

现代舞即兴课教学探讨

许爱梅¹, 杨城兴¹, 刘肖虹²

(1. 华南师范大学体育科学学院, 广东 广州 510631; 2. 广州医药中专学校 体育部, 广东 广州 510430)

摘 要:现代舞是一种具有反映现实, 追求未来, 不断创新风格的舞蹈。即兴课是舞蹈教学模式之一。两者的结合形成了一种新的现代教学风格、新的舞蹈教学方法。对现代舞即兴课课例的分析表明, 现代舞即兴课可有效地培养和开发学生的想象力和创造性, 建议在体育舞蹈教学以及相关课程的教学适当运用现代舞即兴课模式。

关键词:现代舞; 即兴课; 教学改革

中图分类号: J732.6 文献标识码: A 文章编号: 1006-7116(2003)03-0084-02

Study on the impromptu teaching of modern dance

XU Ai-mei¹, YANG Chen-xing¹, LIU Xiao-hong²

(1. Institute of Physical Education, South China Normal University, Guangzhou 510631, China;

2. Department of Physical Education, Guangzhou Medicine Medium School, Guangzhou 510430, China)

Abstract: Modern dance has features of reflecting the reality, seeking the future & innovating itself constantly. The impromptu class is one form of dance teaching. A new dance teaching method has come into being from the mixing of modern dance and impromptu class. The analysis of modern dance impromptu classes showed that it could develop students' imagination and creativity effectively. So the authors suggest that modern dance impromptu class should be used properly in PE dance teaching and some correlated classes.

Key words: modern dance; impromptu; teaching reform

1 现代舞即兴课

即兴课是舞蹈教学中的一种手段。它是在没有事先排练的情况下, 根据个人对音乐节奏、情绪和风格的理解, 即刻作出连续的舞蹈动作。

在传统的专业舞蹈教学计划中, 实施即兴课的对象必须具备一定的舞蹈动作、音乐知识和表演技巧基础, 一般是高年级学生的创作课程, 其目的是检验学生的舞蹈基础知识, 培养学生的舞蹈创作、编排能力。

现代舞是一种具有反映现实、追求未来、不断创新风格的舞蹈。它表现出不拘一格, 自由地展现个性的特点。因此, 在体育教育的舞蹈、艺术体操、健美操等课程的教学, 现代舞是一种常常被运用在教学中的舞种之一, 现代舞以其独特的时代风格吸引着当代青年, 从华南师范大学体育科学学院 1997 年至 2000 年的毕业晚会节目中, 每年平均上演 2 个现代舞节目。这些现代舞节目表现了学生的个性、创新思想和时代精神。

舞蹈在学校体育教育中增加了体育的艺术色彩和观赏价值, 丰富了学校体育教育的内容, 特别是现代舞的创新思

想为体育教学带来超前意识。

现代舞是一种具有反映现实、追求未来、不断创新风格的舞蹈。即兴课是舞蹈教学模式之一。两者的结合形成了一种新的现代教学风格, 新的舞蹈教学方法。

2 现代舞即兴课教学的效果与作用

(1) 培养学生专注性思维, 拓宽想象空间, 强化创新意识

现代舞即兴课在于调动学生对身体的认知和对舞蹈元素的理解。遵从现代舞的“身体力行”原则, 挖掘肌体的活动变化量以丰富舞蹈元素, 在特定的时间和空间中, 让学生的情感与已知舞蹈动作和与舞蹈相关联的一切因素有效连接, 从而达到培养学生的艺术想象力的作用。以下是对现代舞即兴课《探索自我》课例进行的分(剖)析。

主题: 探索自我;

技能内容: 折叠;

实践时间: 每组次 1 min × 3 组次。

在舞蹈活动开始之前, 教师提示学生: 身体各关节均是折点, 可有序、无序, 可交叉或同向等。

课堂实践反馈:学员在自由发挥,通过对身体和动作结构的反思,做出各种折叠式的舞蹈动作,千姿百态。

分析:每个人对自己身体的了解应该是再熟悉不过了,人体首先活动起来的和活动最频繁的往往是最常用的关节和运动方向,例如:肩、肘、膝、髌、颈部关节和前后、左右、上

下等习惯方向,对不常用的、细微的关节,以及“不可能”的运动方向就容易忽略。本文对参与实践活动的59人,在连续3组次的即兴实践活动中身体各关节参与活动的情况进行录像后统计(对关节的活动不计算重复的次数),结果见表1。

表1 59人身体各关节“折叠”情况统计

次(%)

