

高校羌族民间舞蹈教学重点及其对策分析

鲁雨茉

绵阳师范学院, 音乐与表演艺术学院, 中国·四川 绵阳 621000

【摘要】高校羌族民间舞蹈教学是培育舞蹈人才的主要路径,其教学品质直接关乎着舞蹈文化的传播进度。规范掌握民族风格、精准拿捏舞蹈动律特点,是高校学生学习的重中之重;着重点、分元素、科学合理的进行舞蹈教学,必能培育出合格的舞蹈人才。

【关键词】羌族舞蹈; 高校教育; 主要性及策略

Analysis on the Key Points and Countermeasures of Qiang Folk Dance Teaching in Colleges and Universities

Lu Yumo

Mianyang Normal University, School of Music and Performing Arts, Mianyang, Sichuan, China 621000

[Abstract] The teaching of Qiang ethnic folk dance in colleges and universities is the main way to cultivate dance talents, and its teaching quality is directly related to the progress of the spread of dance culture. Standardizing and mastering the national style and accurately grasping the characteristics of dance rhythm are the most important things for college students to study; focusing on the key points, elements, and scientific and reasonable dance teaching will surely cultivate qualified dance talents.

[Key words] Qiang dance; College education; Main character and strategy

1 羌族舞蹈的教学重点

高校艺术教育相比于民间舞蹈来说,高校舞蹈的教学更为科学严谨,更具有艺术审美;民间舞蹈则具有原始生态感,更具备民族特色。这些年来,当中国民族民间舞蹈的发展逐渐迈入一种创作窠臼时,我们的艺术作品应该走向返回,提倡本色原味。正如舞蹈家杨丽萍《云南的响声》表演,它的成果无异于给中国的舞蹈注入了新的能量。民族的才是世界的,每个民族的文化都是独具特色的,怎么保持这一民族特点、怎么得以艺术流传,是高校羌族舞蹈教学中特别处理的问题。笔者认为,正规掌握民族风格、精准拿捏舞蹈律动特点是高校羌族民间舞蹈学习的核心关键。

1.1 把握羌族民间舞蹈的民族风格

羌族萨朗舞蹈的风格是地理环境、历史战争、宗教信仰、古代遗风等多层面元素催生、演化而来。大致涵盖为:载歌载舞、粗犷健美、明快有力、质朴典雅、热情豪放等西南少数民族特色。羌族作为最为古老民族的标志之一,它预留了能歌善舞、祖先崇拜、祭祀祖先等少数民族的根本本质。在不同的歌舞活动中,会有不一样的舞蹈风格展示。羌族舞蹈依照根本本质可分为祭祀性舞蹈、自娱性舞蹈。其主要类别与职能本文暂不做深刻探究,在高校民族民间舞蹈教学中,最为寻常的就是自娱性舞蹈中的萨朗。能歌善舞、歌舞对应是各少数民族中一个主要特征。羌族萨朗在轻松愉悦的歌唱中,人们伴随悠闲的律动纵情起舞。萨朗是一种集体式舞蹈,先随欢乐的气氛舒缓飞扬,跟随着人们情绪的起伏其舞步更为轻快,歌声也伴有节奏加速、高亢,舞步将在愉悦、欢快的气氛中结束。而后,人们相互觥筹交错,酒、舞、歌、是羌族少数民族中传统习俗中不可缺少的元素,有歌有酒必有舞,歌助酒起舞。在民族民间舞蹈教学中歌与舞是两个主要的元素,情绪越起伏其歌舞样式越浓烈。羌族舞蹈中其载舞载歌、群体自娱特色给予了本民族清爽、欢乐的民族个性。遗风遗俗是先民留给羌族人民最珍贵的精神遗产。对于民俗、礼仪、女性审美、生殖崇尚一直影响了羌族舞蹈特色。羌族聚居区重要集中于悬崖陡峭、重峦叠嶂、的自然环境下,但由于靠着羌族前辈们勤劳勇敢、聪慧实行了与大自然的和谐。在羌族舞蹈中,颠、措、踏、踩的程

