

# 舞蹈技术技巧在舞蹈表演中的运用

麻树槐

(驻马店幼儿师范专科学校)

**摘要:**舞蹈作为一种能够向人们传递感情的艺术表现形式,其实际展现的效果取决于舞蹈技术技巧以及舞蹈表演两个方面,需求者在舞蹈表演的过程中,运用专业且丰富的舞蹈技术技巧来塑造整体的舞蹈艺术形象。舞蹈技术技巧与舞蹈表演两者之间存在紧密的联系,且对于诠释舞蹈作品的内涵起到了重要的作用。基于此,本文以舞蹈技术技巧为研究对象,对其特点以及重要性进行分析,并就舞蹈技术技巧在舞蹈表演中的运用展开简要探讨。

**关键词:**舞蹈技术技巧;舞蹈表演;运用

社会经济的不断发展,使得人们的物质需求得到了良好满足,因而在精神文化需求方面提出了更高的要求,且观众的审美素养也在不断地提升。基于这种时代背景,舞蹈表演者应当要认识到革新舞蹈技术技巧以及创新舞蹈表演形式的重要性,通过这种方式来为观众带来更加高水平的视听盛宴,并促进舞蹈这种文化艺术形式在新时代的良好发展。因此,舞者应重视个人的舞蹈技术技巧运用能力,并加强对于如何在舞蹈表演中进行舞蹈技术技巧运用方面的研究,以期实现个人舞蹈水平的有效提升。

## 一、舞蹈技术技巧的特点

### (一) 民族性

我国作为一个多民族国家,不同的民族具有着自己独特的风格。多姿多彩的民族文化,也衍生出了丰富的舞蹈艺术形式,因此各个民族的舞蹈技术技巧也各具特色,这体现了舞蹈技术技巧的民族性特点。舞者为了掌握多种民族的舞蹈技术技巧,就应当要加强对于各个民族文化背景的了解,以此来丰富个人的舞蹈艺术表现形式。

### (二) 观赏性

通过舞者肢体作出的韵律性舞动,展现了舞蹈的动作美。舞蹈技术技巧的美具有区别于其他艺术形式的独特性,其主要的受众群体为人,因此实际的艺术表现也是针对于人的审美需求而确定的。通过舞蹈技术技巧的展示,能够将人体的造型、姿态进行动态结合,以此来传达给观众视觉方面美的感受。同时,舞蹈也蕴含着丰富的情感要素以及思想内容,能够进入人的心灵,对人进行艺术熏陶,因此舞蹈技术技巧本身也具有较强的观赏性<sup>[1]</sup>。

### (三) 复杂性

舞蹈技术技巧的完美展现,通常需要发挥出人体的潜能,通过常人不能做到的肢体动作来进行展示。对于舞蹈技术技巧来说,其运用的主要目标是为了凸显舞蹈作品的主题,并与舞蹈表演的风格保持一致。因此,高水平舞蹈表演的呈现,离不开专业的舞蹈技术技巧,二者之前相辅相成,并带给观众视觉方面的强烈冲击,能够演绎出不同类型的艺术形象。可以说,舞蹈技术技巧是难度性、统一性以及思想性集于一体的外在表现,具有一定的复杂性。

### (四) 创新性

就舞蹈技术技巧本身来说,其是具有创新性的一种活动,是基于提炼舞蹈元素并进行加工以及升华的一种创新,此为第一层次创新。而在时间空间以及结构方面实现拓展,也是舞蹈动作元素的第二层次创新。同时,将中外舞蹈的技术技巧进行吸收,并与本民族舞蹈的文化进行融合,实现民族舞蹈文化内涵的丰富,这是第三

层次创新。因此,舞蹈技术技巧具有创新性的特点,而这也是推动舞蹈事业实现不断良好发展的重要因素。

## 二、舞蹈技术技巧在舞蹈表演中运用的重要性

### (一) 提升舞蹈演员技能

在舞蹈表演中运用舞蹈技术技巧,其需要建立在舞者的反复练习的基础上,对于舞者的基本功具有十分严格的要求。为了能够完成更高水平的舞蹈技术技巧,不但需要舞者自身处于良好的状态,还需要通过不断地练习来促使自己形成相应的肌肉记忆,进而提升舞蹈技术技巧在实际运用过程中的均衡性。因此,为了能够在舞蹈表演中发挥出舞蹈技术技巧的实质性价值和作用,舞者必须要重视对于个人舞蹈技能水平的提升,因此舞蹈技术技巧在舞蹈表演中的运用,对于督促和培养舞者不断提升个人技能的意识方面具有较为重要的作用和意义。

