职高民族民间舞蹈教学策略探析

杨　蓉
（襄垣县职业技术学校，山西 长治 046200）

摘要：我国是拥有悠久历史的多民族国家，每个民族都有自己独特的艺术表现形式，民族民间舞蹈是其中之一。民族民间舞蹈具有突出的民俗特征，蕴藏着各民族的民族风格和民族精神，包含着各民族的历史文化发展特色，是我国传统文化的重要组成部分。相较于其他艺术表现形式，民族民间舞蹈学习难度较大，学生学习兴趣较低，因此十分有必要开展对民族民间舞蹈的教学研究，推动民族民间舞蹈更好发展。本文就职高民族民间舞蹈教学进行了研究，并提出一些具体教学策略。

关键词：职高；民族民间舞蹈；教学策略

中国民族民间舞蹈内容广泛，风格鲜明，文化深厚，是各民族文化传承的重要载体。近年来出现在大众媒体上的民族民间舞蹈表演越来越多，但人们对民族民间舞蹈本身及其内涵并没有太多了解，因此对职高学生进行民族民间舞蹈教学，有助于弘扬各民族的民间文化传统，也有利于学生的个人成长和就业发展。民族民间舞蹈教学除了强调对学生进行形体、舞蹈动作的教学外，还要求学生学习所学舞蹈的民族民间文化。职高学校的教师在进行民族民间舞蹈教学时，比较注重实用性和应用性，缺少对学生进行民族文化习俗的教学，导致学生无法理解民族民间舞蹈的深刻内涵，从而丧失对民族民间舞蹈的学习兴趣。

一、民族民间舞教学发展现状

（一）教学舞蹈种类繁多

我国拥有56个民族，每个民族都有自己的民族民间舞蹈，这就导致教师在实际教学中要向学生教授多种不同类型的民族民间舞蹈。但大多学生在入学前对民族民间舞蹈了解较少，也不知道每种民族民间舞蹈的各自的特色和风格，入学后都是按照教师的教学安排进行学习，导致学生在实际学习过程中发现对部分民族民间舞蹈并不感兴趣，学习时只能被动模仿教师动作，无法体会到民族民间舞蹈的特点和魅力。教师如果教授过多种类的民族间民间舞蹈，势必会导致学生平均学习每种舞蹈的时间变少，因此学生只能学到一些皮毛，无法深入研究某一种民族民间舞蹈。

（二）过于注重技巧训练

学习舞蹈是一个循序渐进的过程，舞蹈学习者一般“先学形，再学神”，从模仿向创造慢慢转变。但在职高民族民间舞蹈教学中，教师往往过于注重技巧和形体模仿上的训练，尤其是对于高难度舞蹈动作，要求学生反复练习，导致学生将大量时间花费在舞蹈技巧练习上，忽视对民族文化和民族情感的学习，在跳舞时无法传达出舞蹈所要表达的情感和文化内涵。学生对于所学舞蹈的民族知识和民族特点也缺乏了解，没有深入了解少数民族的生活习惯和历史发展过程，缺乏对于少数民族的文化认同感。

（三）缺少舞蹈理论教学

民族民间舞蹈大多来自于民间，受到风俗习惯、民俗文化方面的制约，很多舞蹈动作都是即兴创造，并且创作的主要目的是为了自娱自乐，但民族民间舞蹈具有丰富的文化历史内涵，是民族发展所产生的文化结晶，并在建国后得到迅速发展，因此很多民族民间舞蹈大师都对传统民族民间舞蹈进行了再创作，并做出了深刻的理论研究。而职高教师往往过于注重培养学生的表演能力，忽视了对学生进行民族民间舞蹈的理论教学，导致学生无法对民族民间舞蹈形成系统认知。

（四）学生的舞蹈欣赏水平较低

随着人们生活节奏的加快，以及西方舞蹈文化在中国的流行，很多学校的舞蹈教学也渐渐开始追求速成，并新开设如爵士、嘻哈等流行舞蹈课程，导致需要长时间学习的民族民间舞蹈逐渐式微，越来越不受到学校和学生的重视。大众媒体对于西方舞蹈形式的报道较为频繁，导致很多学生产生了对民族民间舞蹈的偏见，认为民族民间舞蹈是落后的、没有人关注的舞蹈。另一方面也是因为民族民间舞蹈具有很强的地域和文化色彩，教师不注重培养学生欣赏舞蹈的能力，导致学生对民族民间舞蹈产生隔阂，无法理解民族民间舞蹈的内涵。

二、职高民族民间舞蹈教学策略

（一）精简所学舞蹈种类，促进学生进行深度学习

职高教育以就业为导向，教师教学也应结合社会需求和市场需求，选取大众喜爱的民族民间舞蹈对学生进行重点教学，比如维吾尔族舞蹈、蒙古族舞蹈、傣族舞蹈等等。大众媒体已经对这些种类的民族民间舞蹈进行了大量曝光，大众对舞蹈的风格特色、民族服装样式和民族文化风俗已经有了基本了解，因此对这些种类的民族民间舞蹈接受程度较高。

在舞蹈教学中，教师可以积极征询学生意见，根据学生的学习兴趣进行舞蹈教学，打破以往按舞蹈类型教学的模式，促进学生对民族民间舞蹈的深入学习。例如学生想要了解不同民族民间舞蹈的手部姿势特点，教师就可以在课堂上演示不同民

