

Research on the Method of Improving the Stage Performance of Dance Students in Higher Vocational Colleges

Jiaye Tang

Ji'an Vocational and Technical College, Changde, Hunan, 415000, China

Abstract

Stage performance is an important embodiment of the comprehensive ability of dance students in higher vocational colleges, and it is also one of the core competitiveness of their future career development. At present, there are still some problems such as disconnection between theory and practice and single method in the training of students' stage performance in higher vocational dance education. Starting from the connotation of stage performance, combined with the actual situation of dance education in higher vocational colleges, this paper puts forward specific methods to improve students' stage performance, including focusing on physical expression training, strengthening emotional expression ability and improving comprehensive stage performance through simulation. The research shows that scientific training methods and diversified teaching modes can effectively enhance students' stage performance and lay a solid foundation for their career development.

Keywords

higher vocational dance major; stage performance; physical expression; emotional expression; simulated combat

高职舞蹈专业学生舞台表现力提升方法探究

唐嘉烨

吉安职业技术学院, 中国·湖南 常德 415000

摘要

舞台表现力是高职舞蹈专业学生综合能力的重要体现,也是其未来职业发展的核心竞争力之一。当前,高职舞蹈教育在培养学生舞台表现力方面仍存在理论与实践脱节、方法单一等问题。论文从舞台表现力的内涵出发,结合高职舞蹈教育的实际情况,提出提升学生舞台表现力的具体方法,包括注重身体表现力训练、强化情感表达能力以及通过模拟实战提升综合舞台表现力。研究表明,通过科学的训练方法与多元化的教学模式,可以有效增强学生的舞台表现力,为其职业发展奠定坚实基础。

关键词

高职舞蹈专业; 舞台表现力; 身体表现力; 情感表达; 模拟实战

1 引言

随着舞蹈艺术的职业化与市场化发展,对舞蹈表演者的综合素质提出了更高要求。舞台表现力不仅是舞者技术能力的重要外在体现,更是观众与作品情感互动的关键媒介。然而,当前高职舞蹈教育在学生舞台表现力的培养方面仍存在一些不足。一方面,传统教学模式过于注重动作技巧的训练,而对舞台表现力的综合培养关注不足;另一方面,学生在实际表演中常常难以将技术与情感有机结合,导致舞台表现流于形式化,缺乏感染力。

高职舞蹈教育的核心目标是培养实践能力强、符合行业需求的应用型人才,而舞台表现力作为核心能力之一,不仅关乎学生的个人艺术表达能力,还直接影响其就业竞争力

与职业发展。因此,探讨如何有效提升高职舞蹈专业学生的舞台表现力,具有重要的理论价值与实践意义。

论文从舞台表现力的内涵出发,结合高职舞蹈教育的特点,分析影响学生舞台表现力的关键因素,并提出具体的提升策略,包括身体表现力训练、情感表达能力培养以及模拟实战教学等,为高职舞蹈教育改革与学生职业能力的全面提升提供理论支持与实践路径。

2 舞台表现力的内涵与重要性

2.1 舞台表现力的内涵解析

舞台表现力是舞蹈表演者在舞台上通过身体动作、情感表达与舞台空间运用,与观众建立情感连接的综合能力。这种能力不仅体现在动作的完成度与技巧的熟练性上,更体现在舞者对作品内涵的理解与情感的投入。舞台表现力可以分为身体表现力、情感表现力与空间表现力三个维度。身体表现力是基础,强调动作的力量、节奏与美感;情感表现力

【作者简介】唐嘉烨(1992-),男,中国湖南常德人,本科,助教,从事旅游研究。

是核心，通过情绪与气质传递作品的思想内涵；空间表现力则体现了舞者对舞台空间的驾驭与表演层次的呈现。

2.2 舞台表现力对舞蹈专业学生的意义

对于高职舞蹈专业学生而言，舞台表现力是衡量其职业素养的重要标准。在舞台表演中，舞台表现力的强弱直接影响作品的艺术感染力与观众的情感共鸣。舞台表现力较强的舞者能够通过细腻的动作与真挚的情感表达，使观众更深刻地感受到作品的艺术价值与文化内涵。此外，在职业舞蹈市场竞争日益激烈的背景下，舞台表现力已经成为用人单位评价舞者的重要标准之一。具备出色舞台表现力的学生更容易在就业市场中脱颖而出，获得更多职业发展机会。

3 影响高职舞蹈专业学生舞台表现力的因素

3.1 身体基础与技术能力的制约

身体表现力是舞台表现力的基础，但部分高职舞蹈学生在身体素质与技术能力方面存在明显短板。例如，柔韧性不足、力量控制不佳等问题会直接影响动作的完成度与观赏性。此外，学生在基本功训练中缺乏对动作细节的关注，导致表演过程中动作不够精准与流畅。这些问题使得学生难以在舞台上呈现高质量的表演效果。

