达舞蹈作品的精神内涵

在中专舞蹈教学中, 教师通过培养学生的舞蹈表现力, 能够帮助学生在表演舞蹈的过程中, 更好地利用肢体动作传达出舞蹈作品的精神内涵。实际上, 一段优美的舞蹈并非是简单的动作组合, 而是可以让观众在看完舞蹈后, 能够结合舞蹈内容产生自己的思考, 这才是舞蹈表演的最高水平。比如, 在表演舞蹈《孔乙己》时, 高水平的舞者可以在舞蹈中表现出时代的黑暗、孔乙己的悲惨命运以及孔乙己身上那种愚昧、自认清高的性格特点, 从而赋予孔乙己舞蹈灵魂, 让观众在看完舞蹈后, 受到精神层面的震撼, 使其更为深入理解该舞蹈作品的精神内涵。

### (三) 有利于提升学生的舞蹈表演水平

一般来说, 高质量的舞蹈表演除了需要舞者展示出高难度的舞蹈动作, 还需他们利用自身肢体动作, 突出舞蹈作品的内涵及灵魂, 让观众能够在观看这一作品后, 产生与之呼应的情感。因此, 在开展中职舞蹈教学时, 教师要重视对学生舞蹈表现力的培养, 这样方可大幅提升他们的舞蹈表演水平。在对学生展开舞蹈训练时, 我们除了要帮助其深入掌握舞蹈动作的要领, 还需帮助其理解不同舞蹈动作的内在含义, 以此深化他们对舞蹈内涵的

理解, 让学生能够在表演舞蹈时, 利用自己的肢体动作将舞蹈作品的思想表现出来, 让观众更为直观地体会到舞蹈作品的灵魂与价值。观众在看到学生的表演后, 可以对其展开合理评价, 这对提升学生的舞蹈表演水平有重要促进作用。

### (四) 有利于凸显出舞蹈教学的育人价值

在我国, 舞蹈已经有五千多年的历史。早期的舞蹈主要是人们利用肢体动作表达自身内心情感的一种手段, 很多传统活动都有舞蹈的身影。比如, 在古老的祭祀中, 舞蹈是极为重要的构成部分。时至今日, 舞蹈的价值已经逐渐被人们的欲望掩盖, 这在很大程度上和现代舞蹈的教学有关。在中职舞蹈教学中, 我们要重视对学生舞蹈表现力的培养, 让他们树立正确的舞蹈观念、舞蹈欣赏意识, 这样方可助力其更好地发现舞蹈之美, 促使其更好地掌握舞蹈表演的精髓, 提升学生的综合审美能力, 突出舞蹈的教学价值。

## 二、中专舞蹈教学现状分析

在当前的中专舞蹈教学中, 存在诸多问题亟须解决。比如, 部分教师在开展舞蹈教学时, 过于关注对舞蹈技巧的培养, 他们要求中专生在展开舞蹈表演时, 能够完成很多复杂、高难度动作, 对于学生舞蹈表现力的培养不足。在此思想的影响下, 很多中专生在学习舞蹈知识时, 只是机械性地学习各类舞蹈动作、技巧, 尽管他们已经熟练掌握各类动作, 但在表演舞蹈时缺乏灵魂、没有感情, 难以将舞蹈中蕴含的文化、思想等内涵体现出来。此外, 缺乏表现力的舞蹈表演即使技巧性再高, 也难以给人们留下深刻印象, 难以从情感上引起观众的共鸣, 这对中专生艺术意识、艺术审美能力的发展有极大阻碍作用。

例如, 部分中专生在学习民族舞时, 即使穿上了民族服饰, 对于舞蹈的动作也能完美掌握, 但是观众在欣赏舞蹈时, 仍是难以从中体会到情感, 这种舞蹈缺乏灵魂, 表现力也不高。因此, 在开展中专舞蹈教学工作时, 我们除了要重视对学生舞蹈技巧、知识的训练与讲解, 还应重视对其表现力的培养, 这样方可促使其审美能力、舞蹈表现力大幅提升, 在后续的舞蹈表演中更好地凸显出舞蹈的内涵与情感, 进而让舞蹈教学的价值充分彰显出来, 为后续舞蹈教学质量的提升提供助力。