### (二) 诠释舞蹈动作内涵

作为重要的艺术表现形式之一,舞蹈表演通过各类舞蹈技术技巧的运用,能够将舞蹈的主题以及内涵进行展现,同时也能够将舞者的情感传达给观众,给观众的视觉以及精神方面都带来强烈的冲击。因此,舞蹈技术技巧在舞蹈表演中的合理运用,不仅是诠释舞蹈内涵的重要途径,也是展现舞蹈思想感情的有效方法。同时,舞者也能够通过舞蹈技术技巧的运用来实现自身思想感情的流露<sup>[2]</sup>。

### (三) 塑造舞蹈人物形象

舞蹈表演在历经数千年的发展,逐渐演化出了不同的形式,不同形式的舞蹈表演也能够传递不同的情感和思想,这与舞者的舞蹈技术技巧运用和演绎方式有着直接的关联。因此,舞蹈表演的主要呈现者是舞者,舞蹈技术技巧的主要运用者也是舞者,而舞蹈技术技巧在舞蹈表演中的有效运用,在提升整体舞蹈表演水平和效果的同时,也能够良好地塑造出舞者所演绎的人物形象。

## 三、舞蹈技术技巧在舞蹈表演中的运用方法

### (一) 加强舞蹈演员基础训练

为了能够为观众呈现出最佳的舞蹈表演,不但要对舞者的舞蹈表演能力和舞蹈技术技巧掌握运用程度提出严格的要求,而且要在舞蹈作品的选择方面进行着重地考虑。通过舞者高水平的舞蹈演绎能力,加上舞蹈作品类型的合理选择,便可以为舞蹈表演打下良好的基础。对于舞蹈技术技巧在舞蹈表演中的运用来说,其所呈现出的效果直接决定了舞蹈表演的水准,而这与舞者的舞蹈基本功有着直接的关联。舞者对于舞蹈动作的呈现以及舞蹈技术技巧的运用,会对观众的体验产生直接的影响。可以说,舞者是舞蹈表演的灵魂,

其个人的舞蹈素养水平以及专业的舞蹈技术技巧与舞蹈表演整体效果之间紧密相连。而相同主题的舞蹈作品，如果交给不同的舞者来进行演绎，其所展现出的成效也是有所差异的。基于此，为了实现在舞蹈表演中舞蹈技术技巧的良好运用，便需要加强舞者的基本功练习，使其通过持续的练习来提升个人的舞蹈技术技巧水准，并逐渐形成个人的舞蹈风格，能够运用个人专业能力将舞蹈技术技巧巧妙地融入在舞蹈作品中，为观众呈现高质量的舞蹈表演<sup>[1]</sup>。

### （二）准确把握作品情感内涵

不同的舞蹈作品都蕴藏着其独特的创作背景以及文化内涵，而能否将这种隐藏的主题通过舞蹈表演呈现给观众，也是决定着舞蹈表演水准高低的重要因素。作为民族的记忆，舞蹈是承载民族精神追求以及审美理想的重要载体，因此为了实现舞蹈技术技巧在舞蹈表演中的良好运用，舞者也必须要做好对舞蹈作品背后民族文化的深入研究，了解其文化背景、宗教信仰以及民族精神等，对舞蹈作品的思想情感以及文化内涵进行把握，明确舞蹈作品想要表达的主题内容，进而为舞蹈表演的呈现打好基础。而通过舞者对舞蹈技术技巧的合理运用，便也能够将舞蹈作品进行完美地呈现，给观众带来美的感受的同时，也使得舞蹈作品的内涵渗入到了观众的心灵。此外，舞蹈技术技巧的运用，为舞者的二次创作也提供了灵感，促使其在对舞蹈表演进行自主探索的过程中，能够实现技术和艺术的有效融合，对传统的舞蹈形式进行创新，进而通过新型的舞蹈技术技巧来更好得将舞蹈作品的文化内涵进行呈现和展示。

### （三）提高舞蹈演员表演能力

对于舞蹈作品最终的呈现效果和质量，这与舞者的个人舞蹈表演能力有着直接的关联，同时也是对舞者个人身体素质与舞台经验积累进行融合效果的考验。为了能够使得舞者在舞蹈表演中更好得将舞蹈技术技巧进行运用以及展现出来，提升舞蹈表演的水平，需要其在平时的训练过程中，加强个人能力素质的训练以及其他类型训练的力度，对舞者个人的力量、耐力、爆发力以及柔韧性等基础身体素质进行训练。同时，要结合即兴表演、表情训练等形式的训练内容，对舞者的个人表演能力进行全面提升。而对于舞台表演经验的积累，需要舞者在长期的艺术实践活动当中不断提升个人的艺术敏锐性，并积累灵感。通过在实际生活中对各种生活细节的捕捉，舞者要学会如何用心去对人物的性格以及所处环境进行揣摩、分析，进而加深对于舞蹈作品的理解深度。只有在积累丰富的舞蹈舞台表演经验以及实现个人舞蹈表演能力水平提升的基础上，舞者才可以将自己与舞蹈作品中的人物进行融合，进而为观众呈现出一个立体、饱满、鲜活且具有强烈感染力的舞蹈艺术形象<sup>[4]</sup>。

