

中国民族舞蹈元素融入竞技健美操的优势

杨小平

(兰州职业技术学院 甘肃兰州 730070)

【摘要】随着经济全球化的发展,各类舞蹈元素的融合已成为社会发展趋势。民族舞蹈是我国的艺术瑰宝,历史悠久、内容丰富多彩、表现形式多元化是民族舞蹈的显著特点。但随着外来舞蹈的冲击,我国传统民族舞蹈备受外来舞蹈的影响而越来越不被国民重视,尤其以年轻人更甚,沉迷于外来流行舞蹈而无法自拔,对于传统舞蹈文化不闻不问。针对这一现象,与其全面抵制外来文化,不如将本土舞种与其相结合,取长补短,共同发展。本文以竞技健美操为例,主要阐述我国民族舞蹈元素与竞技健美操的特点,我国民族舞蹈元素融入竞技健美操的优势,以供参考。

【关键词】中国民族舞蹈; 竞技健美操; 元素融合优势; 策略建议

DOI: 10.18686/jyxx.v3i7.50486

竞技健美操的引入我国已经超过几十年,在这几十年中,竞技健美操不断发展,但在其发展过程中还存在一些弊端,例如,竞技健美操的传承及创新发展问题。而民族舞蹈是我国的艺术瑰宝,它的特征主要表现为传承性和娱乐性,它可以为竞技健美操在国内的发展提供一个更完善的平台。同时,二者的有机融合强化了艺术的表现形式,提升其美感。因此,只有民族舞蹈与竞技健美操相互融合,促使他们发挥出各自的艺术表现力,才能不断推动民族舞蹈与健美操的蓬勃发展。

1 我国民族舞蹈的人文价值

1.1 民族舞蹈的含义

民族舞蹈是指在一定的地域范围内,一种起源于劳动人民日常,并且深深植根于劳动人民生活之中的形体表现,是劳动人民对美好愿望的寄托。民族舞蹈与群众的生活是相辅相成,民族舞蹈的形式大多数是原始的集体歌舞。民族舞蹈大多历史悠久,而且在民族舞蹈发展的过程中,体现出不同地域的舞蹈文化价值,同时具有其独有的舞蹈文化内涵。总的来讲,人民群众是民族舞蹈的载体,是民族舞蹈的创始者和传播者。每个公民作为中华民族的成员之一,都应该自觉肩负起传承我国民族文化的职责^[1]。

1.2 民族舞蹈的特性

1.2.1 具有民族性与地区性特征

民族舞蹈是以个人或团体为组织单位而展现的艺术形式。在文化的发展长河里,民族舞蹈将各个历史阶段的文化特征展现的淋漓尽致,体现了鲜明的民族性和地区性特征。

1.2.2 普遍的群众性特质

民族舞蹈起源于广大人民群众生活,人民群众是舞蹈的编排者和传承者。他们的形态以及文化涵养、性格偏好等都对民族舞蹈文化的传承具有深刻影响。所以,人民群众是发展和继承民族舞蹈文化最重要的载体。

1.2.3 传承性和娱乐性特征

民族舞蹈是一类肢体语言在集体中的展现方式,在人类历史长河中不断发展完善。从一开始的田间娱乐活动逐渐发展成为一种传承历史的娱乐项目,所以,传承性和娱

乐性是民族舞蹈文化的重要特征。

1.2.4 多元化发展特征

我国五十六个民族,各个民族特色都十分鲜明。因此,伴随着社会的发展,民族舞蹈文化要面临舞蹈市场还有外来舞蹈文化的洗礼,不断完善民族舞的展现方式,舞蹈新作品和结构主体逐渐适应社会发展,呈现多元化发展的趋势^[2]。

1.2.5 稳定性与变异性特征

民族舞蹈可以说是伴随着人类社会的发展,并且一直处于与时俱进的发展中,其中在发展的几千年中,稳定与变异性共存,并在此过程中在保留着民族舞蹈的原生形态特性的同时,还逐渐适应人类社会的发展需要。绝大多数的民族舞蹈保留了本民族经典的舞蹈姿态,并且不断革故鼎新,适应了社会发展,流传至今。尤其改革开放以来,在传承经典的同时也与现代舞蹈文化有机结合。

