

# Discussion on the Cultivation Strategy of Students' "Dance Sense" in Higher Vocational Dance Teaching

Jianming Ding Xiaole Li

Tulufan Vocational Technical College, Turpan, Xinjiang, 838000, China

## Abstract

It is essential to cultivate students' dance sense in dance teaching in vocational colleges. This can provide more assistance for students' dance learning, reduce physical injuries during dance training and performance, and effectively improve the quality of students' dance performances. The paper also focuses on this topic, mainly discussing the importance of cultivating students' dance sense in vocational dance teaching and specific strategies for cultivating students' dance sense in vocational dance teaching from multiple dimensions. It is hoped that through the exploration and analysis of the paper, more references and inspirations can be provided for vocational dance teachers. By effectively optimizing and adjusting dance teaching, students' dance sense can be cultivated, and their dance perception ability can be further improved, providing more assistance for students' professional learning and literacy development.

## Keywords

higher vocational colleges; dance teaching; dance sense cultivation; teaching methods

## 刍议高职舞蹈教学中对学生“舞感”的培养策略

丁建明 李小乐

吐鲁番职业技术学院, 中国·新疆吐鲁番 838000

## 摘要

在高职院校舞蹈教学中培养学生舞感是十分必要的,这可以为学生的舞蹈学习提供更多的助力,同时也可以更好地减少学生在舞蹈训练及表演过程中出现身体损伤的问题,还可以有效提高学生的舞蹈表演质量。论文也将目光集中于此,主要从高职舞蹈教学中培养学生舞感的重要性以及高职舞蹈教学中培养学生舞感的具体策略等多个维度展开论述,希望通过论文的探讨和分析可以为高职舞蹈教师提供更多的参考与借鉴,通过对舞蹈教学的有效优化和调整培养学生舞感,让学生的舞蹈感知能力再上一个台阶,为学生的专业学习和素养发展提供更多助力。

## 关键词

高职院校; 舞蹈教学; 舞感培育; 教学方法

## 1 引言

在高职舞蹈教学中培养学生舞感可以更好地促进学生核心素养发展,培养出更多艺术人才,但是舞感培养是一个较为抽象的教学内容,很多教师在舞感培养的过程中会面临着较多的问题和困境,这时则必须通过教学的优化和调整来提高舞感培养效果,让学生在建立舞感的基础之上发展核心素养,而是在分析高职舞蹈教学中如何培养舞感之前,首先则需要了解在高职舞蹈教学中培养学生舞感的必要性。

## 2 高职舞蹈教学中培养学生舞感的必要性

在高职舞蹈教学中培养学生舞感十分必要,具体可以从以下几点着手展开讨论,如图1所示。

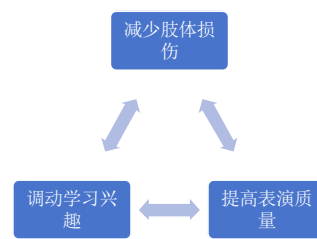


图1 高职舞蹈教学中培养学生舞感的必要性

首先,在高职舞蹈教学中培养学生舞感可以更好地减少肢体损伤的现象,事实上在舞蹈教学中涉及了较多的舞蹈训练和舞蹈表演,而如果学生在训练和表演的过程中缺乏舞感则会导致学生很容易会出现用力过猛、无法掌握力度与技巧进而对身体造成损伤,这不仅会在短期内让学生承受更多生理上的痛苦,甚至可能会因为力度技巧掌握不到位、身体损伤过于严重带来不可逆转的伤害,进而影响学生的未来舞蹈生涯,必须引起关注和重视。

【作者简介】丁建明(1994-),女,中国甘肃古浪人,本科,助教(初级),从事舞蹈表演及教育研究。

其次,在高职舞蹈教学中培养学生的舞感可以更好地调动学生的舞蹈学习兴趣,舞感从其本质上来讲是一种舞蹈感知能力,培养学生舞感不仅可以为学生的舞蹈表演提供更多的助力,提高学生的舞蹈表演质量,甚至可以通过舞感培养让学生们更好地感知不同舞蹈表演想要传输的情感、表达的思想,强化学生的共情能力,这可以让学生更好地建立舞蹈学习兴趣。此外,舞感培养可以帮助学生们更好地掌握舞蹈训练中的力度与技巧,提高学生的舞蹈表演质量,这也可以有效提高学生的学习自信,避免学生在舞蹈训练与表演过程中表演质量迟迟难以提升进而产生严重的挫败感,让舞蹈教学陷入恶性循环的怪圈<sup>[1]</sup>。