## 三、中专舞蹈教学中培养学生舞蹈表现力的策略

### (一) 激发学生想象力, 增强其情感体验

若想提升学生舞蹈表现力的培养效果, 我们要重视对当前舞蹈教学模式的优化, 不断提升他们的舞蹈想象力, 增强其对舞蹈内涵的感受水平, 这样方可提升育人效果。在此之前, 我们应对中职生的舞蹈知识储备、认知能力、兴趣倾向等因素展开深入分析, 而后方可以此为基础对其展开更具针对性的教学活动, 帮助学生打下坚实的舞蹈基础, 掌握更为多样的舞蹈风格。在开展舞蹈教

学时,我们还可引导学生思考动作与旋律间的关系,帮助他们更好地找到舞蹈动作和舞蹈情感之间的联系。

此外,若想提升学生对舞蹈作品的理解,我们应重视对其想象力、创造力的激发,这样方可促使其更为主动地投身到舞蹈创新中,提升他们的学习效果。一般来说,中专生的生活经历有限,他们收获的情感体验也较少,若想让他们表现出不同舞蹈作品的情感内涵,我们要重视对其想象力的培养,这样方可帮助其更好地理解舞蹈中蕴含的情感元素。在教学实践中,我们可以结合不同舞蹈,为其播放一些视频故事,借助生动的画面帮助学生理解舞蹈内涵,增强其情感体验水平。

## (二) 重视基础教学,发展学生艺术感染能力

### 1. 培养学生音乐感受力

在开展舞蹈表演时,音乐是学生完成舞蹈动作的重要基础,音乐旋律发生变化时,舞蹈的动作、节奏也会发生改变,这种变化也是表达情感的关键。因此,若想提升学生的舞蹈表现力,必须要重视对其音乐感受力的培养,这对其未来发展有重要促进作用。在开展学生舞蹈表现力培养时,我们应对学生展开正确引导,帮助其更好地掌握鉴赏音乐的技巧,提升其音乐感受能力。在开展教学活动时,教师不要急于教授学生舞蹈动作,可以先留出一些时间带领学生感受音乐,从而帮助其酝酿舞蹈情绪,这样他们能够在音乐所渲染的氛围中,更好地把握舞蹈情感内涵,深化他们的音乐感知水平。

### 2. 培养学生面部表情表现能力

不管是什么类型的舞蹈,在表演过程中,都需要学生用自身的动作、表情等,将舞蹈的情感内涵体现出来。在这一过程中,学生的面部表情有极为重要的辅助作用,他们表情与舞蹈情感有极为紧密的联系。若是学生在表演舞蹈时,全程都面无表情,那么这个舞蹈作品将没有丝毫情绪可言。因此,在舞蹈教学中发展学生舞蹈表现力时,我们应重视对学生面部表情表现能力的培养,增强他们对自身面部表情的控制程度,这样对提升他们的舞蹈表现力有重要作用。一般来说,在古典舞蹈中,学生面部表情的控制有非常重要的价值。古典舞蹈的基本元素主要包括眼、手、身、步四个部分,其中,眼睛是极为重要的情绪呈现载体,也是整个舞蹈表现舞者情绪的关键。比如,在古典舞蹈《醉鼓》中,学生需要将眼睛作为表达自身情绪的关键点,要凭借眼睛将鼓童的灵动感体现出来,这样方可让观众通过舞者的眼睛感受到舞蹈的靈魂,从而提升舞蹈的表现力。

### 3. 培养学生综合身体素质

舞蹈表演对于学生的体力和精力会造成非常大的消耗,因此,在开展舞蹈教学时,我们要重视对其综合身体素质的培养,这样方可支撑其完成完整的舞蹈表演。若是学生的身体素质较差,他们很可能会由于自身体力不足难以完成整个舞蹈作品的表演,这就更谈不上将舞蹈内涵表现出来。因此,在培养学生舞蹈表现力的过程中,我们除了要重视对学生音乐感受力、面部表情表现能力的培养,还需重视对其身体素质的提升,这样方可为后续舞蹈表演打下坚实基础。一般来说,身体素质通常包括学生身体的力量、柔韧性、持久力等。充足的力量能够帮助学生完成一些爆发性动作的表现;有韧性能够让学生在表演中保持舞蹈动作的优美,保证动作到位;持久力是学生完成舞蹈表演的决定性因素。身体素质的锻炼并非一蹴而就,需要学生和教师的共同努力,只有学生长期坚持训练,方可在无形中促使其身体素质得到进一步发展。

