**以科学的教育理念引领舞蹈教学**

魏 琳

（武汉市艺术学校 湖北 武汉 430056）

【摘要】舞蹈是一门艺术，是一种通过肢体动作上带来视觉美的表现。在舞蹈教学中，舞蹈教师通过各种方法及舞蹈理论对学员进行舞蹈知识、舞蹈技巧、舞蹈能力等行为进行培养教育。当前随着教学方案的不断变化，教学理念的不断创新，舞蹈教学须向着现代化教学的方向，与时代接轨，应用科学教育的理念，对舞蹈教学进行创新升华，培养更多优秀人才，推动舞蹈艺术的发展。

【关键词】科学教育理念；舞蹈教学；理论实践；现代化

**前言**

随着当前社会进入现代化，科学理念革新俱进，当今教育在进行着不同程度的革新转变，我国政府在第三次全教会上更是提出务必实施全面的科学素质教育。笔者个人对科学的教育理念的认知是：科学教育理念是教育一项全新的系统工程，需要将素质教育的理念贯彻在整个教育体系中，调整当前教育结构，以使得教育在整体上实现科学素质教育的成效。科学的教育理念是教育整体系统的重点，为我国科学素质教育、理解科学的具体目标。

在当前舞蹈教学方面也已经不再是简单传统的肢体训练与动作学习，而是在“科学的教育理念”下进行关于舞蹈教学的革新思考。舞蹈教学在教育方式上，不应只是舞蹈教师简单的以自己为主观随意教学，而是应该依据受教者能力、年龄等方面进行科学的有效的传授相应的教学方法。作为舞蹈教师应积极吸取新鲜专业教学技巧，应教育学生在学习动作的同时，要学会理论与实践并用，教会学生合理运用科学知识理念。毕竟舞蹈教师在传教的每一环节对学生学习舞蹈都能带来巨大影响。因此探索更新舞蹈教学方式是舞蹈教学创新研究的重要任务。

**一、当今舞蹈教学理念现状**

舞蹈作为一种当今流行的艺术之一，对学习者不但要求要有良好的身体素质

和身形条件，还需要具备一定的艺术修养，需要领悟到舞蹈文化以及肢体语言的真正魅力所在，因此想学好舞蹈并不是局限于会跳舞会做动作那么简单，其也有着诸多关于科学理念文化、职业素质的学习。但舞蹈教学在现目前来说，还存在着很多的问题，对艺术院校的舞蹈教育发展有着严重影响，对此，笔者根据了解到的目前舞蹈教育情况作出以下几点问题分析：

**1.1对舞蹈缺乏专业认知**

在当今高等艺术学院舞蹈专业的部分学生中，对舞蹈的专业认识还处于学好跳舞的理念之中，怎样做好动作，怎样练习身体协调这些客观的理解，对舞蹈专业没有相对全面的认知，不清楚舞蹈专业的目标和发展方向，也不明确自己学习舞蹈的真正意义及目标，盲目学习，导致学习过程中处于很被动的状态，甚至会有学生认为舞蹈就是学习动作，模仿动作，用长时间的演练来达到舞台效果，最后表演给众欣赏观看，这样的认知相当于一个路人对舞蹈的看法，这对学生自我发展是非常不利的。

**1.2舞蹈理念教育偏弱**

舞蹈专业的教育上，存在着舞课与非舞课的矛盾，多数教师认为，非舞的理论课对于舞蹈帮助不大，学与练才是舞蹈生该做的，导致对文化理论课知识偏弱的局面一直延续到现在。逐渐对当今舞蹈生形成一种多练就会成功的观念，比如别人一次就掌握的技能，有些学生却埋头苦练几十次，通过长时间的重复达到想要的效果，但这样的苦练效率十分低，把时间浪费在了重复自己的错误上。这对于舞蹈教育教学来说是很不利的。当今以是21世纪科学理念发展时期，舞蹈教学教师应意识到，培养舞蹈生已不再是以往的苦练出真理的时代，“台上十分钟，台下十年功”已经不适用于对艺术生的培养教育。复合型人才才是当今舞蹈教学教育的重要意义，加强科学理论知识的培养，在实践中对理论知识结合使用才是当前教育的目的。

**1.3教学模式内容缺乏创新**

当前我国出现的大部门舞蹈教学方式局限于灌输式教学和苦练式教学。例如对身体极限的去做完不成的动作，伤身又费时。加上由于我国院校舞蹈教育起步相对较晚，导致在舞蹈教学模式上缺乏完整的院校体系。大多数院校在舞蹈教育的教学模式上，都参照各大名校教学模式来进行，如很多院校会把对北京舞蹈学院的考试视频拿来做为学生上课时日常的教学参考内容，导致现在很多院校在舞蹈教学教育上没有属于自我的管理和教育体系，一味的模仿导致舞蹈教学欠缺对学生个人因素原因的考虑。有时院校在招新时，没有考虑到学生文化水平的差异，对学生的舞蹈基础没有认知，比如部分学生高三时因为成绩相对偏差，无奈选择艺体道路，对此这些学生会在基本功上偏差，缺乏舞蹈专业认知，学校在进行录取时没有考虑学生的这部分因素，一味按照教材内容和明校教学模式进行培育，因此，这样的教育导致部分学生始终达不到理想要求，对于学生自己来说，会形成很多负面情绪，导致压力过大舞蹈学习难以进行而产生对学习失去信心，对教师的教学质量以及学生的求学之路都造成影响。