族民间舞蹈的手型变化，让学生对比学习，并深入了解各民族民间舞蹈的风格和特点。这样学生不断形成了对民族民间舞蹈的整体认知，还对各种民族民间舞蹈做出了区分，在舞蹈练习也能更快掌握舞蹈动作要点。

（二）对学生进行情感培养，提升外部表现力

民族民间舞蹈是一种通过肢体动作表现舞者内心情感的艺术形式，除了对基本功要求很高外，还对舞者的情感表现有很高要求，只有充满舞者个人情感的舞蹈动作才能产生艺术感染力。因此教师可以对学生进行情感培养，引导学生充分了解各民族的文化习俗，欣赏各民族的传统音乐，体验各民族的生活习惯，了解各民族的民族性格，从而熟悉民族民间舞蹈背后所代表的民族文化和民族精神，这对学生理解民族民间舞蹈的动作特点、节奏变化和情绪释放十分有帮助。

通过增进学生对各民族文化的了解，培养学生对民族民间舞蹈的情感认知，让学生在练习民族民间舞蹈时对舞蹈背后的民族文化和民族精神进行揣摩，从而体验不同民族民间舞蹈本身所独有的韵味和风格，这样在练习民族民间舞蹈时，学生就不只会机械模仿教师动作，而是在对舞蹈动作的演绎中加入自己的情感理解，从而提升自身在进行舞蹈表演时所需要的外部表现力。

（三）加强舞蹈理论教学，提高学生理解能力

中华人民共和国成立后，民族文化呈现百花齐放的局面，涌现出一大批具有时代精神的民族民间舞蹈，比如戴爱莲的《飞天》、金明的《孔雀舞》等。在不断的创作过程中，民族民间舞蹈家也开始对民族民间舞蹈进行理论研究，将民族民间舞蹈动作分解开来，总结出舞姿、转身、跳跃等基础动作的动作特点，并对各民族的民族民间舞蹈进行了对比研究，指导出应该重点学习的民族民间舞蹈，还对民族民间舞蹈的发展史按时间线进行梳理，分析出各个时期的民族民间舞蹈特点。

教师在教学过程中，可以适当加强舞蹈理论方面的教学，让学生先学习舞蹈大师的研究成果，再去理解民族民间舞蹈的内涵，从宏观视角去分析和理解民族民间舞蹈，加厚自身的舞蹈文化底蕴。教师还可以增加关于民族民间舞蹈历史背景的教学，让学生了解舞蹈的由来及发展脉络，从而对民族民间舞蹈产生深刻认识。

（四）借助网络工具，提升学生舞蹈欣赏水平

网络技术的发展对教师的教育教学工作产生了深刻影响，推动了教师教学思路的转变。职高教师可以在舞蹈教学中借助网络工具，让学生观看优秀民族民间舞蹈的表演视频，聆听民族民间舞蹈的伴奏音乐，提升自身对民族民间舞蹈的欣赏水平，加强对舞蹈和节奏配合的理解能力。教师还可以针对优秀民族民间舞蹈艺术家的表演视频进行讲解，分析这些艺术家在舞蹈表演中的优点和缺点，并让学生对优点加以借鉴，对缺点加以警惕。

民族民间舞蹈的起源一般与神明、婚葬、重大节日有关，具有深厚的文化色彩和文化底蕴，通过文字或口头教学，学生很难对此产生形象理解，因此教师可以让学生观看关于民族民间舞蹈的纪录片，让学生了解民族民间舞蹈的现实意义。在提升学生舞蹈欣赏水平的同时，教师也可以穿插一些舞蹈活动，让学生尝试不同的舞蹈表演形式，从而加深对民族民间舞蹈的理解。

三、结语

民族民间舞蹈是大众喜闻乐见的艺术表现形式，对传承我国民间传统文化具有重要意义，职高院校应对民族民教舞蹈教学重视起来，积极发现教学过程中存在的问题并加以解决，要加大对学生的培养力度，不光让学生学会跳民族民间传统舞蹈，还要提升学生的表演水平和欣赏水平，让学生理解民族民间舞蹈的时代意义，激发起学生学习民族民间舞蹈的兴趣和创造力，从而提升民族民间舞蹈在学生中的影响力，这不光有助于民族民间舞蹈的传承，更有助于民族民间舞蹈的传承与发展。

参考文献

[1] 张帅 . 探讨加强高校民间舞教学中 " 民俗文化 " 的渗透 [J]. 黄河之声，2020（005）：128-129.

[2] 常晴 . 民族民间舞教学中培养和提升学生创造力的措施分析 [J]. 音乐时空，2020（009）：126-127.

[3] 刘冬 . 民族民间舞蹈文化传承规律与发展研究 [J]. 艺术教育，2020（3）：110-113.

[4] 董婷婷 . 文化生态构建：学院派民族舞蹈教学的“异化”纠偏策略 [J]. 四川戏剧，2020（8）.

[5] 殷歌 . 论职高学生民族舞蹈艺术能力的培养 [J]. 好家长，2019（068）：13.

[6] 唐娜 . 民族民间舞蹈文化与舞蹈教学结合的探究 [J]. 明日风尚，2019（024）：95-96.