## (三) 增强实践教学,发展学生艺术想象能力

艺术和生活的联系非常紧密,很多舞蹈也可以看成是对生活

中某些现象、文化的具体呈现,舞者可以利用舞蹈表达自身对生活的态度和感受。因此,在开展舞蹈教学时,为进一步增强学生对于舞蹈内涵的理解水平,我们要重视对生活元素的引入,通过开展实践教学的方式,帮助学生更好地将自身的艺术想象力发挥出来,实现对舞蹈作品的二次优化,将自身情感和舞蹈作品结合起来,赋予其新的价值,这对提升舞蹈作品的表现力有极为重要的促进作用。在舞蹈教学中,我们要鼓励学生深入观察生活、体验生活,善于从生活中获取灵感,这样方可使其在表现舞蹈作品时,融入更多的情感,对其舞蹈表现力的发展提供助力。

例如,在开展孔雀舞《雀之灵》的教学时,为了让学生更好地体现出孔雀的高贵感,增强舞蹈的生动性,学生可以利用假期到动物园观看孔雀,并通过手机、照相机等设备,对孔雀拍摄照片、录制视频,而后仔细观察其动作、行为。通过仔细观察实际生活中的孔雀,学生在展开这一舞蹈知识的学习时,能够更好地把握孔雀的姿态,从而将其自信、优雅的特点展示出来。不仅如此,学生若想提升自身舞蹈表现力,还需具备良好的艺术想象能力,他们可以尝试将自己想象成一只孔雀,这样方可更为高效地将自身情感带入到舞蹈中,这对提升舞蹈的感染力、表现力有重要价值。

## (四) 创造优质环境,引发学生主观能动性

作为一门艺术,舞蹈对于教学环境有较高的要求,良好的环境除了能够影响舞蹈的表现效果,还会对学生的心态产生较大影响。因此,在开展舞蹈教学时,我们可以结合不同的舞蹈类型,为学生创设不同的舞蹈教学环境,这样能够更好地帮助他们将该舞蹈的特点展示出来。在实践中,我们可以尝试借助互联网技术,利用不同的灯光、音效,为学生创设多变、真实、生动的环境氛围,帮助他们更为高效地将自身情感带入到舞蹈中,深化他们对舞蹈内涵和情绪的理解。另外,结合不同的教学环境,教师可以进一步提升舞蹈与情感的联系,增强学生的舞蹈表现力。在开展教学准备工作时,我们可以将环境创设纳入进来,而后结合将要教学的舞蹈类型、舞蹈内容,为学生营造一个与之相关的情境,这样能够更好地引发学生的学习主动性,充分激发他们的主观能动性。另外,我们可以让学生自行选择学习环境,还可鼓励他们利用小组学习、单独练习等方式展开舞蹈能力提升,这对提升其舞蹈学习综合水平有重要促进作用。

## 四、总结

综上所述,若想提升中专舞蹈教学中培养学生舞蹈表现力水平,我们可以从激发学生想象力,增强其情感体验;重视基础教学,发展学生艺术感染能力;增强实践教学,发展学生艺术想象能力;创造优质环境,引发学生主观能动性等方面入手分析,以此在无形中促使学生的舞蹈表现力提升到一个新的高度。

## 参考文献:

- [1] 周璐. 中专舞蹈教学中如何培养学生舞蹈表现力 [J]. 艺术评鉴, 2020 (17): 129-131.
- [2] 张璐. 中专舞蹈教学中舞蹈表现力的培养初探 [J]. 尚舞, 2020 (07): 110-111.
- [3] 王芳. 如何培养中职生的舞蹈表现力 [J]. 课程教育研究, 2020 (46): 99-100.
- [4] 童桂萍. 中专舞蹈教学中舞蹈表现力的培养措施探讨 [J]. 黄河之声, 2019 (10).
- [5] 智格格, 鲁婷婷. 对舞蹈教学中学生的舞蹈表现力探讨 [J]. 黄河之声, 2019 (05).