

Research on Application of Dance Scientific Training Theory in Ballet Basic Training Teaching

Tan Li

Jiangnan University, Wuxi, Jiangsu, 214122, China

Abstract

Ballet basic training, as an important teaching course in the teaching of Chinese dance majors, plays an important role in improving students' comprehensive physical ability and training dance talents. In the new period, there are higher standards and requirements for ballet basic training teaching. Since dance scientific training theory has a great help to the development of ballet basic training teaching, it is necessary to further improve the quality of basic training teaching and level, it is necessary to strengthen the grasp and popularization of theoretical knowledge of dance scientific training. Based on this, the paper comprehensively analyzes the application of dance scientific training theory in ballet basic training teaching.

Keywords

dance scientific training theory; ballet basic training teaching; applied research

舞蹈科学训练理论在芭蕾基训教学中的应用研究

李坦

江南大学, 中国·江苏 无锡 214122

摘要

芭蕾基训作为中国舞蹈专业教学中的重要教学课程,对提升学生的身体综合素质能力,以及培养舞蹈人才有着重要的作用。新时期,对芭蕾基训教学有了更高的标准与要求,由于舞蹈科学训练理论对芭蕾基训教学工作的开展情况有着较大的帮助作用,因此,要想进一步提高办理基训教学工作质量与水平,就要加强对舞蹈科学训练理论知识的掌握与普及。基于此,论文就全面分析一下舞蹈科学训练理论在芭蕾基训教学中的应用。

关键词

舞蹈科学训练理论; 芭蕾基训教学; 应用研究

1 引言

随着中国对文化艺术重视度的不断提升,只有不断加强
对芭蕾基训教学工作的改革创新,才能为社会的发展培养更
加多元化的复合型优秀人才。由于当前中国较多高校在进行
芭蕾基训教学过程当中,缺乏了对舞蹈科学训练理论知识
的应用,导致芭蕾基训教学工作的质量水平仍处于较低的状态,
因此,论文将全面分析一下目前舞蹈科学性的理论在芭蕾基
训教学中的具体应用情况,并就存在的问题提出相应的解决
措施,希望可以为芭蕾基训教学工作的改革有所帮助。

2 当前芭蕾基训教学过程中存在的不足之处

具体结合当前各高校的芭蕾基训教学工作开展情况来看,
对舞蹈科学训练理论的应用力度较小,并且在教学过程中,

教师也存在着教学方法过于依靠经验,教师间的教学方式方
法不统一的问题,而且学生之间也存在着对于各类舞蹈动作
接收的水平较差以及自我意识保护薄弱的问题。因此,论文
将全面分析一下上述不足之处及所产生的原因。

2.1 教学方法过于依靠经验

当前,较多高校在开展芭蕾基训教学工作时,存在着大
多数教师使用经验教学的情况,这种教学方法根据教学结果所
呈现的情况来看,分为适当的经验教学和过量的经验教学两种。
适当的经验教学应用于芭蕾基训教学工作中能够取得较好的教
学结果,教师通过自身在舞蹈训练过程中所积累的一些方法,
对学生进行传授,在这个过程当中能够让学生真正的起到训练
效果,并且能够根据学生的不同情况进行改变,提供更好的训
练,这种训练方式可以根据实践进行转变,推动学生对芭蕾训

练各项理论知识的理解,且该方式更加科学形象,通过更加直观的方式传授给学生,使其能更容易接受,是更好的一种方式,但是教师在对经验进行传授时,如果把握不好,就会让学生掌握过量,然而过量进行教学所呈现的效果是较差的,没有结合当前其他的方法进行吸取^[1],而是采用了照搬的形式,并没有采取一定的转变,没有针对性。结合当前较多高校的芭蕾基础教学工作开展状况来看,存在着大多数教师进行过量化经验教学的情形,这样学生在学习时就很难真正的掌握到学习芭蕾舞的真正要点,就没有根据具体学生的学习情况来进行及时的改变。导致学生在学习芭蕾舞时的情况参差不齐,是目前芭蕾舞教学一个比较严重的问题。

