

舞蹈课动作的反复训练让学生容易感到枯燥乏味,为了让学生能在舞蹈课上保持良好的状态,首先需要营造一个轻松愉悦的舞蹈课堂氛围,传统舞蹈课堂的基本功训练音乐大多以抒情的钢琴曲为主,学生听着容易犯困,无论教师讲授的多有激情,却一般很难得到学生的互动。为了帮助学生把注意力集中在课堂上,笔者把常用的舞蹈基本功钢琴曲,换成节奏感强学生熟悉爱听的音乐,如:播放流行曲《seve》,学生就会联想到网络热搜的鬼步舞,此时可将这首具有节奏感的音乐,运用到地面大踢腿组合中,地面大踢腿主要训练学生肌肉能力与速度爆发力,在舞蹈课堂中学生可跟着熟悉悦耳的音乐一边哼唱一边练习地面大踢腿组合,不仅增强了学生的乐感能力,还使腿部肌肉得到了充分训练,达到舞蹈课程训练要求。这一大胆尝试,让舞蹈课堂的学习氛围得到了充分改善,不再需要教师反复督促练习,学生开始愿意自主练习。看到学生的改变,笔者便把更多悦耳的流行音乐和电影插曲融入舞蹈课堂,再根据音乐的节奏变化,创编出适合中职学生练习的舞蹈训练组合。如:练习古典舞身韵时,选用电影原声带《大鱼》,学生跳起古典舞身韵组合时可联想到动画片《大鱼海棠》中的主角“椿”在围楼廊上,小木屋,海棠树下伸展双臂旋转舞蹈时的电影情景,使趣味性动画电影与古典舞身韵进行完美融合,同时帮助学生寻找古典舞身韵气息与舞姿动作的美感。因此,笔者把一般舞蹈教师口中惯用的12345678的排练口令,换成了哼唱舞蹈音乐旋律用来训练,即使不得不用1234来喊节奏,笔者也会把这些单调无味的1234,根据舞蹈音乐背景内容转化成情感节奏。通过把传统舞蹈课堂的钢琴曲,调整为学生喜闻乐见节奏感强的流行音乐后,中职舞蹈趣味性课堂中,渐渐出现了一张张学生的笑脸与成功后的喜悦。

(二) 增强舞蹈基本功教学的趣味性

舞蹈基本功训练是舞蹈教学中非常重要的一门课程,主要解决中职学生身体的软开度问题,以及身体素质能力和技术技巧能力,帮助学生打好舞蹈基础。舞蹈基本功训练周期性强,需要对舞蹈动作进行反复训练,考虑到中职学生的坚持性不强,容易失去或降低舞蹈学习兴趣。笔者将“趣味性”形象思维记忆融入基本功训练中,如:训练压横叉时,需要两腿张开90度趴在地上,使跨根放松贴至地面,这是个动作的练习过程中,学生会有强烈的疼痛感,此时可引导学生把自己想象一只小青蛙在水里自由自在游泳的样子,自然而然也转移了学生对肌肉疼痛的注意力。当基本功训练手位组合时,可让学生想象自己抱着一个大西瓜,从肚子慢慢举到头顶上等等,吸引学生对动作记忆力,当纠正基本功动作时可用趣味性语

言讲解,如:“要像高傲的小天鹅挺胸收腹头抬高,不要像小骆驼弯腰驼背伸脖子。”“不要像小鸭子一样,塌腰撅屁股。”将趣味性形象思维记忆与基本功训练相结合,不仅改善了严肃紧张的舞蹈课堂氛围,还提升了学生对舞蹈动作重难点的掌握能力。

(三) 中职舞蹈趣味性教学激发学生编创意识

舞蹈编创是一门让教师头疼让学生害怕的课程,在以往的舞蹈教学课程中,学生大部分时间都是被动模仿教师的舞蹈动作示范,学生的主观能动性未得到良好的开发,所以在舞蹈编创过程中学生的想象力与主动性上较弱,使得舞蹈编创课堂难以开展。根据中职学生的实际情况,笔者将舞蹈趣味性教学融入编创课程,培养学生舞蹈创新能力。首先,让中职学生了解一些舞蹈编创技法中时间,空间,力量的基本概念。再给中职学生欣赏一些不同情感的音乐,让他们根据音乐的节奏和情感变化,进行即兴舞蹈创作。当学生根据音乐节奏情感变化随心起舞时,其实他们已在不知不觉中编出了许多属于自己的舞蹈动作。在舞蹈创编课堂中,曾尝试跟学生做一些有趣味性舞蹈编创的小游戏,如:让《写名字》的趣味舞蹈创编游戏,每位学生都有自己的名字和外号,也是学生最熟悉最亲近的东西了,每位学生以自己的名字为编创主体,用肢体把自己的名字舞出来,再进行修改以舞蹈的形式表现出来,随后把自己所编创的名字,再进行时间、空间、速度的变化串联成一个小舞段,在趣味性舞蹈编创游戏中,每位学生都可以编创出属于自己的舞蹈片段。以趣味“游戏”促学,引导学生的注意力,拓展学生的创新思维能力,从而大大提高了中职舞蹈趣味教学的实践成效。随后笔者把舞蹈创编课堂,搬到操场、楼梯、草地等地。让学生在不同的环境情景中进行舞蹈趣味创编,如:在操场上感受课间学生互相打闹玩耍的情景,通过观看亲身感受后,再引导中职学生参与校园舞蹈情景编创。中职舞蹈趣味性教学与舞蹈创编课程的结合,不仅受到学生们的极度喜爱,还激发了学生的想象力和创造力,从而真正构建出主体化,高效化,人性化的舞蹈课堂。

五、展望中职舞蹈课趣味性教学的研究

探索中职舞蹈趣味性教学的研究是一个漫长而深远的道路,笔者相信中职舞蹈趣味性教学的实践与研究会不断进步,将探索出更多适合中职学生趣味性舞蹈教学方法,让中职学生愉快地走进舞蹈,接触舞蹈,爱上舞蹈,享受舞蹈所带来的快乐,切实提高中职学生的审美能力和艺术素养,培养出适合时代需要的全面性人才。

责任编辑 何丽华