3.2 情感投入与角色塑造的不足

情感表现力是舞台表现力的核心，但许多学生在表演中对情感的把握能力不足。一方面，学生在训练中缺乏对作品情感内涵的深入理解，导致表演时难以与作品建立情感共鸣；另一方面，部分学生缺乏表演经验，在舞台上容易因紧张或不自信而无法充分表达情感，表演显得机械化与单一化。此外，角色塑造能力的不足也使得学生在表演中难以准确传递作品的思想与意图。

3.3 舞台经验与综合素质的欠缺

舞台表现力的提升需要通过大量舞台实践与综合训练实现。然而，高职舞蹈教育的实践教学资源相对有限，学生参与舞台表演的机会不足，导致其对舞台环境的适应能力与综合表现能力较为欠缺。此外，学生在时间管理、团队协作等综合素质方面的不足，也对其舞台表现力的发挥产生了一定制约。

4 提升高职舞蹈专业学生舞台表现力的方法

4.1 注重身体表现力的基础训练

身体表现力是舞台表现力的基础，也是舞者与观众之间建立视觉和情感连接的首要途径。高职院校在基本功训练中，应注重学生力量、柔韧性与控制力的全面发展。例如，通过科学的柔韧性训练改善学生的身体延展性，使动作更具张力与线条美感；通过专项力量训练提升身体的控制能力，让动作的力度更加饱满，尤其在跳跃、旋转等高难度动作中展现出更强的技术表现力。同时，加强动态控制训练能够帮助学生在动作的连接与转换中更加流畅与稳定，从而呈现更自然的表演状态。

4.2 强化情感表达与角色塑造能力

情感表现力是舞台表现力的核心，是舞者通过舞蹈语言打动观众、传递作品内涵的重要途径。为了帮助学生提升情感表达能力，教师可以通过多样化的训练方法为学生提供更全面的情感体验。例如，通过情境模拟训练，让学生在特定情境中练习情感表达与角色塑造能力，如表现失落、欢快、愤怒等情绪。这种训练方式能够帮助学生感知情感的细微变化，提升其情感传递的真实感与细腻度。同时，通过舞台表演赏析与讨论，让学生观察并学习优秀舞者如何通过动作、表情与节奏展现情感内涵，并在实践中模仿与创新。这种分析与实践结合的教学方式，有助于学生更深刻地理解不同作品的情感内核与艺术表达。

4.3 通过模拟实战提升综合表现能力

模拟实战是提升舞台表现力的重要途径，通过营造接近真实演出的环境，可以让学生更好地适应舞台表演的多重要求。学校可以定期组织舞台模拟演练，为学生创造机会熟悉舞台表演的全流程，包括排练、灯光音效设计、道具运用和观众互动等环节。例如，教师可以设计完整的舞台表演任务，从选定作品到完成演出的全过程，由学生负责各个环节的执行，如编舞、灯光调控与节奏把控。这种教学模式能够帮助学生全面理解舞台表演的构成要素，并在演练中发现和改进自身的不足。例如，通过多次排练提升对舞台空间的利用与动作间的协调性，从而让学生的表现更具专业性与完整性。

此外，还可以组织学生参与校内外的舞蹈比赛、艺术节或社会公益演出，让学生在多样化的实战场景中积累经验。例如，在表演过程中，学生可以练习如何应对突发情况，如音乐延迟或舞台环境变化，这种实践经历将有助于提升其临场应变能力与心理素质。同时，通过观众的反馈与评价，学生能够更直观地了解表演的效果与自身的不足之处，从而在今后的表演中加以改进。

5 教学与实践结合的优化路径

5.1 深化课程内容设计

在高职舞蹈教育中，课程内容的合理设计直接关系到学生舞台表现力的提升。传统舞蹈课程多以技术动作的训练为主，忽视了表演艺术与综合舞台技能的培养。因此，高职院校应在课程体系中增加专门针对舞台表现力的教学模块，将身体训练与情感表达、舞台运用相结合，全面提升学生的综合表现能力。例如，可以开设“表演艺术与舞台技巧”课程，通过系统性的表演训练帮助学生掌握肢体语言与情感表达的协调技巧。同时，加入“舞台场景设计与灯光应用”课程，教授学生如何结合灯光、音效等舞台元素增强表演感染力，让学生在表演中更具专业意识。