2.2 教师之间的教学方式方法不统一,过度个性化教学

由于芭蕾基训教学工作的学习内容较为广泛,那么为进一步提高学生的学习效果,需要聘用各个环节表现优秀的教师来进行相应专题模块的讲解,但因为教师之间的生活环境,家庭,性格,阅历等等都存在差异性^[2],所以他们之间的社会因素以及个人因素的不同导致每位教师都有各自的个性特征,那么教师在教授过程当中就存在着不同的教学方式方法。所以在进行教学工作时,教师在自身的个性特征基础之上进行授课,便会具有自身的显著特征。但是个性教学对于教学结果也存在着一定的影响,各有利弊,若教师在授课中,个性教学的力度把握适当,那么就可以对教学的作用起推动作用^[3]。当前有的基训老师在课堂中以分组的方式进行芭蕾舞教学,以最好的视角看到每位学生的动作,老师也会不厌其烦的进行亲身的示范,带领学生不断练习,让学生模仿其动作,这就是很强的个性化教学,在模仿中学习,其结果也是较为乐观的。适当的个性教学不仅可以促进师生之间的关系,而且也可以有效的提高教学的质量与水平,反观过度个性教学,该教学方式既不促进教学结果,也会降低教学的质量与水平。在舞蹈训练过程中,教师应当恰当的带有个人色彩进行教学,若没有个性化教学,那么课堂的氛围便较为低沉,但是其个性化特征过于明显,将会影响学生的学习,也不利于学生接受知识,从而导致教学的失败^[4]。

2.3 学生接受动作情况水平较低,自我保护意识薄弱

舞蹈科学训练理论应用于芭蕾基训教学工作的效果较差,

不仅教师自身方面存在责任,学生也有一定的原因。在芭蕾基训教学工作中主要是以教师的训以及学生的练两条主线围绕学习来进行,通过论文上面的分析可以看到目前学校的芭蕾训练工作中教师存在的问题,那么当前,学生所存在的问题便是,对于一些舞蹈基础较差的学生来说,学生在接受新的知识上,一方面主要是来自书本上的理论知识,另一方面便是来自老师面对面的讲授,在理论知识方面学生普遍存在着对专业知识不够重视的一个状况,所以存在很多的逃课情况,学生上课听讲的程度也不高,这种现象大多数普遍存在在在 many 的高校当中,大部分的舞蹈类学院都会出现这种问题^[5]。除此之外,学生在学习过程当中也存在着接收错误舞蹈动作的情况。出现此种问题,是由于学生在对舞蹈科学理论知识学习过程当中没有较好的把握,没有对课前将要学习的舞蹈动作进行了解与预习,所以说对老师所传授的舞蹈动作并不能够及时掌握,就存在学生的动作与老师所教的动作不一样的问题,学生在没有科学的认识下才会导致动作错误以及做不到位情况的产生,所以说,在芭蕾基训教学工作当中,教师就应当注意到这个问题,要加强培养学生对舞蹈理论知识的掌握^[6]。再一个问题是,由于芭蕾基训是技术性的课程,需要学生进行重复的训练,才能够进一步提高自身的舞蹈水平,当前较多的学生在训练过程当中经常出现受伤的情况,如果学生面对损伤浑然不知,继续训练将会导致受伤部位更为严重。所以学生在芭蕾基训训练过程当中,要注重对自身身体的保护,而当前较多的学生忽视了对于此方面的重要性的认知,就导致在学习过程当中,各种损伤自己身心健康的问题频频发生,不利于自身安全健康。

3 针对上述问题所提出的解决措施

通过论文上面的分析可以看到目前舞蹈科学训练理论在芭蕾基训教学中的应用力度较小,理论知识并没有推动教学工作质量的提升。那么,论文下面将主要从提高教学方式方法的科学合理性以及培养学生的自我安全保护意识两方面来全面阐述,进一步推动舞蹈科学性的理论应用于芭蕾基训教学中。