组次	颈	腰	肘	髌	肩	胸	腕	指	膝	踝	趾
第1组次	59(100)	51(86)	53(90)	51(86)	59(100)	28(47)	36(61)	7(11)	37(62)	24(40)	3(5)
第2组次	59(100)	54(91)	56(94)	56(95)	59(100)	33(55)	44(74)	19(32)	41(69)	32(54)	9(15)
第3组次	59(100)	57(96)	59(100)	58(98)	59(100)	39(66)	56(94)	48(81)	53(89)	42(71)	16(27)

从表1中可看到,颈、腰、肘、髌、肩是人们常常活动的大关节,容易参与活动,在第1组次即各有86%以上的参与率。而细小关节参与运动的意识较弱,因为平常不习惯主动活动,所以容易被忽略。表中数字显示趾关节在第一组次中仅有5%的参与率;另外指关节在生活中虽然经常活动,却不常在体育舞蹈中被主动运动。在课堂上,教师循循善诱,不断地启发和引导,让学生注意到肌肉的运动特点,注意到关节与肌肉的可动性往往超出日常的活动范围,当学生建立了参与意识,拓宽了探求的空间,主动调动细小关节参与活动的人次即明显增多,如:趾关节参与活动的情况由5%上升至27%,指关节由11%上升至81%,膝关节由62%上升至89%。

以上分析说明《探索自我》课例突出了用现代舞的创新意识鼓励学生以深入细致和敢于打破常规的精神去尝试,在即兴的方式进行探索,寻找身体新的活动部位、新的活动空间、新的活动方式、做出新的动作、新的连接等等,丰富了舞蹈动作元素同时也丰富了想象的空间。这种课程模式具有培养学生的专注性思维,启发学生勇于创新、探求未知的作用。

(2) 提高学生的创造能力

现代舞即兴课的教学方法和手段是通过鼓励学生超越程式和超越自我的动作创作而达到启发学生各种创作潜能的目的。本文对现代舞即兴课《发展舞蹈元素》课例(黄嘉敏在2000年天津体院全国现代舞培训班教学内容)进行了分析研究,学生在课堂实践中的反馈情况非常突出,有较大的变化,表现为:在初次实践时,学生对舞蹈元素发展的变化过程与方式是按传统的、常规的分解教学程式去演变,即从腿部动作开始——双臂动作——躯干动作——完整动作,结果舞蹈元素的发展受到了限制。在教师的引导下学生逐渐抛开常规程式,从时间、空间、能量三个方面对某一舞蹈元素进行分解和整合,在时间上令动作速度在快、慢中交替,从空间上令动作在三维立体中流动、起伏、变向,形态上令动作在虚实中变换,例如腿部动作:站立中变化、移动中变化、躺在地

上的变化和跳起来腿在空中的变化等。通过创造舞蹈动作“单词”、“词语”,发展舞蹈动作“词汇”,达到突破程式的效果,呈现出舞蹈元素由1变3个、1变5个、一变多个等效果,形成了许多优美的“语句”和“语汇”。

《发展舞蹈元素》课例显示了现代舞即兴课实施遵循舞蹈教育的原则,强调学生自身的主动介入,强调动作技巧与内心情感的合而为一,强调程式技术和应变技巧的协调和统一,让学生在充满创意的环境中充分发挥主观能动性,有效地培养和开发学生的想象力和创造性,现代舞即兴课模式具有培养人的创造性思维和创造能力的最佳环境特征。

3 结论

(1) 现代舞是一种具有反映现实,追求未来,不拘一格,不断创新风格的舞蹈。即兴课是体育舞蹈教学模式之一。两者的结合形成了一种新的现代教学风格,新的舞蹈教学方法。

(2) 从现代舞即兴课的教学目的,教学价值,教学方法和手段看现代舞即兴课由于自身的特点而具有特出的教育创意环境,可有效地培养和开发学生的想象力和创造性。

(3) 结合当前教学改革新精神,建议在体育舞蹈教学以及相关课程的教学适当运用现代舞即兴课模式。

参考文献:

- [1] 欧建平. 现代舞欣赏法[J]. 上海:上海音乐出版社, 1996:3-24.
- [2] 于平. 关于“即兴舞蹈”的即兴感思[J]. 舞蹈, 1997(5):9-10.
- [3] 吕艺生. 现代舞的特征是没有特征[J]. 舞蹈, 1995(1):19-20.
- [4] 黄全愈. 素质教育在美国[M]. 广州:广东教育出版社, 1999:3-32.

[编辑:周威]