最后,在高职舞蹈教学中培养学生的舞感可以更好地提高学生的表演水平,舞蹈是一种文化呈现形式也是一种情感宣泄手段,其不仅可以给观众带来美的感受,同时也可以通过舞蹈来传播文化思想以及情绪情感,帮助观众与舞蹈建立共情,而在这个过程中舞感起到了十分重要的影响,可以说舞感是舞蹈的抽象灵魂,如果在舞蹈作品表演的过程中缺乏舞感,则会导致舞蹈过于机械、生硬、刻板,舞蹈表演的共情能力也会因此受到较大的影响,表演者是否具有舞感、能否通过舞感受作品背后的精神内核、能否利用舞感来建立观众共情将会直接决定舞蹈表演者能否完完整整且高质量地呈现舞蹈作品,因此加强舞感培育是十分必要的。

### 3 如何在高职舞蹈教学中培养学生的舞感

对于大多数高职学生而言舞感是一个较为抽象的概念名词,这就导致了教师在舞感培育的过程中会面临着较多的问题和困境,且舞感的综合性相对较强,所涉及的内容也相对较多,这时教师则可以通过舞感分化的方式,从美感、乐感和情感培育等多个维度来提高学生的舞感,如图2所示。

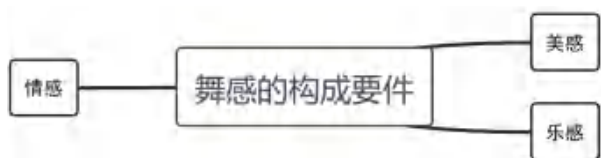


图2 舞感的构成要件

#### 3.1 加强美感培育

舞蹈表演的主要目的之一是通过表演和作品呈现给观众以美的感受,进而帮助观众建立共情,让观众更加喜爱舞蹈,因此培养美感是高职舞蹈教学中舞蹈培育的重要基础和核心,也是提高学生舞蹈表演质量和训练成效的重要保障,在高职舞蹈教学中教师可以从以下几点着手强化学生美感,增强学生的美感意识和审美能力:

首先,教师在舞蹈训练和舞蹈教学展开的过程中可以通过对比分析的方式来强化学生的审美能力。事实上很多学生在舞蹈鉴赏的过程中往往因为舞蹈技巧掌握不牢知识掌握不足,进而导致学生无法更好地感知什么样的舞蹈是更美

的舞蹈,这时教师则可以通过播放两组对照视频让学生们感受什么是舞蹈的美。例如,教师可以引入一些典型的反面教材,配合相应的舞蹈表演演出,让学生们对比分析哪一种舞蹈表演更美、美在哪里,提高学生发现美、鉴赏美的能力。又如,教师可以就同一舞蹈作品引入两种不同风格的舞蹈表演,让学生们通过观看对比的方式分析不同风格下舞蹈表演呈现的美感有什么样的区别,在此基础上进行精化分析,让学生们从一招一式中举、手同足中鉴赏美感、感受美感实现美感培育。

其次,教师可以在教学展开的过程中通过设计舞蹈情境的方式来强化学生的审美感知能力,这就需要教师结合具体的舞蹈作品来搜索相应的视频资源、图片资源来构建教学情境。例如,为了让学生们更好地感受蒙古武装的豪放美,教师就可以在展开的过程中播放草原、牧牛等相应的视频片段,让学生们更好地感知蒙古舞产生的社会背景和社会环境,感知蒙古舞的舞蹈特点,在此基础上感受蒙古舞的豪放美。又如,为了让学生们更好地抓住朝鲜舞的表演技巧,感受朝鲜舞的柔美,教师也可以引入一些朝鲜相关的视频资源、图片资源和文字资源,让学生们对于朝鲜的社会背景、民风民俗甚至朝鲜地区的地理环境有一定的了解。想要让学生们更好地感知美、感受美,除了需要从表层表现出发让学生们更好地感受一举一动、一招一式中的美感以外,还需要让学生们掌握美的缘由、美的特点,通过丰富学生知识储备的方式为学生的审美能力培育提供更多的助力<sup>[2]</sup>。

最后,在舞蹈排练的过程中教师可以通过以小组合作的方式来提高学生的审美感知能力,让学生们以小组为单位轮流展示并且分析对方舞蹈表演中哪些动作表现得更加符合作品的调性和特色、哪些动作的表现可以更好地抒发作品的情感,并让表现相对较好的学生阐述自己对舞蹈的理解,通过合作排练的方式来培养学生的审美能力,让学生们更好地掌握舞蹈技巧和舞蹈作品的韵味特点,让学生们更好地分析如何通过肢体动作和舞蹈表演来诠释美感。

#### 3.2 加强乐感培育

舞蹈从其呈现形式上来看是一种肢体动作配合音乐的一种情绪表达手段,因此舞蹈和音乐是紧密相连的,想要更好地培养学生的舞感,教师就必须认识到乐感培育的重要性,如果学生乐感相对较弱,即便学生具备较强的审美能力、掌握了对应的舞蹈表演技巧和力度,但是也会因为音乐节奏契合度相对较低严重影响舞蹈表演效果,而在乐感培育的过程中则可以紧抓以下几个要点提高培育效果:

首先,教师在展开的过程中同样需要善于利用背景资料先帮助学生们更好的感受不同音乐的情感内核和想要传输的情绪价值观念,在此基础上分段落地让学生们感受和体味旋律,从理论层次上来帮助学生们更好的感知音乐、理解音乐、熟悉音乐,先通过公式化、理论化的学习帮助学生完成音乐的表层剖析。

其次,教师则可以引入一些代表性作品或代表性元素,让学生们通过聆听和辨别的方式来提高乐感,提高鉴赏能力和听觉能力,让学生们可以更好地抓住音乐作品中的重点与核心,如明确一首音乐作品中哪些部位属于高潮部分,哪些部分可以较好的传输情绪情感,其表达的主要情感态度是什么样的。在此基础上则需要通过视频、图片等相应资源的引入让学生们更好地感知音乐的意境,从具体的理论到抽象的情感意境缓慢过渡来培养学生的乐感,层次递进提升学生的音乐感知能力<sup>[3]</sup>。

最后,教师在教学展开的过程中需要鼓励学生们养成良好的音乐习惯,引导学生们在一个相对安静且祥和的环境中感受音乐、感知音乐,必要的情况下教师可以引入一些竞赛,即在教学展开的过程中让学生们以小组为单位,教师随机播放一些学生没有接触过的但具有特色的作品,让学生们以小组为单位去讨论该作品中的声律节奏,比一比哪一个小组可以更好地感知音乐作品想要传输的情感价值,甚至让学生们发挥自己的想象力,讨论一下音乐作品营造的意境,通过这种方式让学生们能够更好的抓住音乐的旋律、节奏、意境、情感,提高学生的乐感。

### 3.3 加强情感培育

舞蹈是传输情感的重要媒介,舞感的最终培育目的也是为了更好地强化学生的情感共情能力,让学生能够通过舞蹈表演让观众更好地感知舞蹈作品想要传输的情绪情感,进而达到较好的表演效果,因此情感培育也是舞感培养的重点与核心,而在情感培养的过程中教师需要紧抓以下几个要点,提高情感培养效果。

首先,教师必须让学生们更好地了解在舞蹈表演的过程中如何更好地传递情绪情感,其中需要尤为引起关注和重视的则是紧抓眼神表演、面部表情以及肢体动作三大关键点,这是情感培育的重点与核心,教师也需要让学生们在舞蹈训练、舞蹈资源浏览以及舞蹈表演的过程中关注这三大要点,利用眼神、肢体动作和面部表情来最大化地宣泄情感、表达情感。

其次,从眼神表演的角度来分析,教师需要让学生们了解在舞蹈表演过程中眼神的重要性,必要的情况下可以通

过眼神训练的方式来让学生们更好地感知不同眼神所传递的情绪观念和思想,在日常训练及教学展开的过程中教师也可以通过视频放大等多种方式让学生们更好地感受舞者是如何在眼波流转中传输情感价值的,帮助学生们掌握一些基础的技法技巧以后让学生们在表演的过程中想象对应的情境,让眼神情感的表达更加柔和、更加顺畅,而非是刻板生硬的技法表现<sup>[4]</sup>。

再次,教师必须让学生们在舞蹈表演的过程中关注面部表情,而在这个过程中除了可以面向镜子来展开表演,注重自己的面部表情训练,以外还需要通过观察自己日常面对不同事件时的面部表情变化以及其他同伴在不同情绪下的面部表情变化,更好地抓住面部表情在情感表达上所起到的作用以及如何利用面部表情来抒发情感。

最后,从肢体表达的角度来分析,教师可以通过让学生们下载更多舞蹈作品视频,在感受舞蹈的魅力同时感受如何在舞蹈表演的过程中利用肢体动作协调韵律、情感和意境,此外眼法表达和面部表情调整也可以采用这种方法来达到较好的培养效果。

## 4 结语

在高职舞蹈教学中培养学生舞感可以在提高学生舞蹈表演质量的同时让学生们更好地感受舞蹈学习的魅力和趣味性,并且有效减少学生在舞蹈训练及表演过程中出现的肢体损伤,强化学生的技巧、力度掌握能力,建立学生的核心素养,教师可以紧抓乐感、美感和情感培育这三大关键点来落实对学生的舞感培育,提高教学效果。

## 参考文献

- [1] 成慧莹.高职舞蹈教学中对学生“舞感”的培养路径探索[J].戏剧之家,2024(10):105-107.
- [2] 胡彩霞.中职舞蹈教学中对学生“舞感”的培养策略[J].科学咨询(教育科研),2024(1):191-194.
- [3] 范晓琪.论中职舞蹈教学中对学生“舞感”的培养策略[J].知识文库,2022(17):124-126.
- [4] 杨志红.中职舞蹈教学中对学生“舞感”的培养策略[J].尚舞,2021(18):96-97.