此外，课程设计还应注重多学科融合。例如，可以将戏剧表演元素融入舞蹈教学中，通过角色塑造训练帮助学生

更深刻地理解和表达舞蹈作品的情感内涵；将美学、心理学等知识融入教学内容，培养学生对舞蹈艺术的多维度感知能力与审美能力。同时，课程设置应注重理论与实践相结合，学生不仅需要学习舞台表演的理论知识，还需通过实践环节将其转化为实际表演能力。例如，可以在课程中安排模拟舞台演练与观摩优秀舞台作品，让学生在实践中巩固学习成果并不断改进表现技巧。

为了进一步深化课程内容，高职院校还可以引入外部优质资源。例如，邀请知名舞者或编导担任客座教师，通过专题讲座或短期培训传授舞台表现力提升的方法与经验；引入经典舞台剧目或舞蹈作品作为案例教学素材，帮助学生理解表演的核心内涵。通过多元化、系统化的课程内容设计，学生不仅能够掌握基本技能，还能在表演中展现出更强的艺术感染力和专业表现力。

5.2 推动校企合作与实践教学

校企合作是提升高职舞蹈专业学生舞台表现力的重要抓手，也是推动教育与行业融合的关键途径。通过与艺术团体、文化机构的深度合作，高职院校能够为学生提供更多实际表演机会，帮助其在真实舞台环境中积累经验与提升能力。例如，学校可以与地方剧院或舞蹈团合作，让学生参与剧目排练或担任助理编导，通过参与实际演出项目了解舞台表演的全流程，包括舞台调度、表演节奏的掌控以及团队协作等关键技能。这种真实场景下的学习体验不仅让学生更直观地理解舞台表演的要求，还能帮助其迅速适应未来职业角色。

在校企合作模式中，“定向培养”是一种行之有效的方式。学校可以根据合作企业的需求，为其定制舞蹈人才培养方案，确保学生在校期间就能接受与未来职业岗位高度匹配的训练。例如，某艺术团需要能够熟练驾驭民族舞与现代舞风格的表演者，学校可以针对性地设置培训课程，强化相关技能的训练，并通过多次校企联合演出帮助学生将课堂知识与实际应用相结合。这种“订单式”培养模式不仅能够提高学生的就业竞争力，还能使校企合作形成良性循环，为学校和企业双方带来实质性收益。

此外，学校还可以通过与企业共建实践基地，为学生提供长期稳定的实训环境。例如，在舞蹈剧院或大型文化活

动的筹备过程中，为学生提供实地实践机会，让其亲身参与舞台设计、节目编排与后期演出，通过多样化的实践活动锻炼学生的综合能力。同时，企业也可以派遣专业导师参与学校教学活动，帮助学生了解行业最新动态与技术趋势，增强教学内容的实用性与时效性。通过校企深度合作与实践教学的有效结合，高职舞蹈教育不仅能够更好地适应市场需求，还能为学生未来的职业发展提供强有力的支持。

6 结语

舞台表现力是高职舞蹈专业学生综合素质的集中体现，其提升不仅需要扎实的基本功训练，更需要情感表达、角色塑造与舞台综合运用能力的全面发展。论文结合高职舞蹈教育的特点，从深化课程内容设计、推动校企合作与实践教学等方面提出了具体的提升策略。通过在课程体系中增加表演艺术与舞台技巧的教学模块，学生能够在理论学习与实践的全面提高身体表现力与情感表达能力；通过校企合作模式为学生提供更多真实的舞台实践机会，学生能够在演出中积累经验、提升信心，并逐渐展现出更加成熟的舞台表现力。

未来，高职舞蹈教育应在教学改革与资源整合方面继续深入探索。例如，通过引入跨学科融合教学模式和国际化合作资源，进一步拓宽学生的艺术视野；通过优化教学设施与搭建数字化教学平台，为学生提供更加丰富的学习工具与资源支持。同时，学校应加强与行业的联动，建立长效的合作机制，让学生在学习期间就能充分融入行业实践，确保培养的人才更贴合市场需求。通过多方协同努力，高职舞蹈教育将为学生的职业发展与艺术梦想提供更加坚实的保障，为舞蹈行业培养更多高素质的应用型人才。

参考文献

- [1] 黄泽仪.基于“岗课赛证”融合的高职高专学前教育舞蹈课程改革与实践研究[J].戏剧之家,2024(29):137-139.
- [2] 阮婧斐.高校音乐学专业舞蹈教学改革探索[J].尚舞,2024(18):143-145.
- [3] 陈静雅,肖培培.论多元化舞蹈教育及其方法——综合性大学舞蹈教育的特点[J].尚舞,2024(18):149-151.
- [4] 田甜.高职院校教学模式改革与实践研究——以珠海艺术职业学院舞蹈编导专业为例[J].尚舞,2024(16):147-149.