1.2.6 民族舞蹈具备浓烈的色彩特征

上文提到,民族舞蹈文化具有传承性和娱乐性特质,同时,大多数民族服装也色彩艳丽,随着社会的发展进步,舞蹈的作用逐渐向社会消遣方向所发展,并且逐渐渗透到人类生活的每个方面,同时担任了表达人类情感的方式之一。民族舞蹈文化的感情色彩表现在风格独特,舞姿优美等方面,衬托出各个民族的独一无二的物质文化和精神世界,而且还代表了本民族群众的独特审美。

2 竞技健美操的特点及发展现状

竞技健美操属于非奥运体育项目,是上世纪三十年代才传入中国的运动形式,一度被广大人民群众所追捧。初期健美操是作为一种锻炼形式而被人熟知,逐渐演变为竞技类活动,它体现的是一种多元化的美,是力量与美的结合体。竞技健美操之所以经久不衰,主要是因为它的表现形式多样,而且视觉冲击力强,长期训练不但能强化人的身体机能,还可以增强自身的艺术底蕴^[3]。

在竞技健美操的赛场上,其主要是在视觉与听觉双感官下考核参赛员动作的连贯性、动作技巧以及面部表情的整体表现。因此,竞技健美操的表现形式就需要重视其美感,恰到好处地结合力与美,为观看者呈现一种视觉享

受。而通过对竞技健美操的欣赏学习,人们不但可以掌握诸多运动文化知识,还可以全方位完善自身的人文素养与审美,从而不断扩充自身的艺术文化储备,并且在往后的日常生活中结合其本身的素养,不断通过对竞技健美操的学习实践充实自己。

目前,竞技健美操在我国面临项目投入少、训练设施不完善、教师队伍质量偏低等方面的问题,这样的现状延缓了竞技健美操在国内发展水平,将会致使越来越多真心喜欢竞技健美操的人民群众对其丧失积极性^[4]。

3 中国民族舞蹈元素融入竞技健美操的优势分析

3.1 宣扬我国民族文化,增强民族自豪感

虽然中国民族舞蹈是我们的文化瑰宝,其表现形式被国民所认可,但受限于区域性,在全球的历史地位并不高。众所周知,竞技健美操现已获得全世界人民喜爱和追捧,如若在竞技健美操中融入我国民族舞蹈的元素并加以推崇,面向全球的发展,在一定程度上就可以提升我国民族舞蹈的世界地位。因此,相关部门注重于培养专业的舞蹈人才,并通过一定的学习提升他们的创新意识。比如,相关部门应定期开展培养民族舞蹈和竞技健美操专业人士的活动,促使很多真心喜欢舞蹈和运动的人掌握两种文化精髓。与此同时,还需要加大力度对那些极具天赋、真心热爱民族舞蹈或者竞技健美操的学生重点培养,让他们在闲暇之余保持热爱从而有效的进行系统的学习。为了真正做好对学习者的民族舞蹈和竞技健美操教学活动的开展,还应定期开设各种各样的培训小组,促进民族舞蹈和竞技健美操的有机融合^[5]。

3.2 增强形体的表现力,使其更具观赏性

我国民族舞蹈源于劳动人民的日常生活,如蒙古舞中的打猎形态、骑马形态等,而竞技健美操的编排需要一定的文化背景或历史背景,将民族舞蹈元素融入其中可以为其提供编排方向。例如,将蒙古舞的元素融入其中,能够充分体现竞技健美操的民族性和奔放。在某届大学生运动会健美操比赛中,参赛的六名女子将维吾尔族舞的元素与健美操完美结合,其身姿轻盈,刚柔并济,民族色彩强烈,舞姿优美,在为观众提供审美享受的同时,又宣扬了民族文化,因此夺得此次比赛的桂冠。总的来说,民族舞蹈的传承与发展是以教育作为表现形式的,因此,创建一个完善体系是民族舞蹈与竞技健美操共同发展的支柱,才能让二者结合的优势最大程度展现出来。因此,只有不断完善体制体制,着重加强现代教育管理的方式,端正自身态度开展教育引导工作,以鼓励为主,尊重每个学生的想法,制定更全面、让他们更信服的综合指标。并且在教育的过