度赋予了羌族舞蹈轻快有力、粗犷丰满的舞蹈风格,也正是迎合了羌族人民坚强、豪放、乐观的民族个性。在民族民间舞蹈教学中,学员精准把握舞蹈风格是跳好民间舞蹈的核心。不管是教或是学,精准定位羌族民间舞蹈的特色就能够体验到少数民族艺术带来的巧妙兴趣,而知晓舞蹈风格背后的民族个性则能使舞者在扭动中表现与少数民族文化的深刻探讨。^[1]

1.2 把握羌族民间舞蹈的律动特色

韵律在民族民间舞蹈中的影响如同每个民族的服饰,它能够具体化地表达该民族特有的标签,各民族中,其头饰、边饰、衣袖、装饰等不同特色明显的将各民族加以划分。而舞蹈律动则是划分各少数民族舞种的主要标尺,在少数民族舞蹈教学进程中,学员要精准掌握好各民族的动律特色,掌握好肩、胯、腿部甚至手、指、脚、头的韵律特色,如若不是就是不伦不类,将民族民间舞种搞混。羌族舞蹈是仅四川地区特有的少数民族,主要聚居四川省阿坝州藏族羌族自治州的茂县、绵阳市北川羌族自治县、汶川、理县、平武县等地。古羌民族是各民族的兄弟民族,其中藏族、白族、彝族、哈尼族等皆与其有着相同的炎帝部落血统。在少数民族聚居地,依据各民族之间的交流与沟通,其舞蹈状态和韵律特征存在相同的特征。伴随舞蹈工作者的持续研究、统一努力下,吸收各民族代表性的元素特征,加强各民族特点,已经变成了各民族民间舞蹈中的训练模板。作为羌族民间舞蹈教程,个人认为可以从胯部、肩部、腿部的不一样动律特征教学入手进行掌握,必能精准把握该民族舞蹈的训练关键。

1.2.1 肩的动律特点

肩部的韵律在羌族民间舞蹈的教学进程表达为两种:身体的协助性动作和小幅度的运动。在羌族萨朗舞蹈中协助性的动作是随着舞步及重心的移动形成,这与氏羌原始舞蹈的遗风有关,即集体性的羌族舞蹈中,人们牵手、连臂进行舞蹈,有时候拉手、挽臂、手勾腰带等手法执行圆圈舞蹈,这样上肢的动态就会受到某种的制约,成为协助身体的协调性律动特征。同时,羌族舞蹈的肩部律动传承了西南少数民族及高山民族特有的动律特征——一顺边。当中最为鲜明的就是同脚同肩,日常是右脚、右胯、右肩斜前方的形态样式,轴向转动时的侧身顶胯,其肩膀与胯部的

同向有程度的统一形态,将该民族的独具特色韵律特征表达出来。双臂的舞动多以小臂的摆动为主,随着有小臂随肩部执行圆线路的动态,大多数为以身体带动手腕,压腕划圆,手肘下沉,划圆的导向与身体转动的导向一致;在双肩的训练中变换进行圆圈的环绕配合于左右身体重心的移动也是其它少数民族舞蹈中极为稀少的方式。肩是羌族民间舞蹈动律训练中基本的复合性单元,学员要在重心、舞步的更变中实行步调统一,既要了解到动而不静的局限性动作训练,又要体现到静而不动的复合型运动韵律。