**1.4舞蹈课程编排不合理**

随着高校舞蹈精英教育演变为舞蹈大众化教育的现象，我国当前越来越多的普高学生选择艺体高校舞蹈专业，其和舞蹈专科生相比，他们基础偏弱，整天接触的最多的就是对身体基本功的练习巩固，加大对身体软度的训练，但此时的他们不但对理论课知识的认识不足，还对舞蹈美的欣赏与体验缺乏了解，例如对剧目的欣赏、演出观摩等方面需要加强，高强度的锻炼可以对学生跳好一出舞起作用，但对学生学习舞蹈专业却是十分不理想的效果，因此课程编排上因进行合理的理论课及欣赏课的增排，全面综合性的发展学生对舞蹈的学习认知。

**二、科学理念对舞蹈教学的重要性**

舞蹈教学是通过专门的教育方法对学者进行舞蹈技巧以及舞蹈知识的掌握。

在现代传统的舞蹈教学上，依然以训练舞者舞蹈技巧、舞蹈表演能力为主，导致学生在毕业以后，只拥有出色的舞姿，对舞蹈教育的其他知识内容掌握较为缺乏。

我国目前的高校舞蹈教学大多是模仿名校开展的，名校除了生源方面会更好以外，对自己学校也有着自己独特的教学方案，因此，他校刻意的模仿成效反而不好，因此，每个艺体院校也应与时俱进，根据本校特点结合科学的教育理念进行研究出属于自己的教育方案。

 舞蹈作为一种艺术、一种文化、一门学科，必须以科学科学的正确的理念进行教学创新研究，其舞蹈教学的相关科学理念运用其实较为广泛，但主要应用在西方国家，其为学生研究出很多不同理念的舞蹈科学相关课程。例如著名的“普拉提”，对西方各大芭蕾舞团体和舞蹈教学学习、练习中作为高效的辅助手段，一直沿用至今。普拉提对人体运动方式有着高效、安全的特点，辅助舞蹈学者在练习中做到最大的能力提升但对学者自身受到损伤的程度减到最小。目前，普拉提已被国内三所高等艺术学院引入，将其加入到专业课的课程排程之中。通过对学生进行普拉提的培训，对学生解决舞蹈常识问题带来更专业的能力。因此，可见舞蹈教学中也需要融入科学有效的理念进行教学辅导，才能使当前高校对舞蹈教学质量进行有效提高，也能对舞蹈教学带来更高的专业性，利于当今学生对舞蹈进行更好学习。

**三、舞蹈教学教育知识应与思想协调统一**

舞蹈教学教育在革新过程中，除了对科学理念知识加强教育的同时，还需

对学生自我心理活动、思想感情进行潜在因素考虑。实践加真理的教育是不够的，科学教育方式应在教育上因考虑多方面因素，例如思想教育正确引导，艺术学院艺体生正处于身心发育阶段，通常会出现思想上不正确、情绪低落等现象，对其进行情绪波动与舞蹈教育知识协调统一，关注他们在学习与成长过程中思想变化的波动，给予相应的正确的教育引导，即使教育理念在更新变革，“以人为本”的理念应始终坚守。

理论课程教学中可对学生传授规格、概念、原理等知识，如规格知识，舞蹈教学上对动作训练规格十分严谨，对学生训练的过程不能有随意性，他们正处于身心发育阶段，对其的动作要求需要正确的掌握。由于前期基础功练习艰苦，也是舞蹈艺体生往后学习的关键基础，可在教学过程中对学生进行激励鼓舞，培养学生吃苦耐劳、不畏艰辛、勤奋好学的精神，使学生在学习的过程中成为气质高雅、思想上进、青春活力的优秀舞者。

**四、舞蹈教学应以动作理论启迪学生练习**

**4.1培养理念在舞蹈教学实践中的应用**

学习舞蹈，离不来日常的练习与实践，随着现代科学的发展，舞蹈教学中的

动作教学理论越来越完善，加强理论知识的学习，理论结合实践才能发挥出最大作用，不在实践中使用动作理论知识，永远发掘不了理论知识的能力，那么花时间学习动作理论属实浪费时间。因此，舞蹈教师应该在指导学生的同时，加强强调学生对所学理念的应用。同时，教师尽可能对动作理论知识进行提前筛选备课，针对学生特点，教学难点进行细致讲解，通过自身实践示范，对理论知识的合理性进行实验，对学生而言能够更好的了解理论知识的作用。以提高舞蹈教学的科学理论的应用和提高教学质量。