3.1 提高教学方式手段的科学合理性

由于舞蹈学习是一个日积月累的过程,那么在教学工作中,教师就要注重对科学合理教学方法的运用,首先,要重视

训练的适当性,在训练过程中,由于超负荷的训练会对学生的身体状况产生不利影响,那么在训练过程中就要以学生的身体状况为基础而采取不同的训练强度,在不影响机体过度消耗的同时又能达到训练效果,这样学生既不会产生过度疲劳的现象,也可以有效增强学生的肌力。其次,要注重芭蕾基训教学的循序渐进性^[5]。在舞蹈训练时始终遵循着舞蹈循序渐进的特征,将系统的训练以及适宜负荷的训练知识运用到芭蕾基训中,由弱至强的训练芭蕾基训运动。最后,教师在教学工作中也不能只注重地面练习、技术技巧练习,要对课前预热、放松练习、课后巩固三方面引起足够的重视。尽管整个课前的准备工作都是学生自己单独完成的,但是老师在学生具体完成过程当中要作为主要的引领者,在教学当中使学生更加清楚的明白如何弥补自己的不足,提升自己的舞蹈能力。

3. 2 培养学生的自我安全保护意识

舞蹈训练过程中为了达到某一种动作的完美,对身体的某一部分进行较为密集的训练的现象比比皆是,那么此种情况就容易导致该部位损伤情况的出现,所以,在芭蕾基训教学工作中,教师就要注重对学生自我安全保护意识的培养并且要注重采用科学正确的训练方式来帮助学生进行芭蕾训练学习,采取相应的培养方式、科学的态度以及训练方法,培养学生对于自身身体结构的进一步了解,这样才能在一定程度上避免各种损伤状况的出现^[6]。除此之外,学生对损伤的自我认识十分重要,只有学生在训练过程当中切身感受自身部位在训练当中出现受伤的情况,才能更好的预测损伤发生的可能性,进而能够采取一定的措施降低损伤发生的概率,所以学校需要加强对相关舞蹈训练理论知识课程的开设。使得学生在掌握相应的理论知识前提之下进行科学的训练,加

强对学生关键部位的保护,以防出现身体的损伤。

4 结语

总而言之,要想进一步提高芭蕾基训教学工作质量与水平的提升,培养优秀的舞蹈人才,在日后的教学工作当中就要加强对舞蹈科学理论及生理知识的应用力度,提高教学方式的科学合理性,并且要培养学生的自我安全保护意识。只有不断随着时代的发展变化来相应的改进教学工作,才能进一步符合时代对于芭蕾舞教学人才的要求,促进中国舞蹈行业的建设发展。希望论文上述有关于舞蹈科学训练理论在芭蕾基训教学中应用的方法措施,能够有效的帮助各高校在此方面的工作改革。

参考文献

- [1] 杜慧敏. 浅谈芭蕾基训在体育舞蹈训练中的运用 [J]. 当代体育科技, 2016(04).
- [2] 蓝花. 浅析芭蕾基训在舞蹈教学中的重要性 [J]. 戏剧之家, 2019(01).
- [3] 许传东. 舞蹈素质教育中芭蕾基训的教学特点 [J]. 理论观察, 2018(09).
- [4] 邵圆圆. 钢琴伴奏在芭蕾基本功训练教学中的功能探析 [J]. 黄河之声, 2018(07).
- [5] 董慧. 芭蕾基础训练在舞蹈教学中的重要性 [J]. 文教资料, 2016(11).
- [6] 赵岚. 芭蕾把上基训在艺术体操把上基训教学中的应用性研究 [J]. 当代教育论坛, 2017(16).
- [7] 吴婧怡. 浅谈芭蕾基础训练在高校形体课教学中的重要性 [J]. 吉林体育学院学报, 2019(02).
- [8] 赵月. 浅谈芭蕾舞基本功训练中钢琴伴奏的重要性 [J]. 新教育时代电子杂志(学生版), 2016(43).