1.2.2 胯的动律特点

在羌族民间舞蹈学习中,胯的动律训练是区分本民族的主要特征之一。羌族胯部的动律与其羌族人民特殊的地理环境、生产生活形式以及古人遗风是不可分割的。因为羌族聚区多为荆棘的山路,人们在行走于颠簸的山路和崎岖的石梯式,早就了坐胯、懈胯的舞蹈姿态;在生产劳动中因为筛筛子、筐筛筛等劳动工具的使用,更是以胯部为中心的运动才能使用生产劳作不易生产疲惫感;羌族从前历经了母系氏族社会时期,由此在羌族舞蹈韵律中普遍出现顶胯、甩胯、转胯的特点,正是表现了人们对于丰满、圆润的曲线美的女性膜拜。羌族最具标准性的胯部韵律为“胴体的轴向转动式”的状态。在这一最具标志性的胯部运动中,舞蹈动律伴随舞者的重心偏移,当胯向两边斜前方顶出时,重心在出跨一侧的腿上,膝盖位置微屈、相靠、腰胯以上至肩部以下(胴体)做轴向的运动。上身在变成这一韵律中向前微倾,在上身与胯以及中心的协调下形成具有的“S”型的唯美形态,在羌族民间舞蹈的教学中,精准掌控顶胯、甩胯、转胯的准确运动路径和力度要领此外,更应该关注整体身体的平稳性控制。唯有上身、中断(腰胯)、下身的统一,唯能够将其胯部联系要素得以正确把握,展现羌族特有的胯部形态之美。

1.2.3 腿的韵律特点

羌族民间舞蹈中腿部的韵律是动律学习中最多的部分。羌族先辈们受自然环境的感染,频繁游走跋涉于山谷峡壁之间,在荆棘颠簸的土路中,上身为主要受重力点,腿部的灵活性突出出来。从膝盖开始要维持宽松有度的轻微颤形态,这样才能在行走中不会疲乏,其山路中用脚探究性的进行中,建立了重心慢移向前,腿部动作变成微颤、富有弹性、沉稳有力的特征。在萨朗舞蹈中腿部动作将其腿部律动展现的完美无缺。羌族地区人们腿部韵律形象的比喻为狮子腿,在山间行走时羌人们像狮子一跃一跃优美而迅速的穿梭,欢快而灵动且有力,特别像了大自然的幽灵。羌族人针对自己像狮子一样的比喻并非厌烦,相反是对身体体健、腿脚灵动的一种歌颂。萨朗舞蹈进程中经常的出现小腿以膝盖微轴心快速向里或者向外的划圈,以膝盖支点的前后扭动,以及双脚交替点踏、左右欢跳等律动组成了其独有的舞步组合。在腿部放松、自然弯曲的形态下进行,跟随着脚下舞步的变动、身体重心的挪动,膝部也有有关的做出上下抖动,每一次的往下踏步,膝盖自然弯曲、往下衬,并调动身体重心的平移,就算在做跳跃动态,重拍也往往多为往下踏移重心后,再跃脱离地面,展现出平缓的抛弧线路线来。腿的韵律是其特别的自然地理环境的产物,学生把握了其微颤、弹性、灵活、沉稳、强健等特色,逐步就提升了对该民族的辨识度,更有便于把握羌族民间舞蹈的风格特色和韵律特征。

2 羌族民间舞蹈教学发展策略

中国羌族舞蹈文化拥有较强的社会、历史、文化、审美价值,是人类精神文明的浓重一页。高校教育是最主要的继承载体,他们具有年轻、朝气、接受能力强等可践行性、继承性、进步性的素质水准。我们在保护好羌族聚居区自然人文环境的,凭此助力这一高素质人群,将羌族的舞蹈文化执行艺术加工、革新发展、展现传统。

2.1 起源于民间,拟定采风规划

民间舞蹈教学其主要的就是取之于民间,民间的原生态的舞蹈样式是艺术创作中取之不尽用之不竭的源泉。在高校舞蹈

教育中,我们应该密切的联合民间艺术,定时定量的进行采风规划。羌族舞蹈的学习并非是单纯的摆手、出脚的舞姿造型,应应该是落实起源于羌族聚居区在与羌族人的一同交流、舞蹈传情中吸收养分。舞蹈教育中的民族民间舞蹈无需强硬要求原生态舞蹈的全部保留亦或是完全的更改,而是在艺术的审美区域内进行再次制作。这一进程是舞蹈专业学生深入民间,有体会、有所感、有所悟后对课堂练习的一种沟通反馈。民间采风是一个课堂与实践相联合的进程,也是一个漫长、曲折的进程,作为高校的大学生不应该急功近利,而是应该明确羌族民间舞蹈从原生态形式到专业教育体系的线索与路径,并且更佳的为教学所运用。