程中融入以生为本的观念,激发他们的主观能动性,在更正自身不足之处的同时,让他们树立正确的学习观^[6]。

3.3 体现形式多样化,增强国际凝聚力

我国民族舞蹈与竞技健美操的有机结合不但创新了形态的表现方式,而且使其走出国门,被更多人所认可,无形中增强了国与国之间的凝聚力。各国之间的传统文化与舞种交流,无疑为竞技健美操的发展铺平了道路。竞技健美操一直都走在创新的最前沿,所以才历经多年而经久不衰,因此,竞技健美操的编排不但要体现各民族的文化,还需要对其进行形式上的创新,避免观众在观看过程中审美疲劳。与此同时,创新过程中竞技健美操的设备设施还需不断完善,设备更新不及时是现代社会中普遍出现的问题。这就要求相关部门不断完善训练的设施设备,增强社会责任感。例如,完善互联网教学设施,对于一些难度高的动作,可以通过视频将本节内容给生动形象的演示出来,便于自身更直观地理解其中的难点,然后根据自己的理解找出动作的要领。并且,重复观看极具民族特色的舞蹈视频,有利于观看者对于其中的精髓进行挖掘展示,相关人员要倡导学习者多观看视频,并对其展开探讨,同时引进优秀教材,为学习者提供最符合社会发展的新的教育资源。对于互联网资源的有效规划利用,不但可以节省演示时间,还可以快速掌握其中的技巧,在有一定的视频了解基础上,再进行创新编排的效率就会大大提升。

4 结语

现阶段,我国民族舞蹈传承受到教育界的普遍关注,因此,作为千千万万的舞蹈传承者之一,我们应该全方面结合竞技健美操的优势,将二者充分融合,为人民群众展现出全新的舞蹈活力。同时,我们还需要全面地考虑多种客观因素带来的影响,全方位站在传承创新的角度解决问题。总的来说,保护和传承民族舞蹈和竞技健美操是一段道阻且长的路程,在当下如何高效地将民族舞蹈与竞技健美操有机融合,还需要更多的实践对其进行检验。因此,作为舞蹈传承工作者,应该树立良好的职业素养,切实地投入到民族舞蹈的保护和传承工作里去。并且在此前提下,摒弃守旧的思想,将创新放在教学的主位,贡献自身力量,积极探索革故鼎新,更全面的探寻舞蹈传承创新的相关模式,为推动我国舞蹈事业和竞技健美操事业做出贡献。

作者简介: 杨小平(1977.11—),女,甘肃兰州人,副教授,研究方向:体育教育。

【参考文献】

- [1] 石裕祖.民族民间舞蹈文化传承规律及其发展趋势研究[J].云南艺术学院学报, 2007(2): 54-61.
- [2] 隆荫培,张图图.中国民族舞蹈元素与竞技健美操的有效融合[M].上海:上海音乐出版社, 2017.
- [3] 黄永林.中国民族舞蹈元素的发展与竞技健美操的优势[J].文化遗产, 2019(5): 123-124.
- [4] 方李莉.经济全球化背景下中国民族舞蹈与竞技健美操的有机结合[J].北京大学学报(哲学社会科学版), 2018(3): 103-104.
- [5] 王文章.中国民族舞蹈文化与竞技健美操文化探析[M].北京:文化艺术出版社, 2014.
- [6] 王筱涵.探究中国民族舞蹈结合竞技健美操的创新发展模式[J].新校园:舞蹈版, 2018(2): 101-102.