**4.2舞蹈教学重在言传身教**

舞蹈教学的模式应以实践为主，在舞蹈练习过程中，长篇大论的解说不仅浪费时间，对舞蹈的学习也没有帮助，应用专业术语，结合舞蹈形体理论知识，进行简单的语言启发，同时需要大量的肢体动作引导演示，对学生实行正确的指导练习，使学生在练习的过程中掌握动作要领，对学习舞蹈带来更好的方法，提高学习信心。舞蹈教师在讲述相观教学的同时，应做到结合各个关节、体位、肢体幅度相关动作进行细致讲解，如光凭口头描述“动作应该像这样”，然后对舞姿进行模仿，这样的教学是对学生的不负责，对教育成果的不重视，舞蹈教师应该严格避免类似教学的发生。舞蹈教学言语不宜过多是指简约的术语教学而不是敷衍的任务式教学。精简生动的语言描述能对学生学习舞蹈带来更清晰的思路和更高的学习兴趣，对学生往后的练习带来更好的关键要点记忆。

**五、舞蹈教学发展教学手段多样化**

**5.1更新独立教学模式及独立知识体系**

不同的高校在教师资历、生源等方面都存在着差异，因此，在教学模式上，

应该抛弃对名校教学模式效仿的形式，根据学校自身情况，不断摸索更新出属于自己学校的教学模式。比如在教学内容安排上，可对学生基本功及身体素质做大体了解，再对专业知识进行提炼，根据学生实际情况进行“对症下药”，教学中可对学生进行技巧、审美、理念等方面进行综合性的指导教学。日常可常对学生群体进行交流，了解他们对舞蹈的看法，培养学生学习兴趣。而不是一味模仿名校的教育方式，让学生被动的跟着学习，增加学习适应难度。同时，舞蹈教学的发展也离不开科学理论的支撑，学习舞蹈的同时，舞蹈教师对理论知识也需要进行随时更新，加强舞蹈知识理论的培训及应用能对学生学习舞蹈有着更好的帮助，提高教学质量，对学校未来培养舞蹈综合性人才扎好坚实基础。

**5.2培养举一反三的舞蹈学习法**

授课时教师，须对典型案例进行深度教学，对难点动作进行详细解说，剖析舞蹈动作规律，重点将舞姿线条走向或方向动态多研究分析，对易错环节进行示范指导，并对学生指出类型相同的教材内容，指导学生解决相应问题，逐步探寻体现动作的规律性。舞蹈教学中，每节课训练重点及舞蹈动作训练关系都存在差异，让学生们经常养成对动作规格“举一反三”的学习习惯， 利于对今后实践中加以运用积累经验。

**5.3对比舞蹈教学在实际中的应用效果**

“对比”是一种很重要的学习方法，在舞蹈教学方面也一样，是一种科学的学习方式。学生在未学会的动作中，对其思考有无加入已学的教学知识，加入科学理论教学知识后对学生自己是否会提高学习效率；或者对两个动作进行比较，利于增强对动作过程的熟悉认知。培养学生对方法准则的共同点的应用，对学生学习舞蹈技巧都能有良好的帮助。

**结语**

舞蹈的美源自于每位舞者对舞蹈的热爱，是对肢体语言的真情流露。随着当今科学教育理念的出现，教育教学在培育后代发展的道路上做出全新的变革。高校作为培养人才的重要基地，其舞蹈的教学也应进行着合理的科学性革新，抛弃传统的教学中不合理的观念，加入新的教育元素，引领当代舞蹈教学的发展，培育优秀社会人才有着至关重要的作用。当然学习是永无止境的，俗话说“活到老学到老”，作为新一代的舞者，应与时俱进，对舞蹈教学的研究不止与加入科学教育理念，未来还有很大的发展空间，需要每一位舞者共同努力去钻研。

**参考文献**

[1]刘江莹.论舞蹈科学在舞蹈教学中的重要性[J].音乐生活,2017(10):68-69.

[2]刘叶青. 舞蹈科学训练理论在芭蕾基训教学中的应用研究[D].云南艺术学院,2017.

[3]鲍文.以科学的教育理念引领舞蹈教学[J].大舞台,2011(05):184.

[4]刘柯吟.高校体育舞蹈课程研究与科学教学指导——评《体育舞蹈》(第二版)[J].中国高校科技,2019(05):111.

[5]苏凤娥.表象训练法在高校体育舞蹈教学中的应用[J].体育科技,2019,40(02):156+158.

[6]辛剑.浅析舞蹈素质技巧课在舞蹈教学中的重要性[J].大众文艺,2018(23):210.

[7]苏锐.高校舞蹈教育中如何传承民间舞蹈艺术[J].大众文艺,2018(21):211.

[8]郭珺.试论职业中学舞蹈教学中学生鉴赏能力的培养[J].黄河之声,2018(15):130.