2.2 科普文化,提升老师水准

高校是一个比较宽松、开放、自由的大空间场所,特别是少数民族高校、艺术类专业院校更是为羌族舞蹈文化的传递给予了重要的条件。少数民族学生拥有着本民族天然的热情和洒脱,这种原生态的因子是可贵的民族精神。针对舞蹈专业的学生来说,应该好好的运用这一资源,无论是传统习俗、民族节日还是多多少少的歌舞演出机遇,这些全是推动发展羌族舞蹈高校教育事业的再塑造性的条件。而对待舞蹈老师来说,他们是教育与研习的进程中的纽带。本人认为一个好的老师应先将在本民族的知识特征精确的解读,将动作背后的文化元素把控好,才能清楚吗明了的转达给学生,从而学生整理的知晓,总之,要让学生生活学活用。高校羌族舞蹈的发展具有了某些了客观环境与主观条件。完全运用高校中的正规规范平台,团结少数民族同学是视为一个高校学生应该具有的优秀品质;而高校的老师水准的提升为舞蹈教学的教与学亦或是舞蹈活动的引导与教导性作用,更是为高校羌族舞蹈教育的传承给予有力的保证。^[2]

2.3 分因素、侧重点、科学规范提升培育

高校羌族民间舞蹈教学是培育舞蹈人才的主要渠道,其教学品质直接影响着舞蹈文化的传承进程。这一教学进程也并非无章法可依,唯有分因素、侧重点、科学规范的执行,必能培育出及格的舞蹈专才。精巧应用因素执行教学中主要的手法。中国民族民间舞蹈中因素是其进步的原驱动力,从民间舞蹈的根因素由此拓展延伸发展动作更能够势在必行的到达教学目标。风格韵味、韵律特征是划分各民族舞蹈的特别标签,在教学进程中从动作变成的动态、动力、动律、节奏特色,联合与本民族有关的历史背景、生态环境、文化精神加以限定。从一个动作、一个步调、一个形态中体会动作和节拍的变化形态,展现元素一动作一短句一组合一片断的教学方式。分章节、有节奏的进行锻炼,进而使学生明确认识和把控羌族舞蹈的形式、体态、以及根本律动和节奏类别的主要手段。从局部到全面、从单一到综合、从简单到繁杂,能够让学生深入浅出标明民间舞蹈的元素风格,并且达到以情带动、情动交融、以情传动、随心起舞的实训成效。运用该教学模式,不但能够体验纯正的舞蹈风格魅力,更能够达到培育民族民间舞蹈教育才人的性能。

3 结束语

总而言之,可能在现实的羌族民间教学进程中,老师素质各有不同,教学系统不够完备,社会对待羌族民族文化理解并不深刻,可是,经过强化羌族民间舞蹈的传播力度,提升老师队伍的素质标准,革新舞蹈教学的新形式,重视在实际的教学进程中,吸收历史文化与民族精神,必然提升羌族民间舞蹈的教学品质,扩展教学的广度及纵深度,推进学生的综合整体进步,加快羌族文化走向世界的脚步,彰显出羌族民间舞蹈的韵味。

参考文献:

- [1] 龙芙君. 探究式教学模式在舞蹈专业网课网络课程中的应用[J]. 艺术评鉴, 2020(24): 127-130.
- [2] 赵新哲. 民族民间舞蹈融入小学教学中的意义[J]. 当代音乐, 2018(07): 123-124.