### （四）合理运用舞蹈技术技巧

舞者在进行舞蹈表演的过程中，需合理地运用舞蹈技术技巧进行运用，以此来实现将舞蹈艺术形式更好地展现给观众的目的，并且也能够通过舞蹈技术技巧来将舞蹈人物形象以及舞蹈情感内涵等进行呈现，以这种方式来体现出舞蹈作品的深刻寓意。因此，为了实现这一目标，突出舞蹈作品的主题和内涵，在进行舞蹈编导的工作中，需要结合舞蹈作品的实际演绎特点来对其舞蹈技术技巧进行合理地取舍，发挥舞蹈技术技巧的点缀作用，以能够完美呈现舞蹈作品价值的目标为准。舞蹈编导应避免使用繁杂且华丽无用的舞蹈技术技巧来博取观众的眼球，防止舞蹈作品的演绎具有“哗众取宠”的问题，要与杂技的演绎方式区别开来。而对于舞蹈的编创工作，

舞蹈编导应当要做好对舞蹈作品剧情的分析，进而对其具体的情节进行合理构思，进而通过选用合适的舞蹈技术技巧进行点缀，使得舞蹈的情感、寓意等得到了丰富，使其在实际的演绎过程中能够与观众的内心紧紧交织在一起，给观众呈现出形式更加丰富以及具有深厚内涵的舞蹈作品。此外，为了实现舞蹈作品能够与观众的内心产生共鸣的目标，舞蹈编导也需要突出舞蹈作品的生活性，赋予其活力，并突出其中表达的人物形象，这也体现了舞蹈艺术来源于生活，并通过表演实现艺术升华的特点<sup>[5]</sup>。

### （五）协调完善舞蹈表演节奏

在舞蹈表演的过程中，舞者对于自身的身体应当要进行良好地控制，通过发挥个人的肢体协调能力来更好地将舞蹈的艺术魅力展现出来。为呈现最佳的舞蹈表演效果，舞蹈动作、舞蹈步伐、舞蹈节奏等都是舞者应当要重视训练的基本舞蹈元素，以期实现各项舞蹈组成元素之间的有效结合，呈现出更加优美、更加协调以及具有节奏感的舞蹈表演。作为心灵艺术的直接体现，舞蹈表演能够展现舞者纯洁的心灵，而这也需要舞者能够对舞蹈的实际表演过程进行有效的完善，以期实现舞蹈表演的顺利进行。在实际的舞蹈表演过程中，对于一些难度系数较大的舞蹈动作，舞者在进行演绎的过程中有一定的几率会因为重心不稳导致身体失衡。此时，若舞者能够在平日的训练过程中加强个人肢体协调能力的训练，便可以在关键时刻摆正身体姿态，扭转即将出现失误的局面。因此，对舞蹈表演的节奏进行掌握，对个人的肢体协调能力进行加强，是作为舞者最基本的技能要求。舞者应在进行舞蹈技术技巧的运用过程中，实现快、准、狠，以最标准的姿态迅速完成舞蹈动作的演绎，为舞蹈表演增加亮点，这也是在舞蹈表演中能够活灵活现展示舞蹈技术技巧的重要基础。

### 结束语：

综上所述，作为人类文化中重要的艺术结晶，舞蹈这种艺术形式以最直观的方式将其内涵和寓意呈现在观众眼前，给人营造一种美的感受与体验。而要实现这一目标，便需要依靠舞蹈技术技巧来作为重要支撑，进而实现舞蹈表演作品质量水平的提升。因此，在舞蹈表演中运用舞蹈技术技巧，不仅能够发挥出丰富舞蹈元素的重要作用，还能够提升舞蹈表演本身的张力和感染力。舞蹈技术技巧作为决定舞蹈表演作品成败的关键，是众多舞蹈表演者专业能力提升方面遇到的严峻挑战。只有舞蹈表演者能够对舞蹈的技术技巧的特征进行合理掌握，并感知舞蹈作品的内涵与情感价值，才能够实现人舞合一，发挥舞蹈技术技巧的真正作用。

### 参考文献：

- [1]苏璟宇.浅谈舞蹈技术技巧在舞蹈表演中的运用[J].喜剧世界(下半月), 2021(12): 71-72.
- [2]韩建平.舞蹈技术技巧在舞蹈表演中的应用研究[J].戏剧之家, 2021(35): 132-133.
- [3]吴翌.分析民间舞技术技巧在民间舞蹈表演中的运用[J].艺术评鉴, 2021(21): 84-86.
- [4]王娜.舞蹈表演中舞蹈技术技巧的有效应用[J].牡丹, 2021(14): 136-137.
- [5]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.