

Dancing Education in Senior High School: A Pilot Study

Jun Zou^{1,2}

¹National Chengchi University, NCCU, Taipei Taiwan

²Nanjing University of the Arts, Nanjing Jiangsu

Email: 20746129@qq.com

Received: Jun. 20th, 2016; accepted: Jul. 28th, 2016; published: Jul. 31st, 2016

Abstract

The aim of the pilot study is to understand the dancing education in Taiwan. We chose a senior high school as a study sample. The research included three aspects of dancing education: 1) the current situation; 2) the necessity; 3) the cultural management strategy. In the analysis of the three aspects, we discovered the pros and cons of the dancing education; furthermore, we made some suggestions. In the era of multi-culture, learning how to admire one's self is important. We hope that the young dancers could learn their advantages and disadvantages in their profession and have a new point of view for themselves.

Keywords

High School, Class of Art Education, Dancing Education Mode, Multi-Culture Education

普通高中艺术班的舞蹈教育初探

邹 军^{1,2}

¹台湾国立政治大学, 台湾 台北

²南京艺术学院, 江苏 南京

Email: 20746129@qq.com

收稿日期: 2016年6月20日; 录用日期: 2016年7月28日; 发布日期: 2016年7月31日

摘 要

本文以普通高校的艺术班为研究对象, 通过对普通高中艺术班的深入了解, 从目前普通艺术高中舞蹈教育简况、普通高中舞蹈艺术班实施的必要性、普通高中艺术班的文化管理对策三个方面, 初步探索舞蹈

教育在普通高校艺术班中的实际发展情况。从而分析在普通高校中开设舞蹈科目的利与弊，以及解决策略。试图让更多普通高校中的舞蹈考生们进一步了解自己在考学期间和进入大学以后，各自在专业上的优势和缺陷，同时有助于考生从多元文化的角度审视自己、总结自己、定位自己。

关键词

普通高中，艺术班，舞蹈教育模式，多元教育

1. 引言

随着人们生活条件日益提高，经济迅猛发展以及社会的不断进步，人们对于艺术的诉求与渴望也日益突出。舞蹈是人类历史上最早出现的艺术形式之一，在语言尚未成形时，舞蹈便是人们交流情感、传递信息的唯一方式。《论语》中有一段话阐述了儒家教育的宗旨：“兴于诗，立于礼，成于乐。”[1]人的道德修养，从学习诗词开始，用礼规范自己的行为，完成是在乐。其中的“乐”就是指舞蹈、音乐和诗歌。舞蹈能够得以流传，教育与教授是不可或缺的部分，青少年尤其需要接受舞蹈教育。吕艺生教授在《舞蹈教育学》一书中提到：“历史总结我们需要舞蹈教育，作为具有“艺术之美”美称的舞蹈，它的古老性与它在艺术中发生的胚胎性，是人所共知的。可以想象，那么随着舞蹈艺术在原始人类中的传播，舞蹈传授早就是一件严肃而重要的大事。”[2]学生在校期间可根据自己的兴趣爱好进行舞蹈的专业训练。经过询问走访，笔者发现，经过舞蹈训练的学生普遍有更强的身体控制力与柔韧度，身体各部分的配合度、灵敏度与协调度也得到极大改善，人的意志与克服困难的能力也得到了提升。在繁重的课业之余，学生通过舞蹈来暂时放松心情，提高自信，更好的感受舞蹈之美，感知艺术之美。素质教育一直是我国推崇的教育方式，在使学生获得全面发展的同时，也不断地为舞蹈艺术的创新发展输送新鲜的血液。

2. 目前普通艺术高中舞蹈教育简况

目前全国普通艺术高中都全面贯彻素质教育的方针，学校在紧抓文化课学习的同时，也不忘培养学生的兴趣爱好。学校倾力打造优质高中，不断优化师资队伍，绿化校园环境，努力为学生创造最优质的教学环境。学校的舞蹈教师全部是由专业院校毕业的大学生任职。此外，学校也配备了舞蹈教室，教室里设置了镜子、把杆与塑胶地板。艺术班的训练时间是在一天的文化课结束之后，利用其余同学在校上晚自习时间进行训练，也就是每天的五点半到九点半。舞蹈教室里一般配备了音响、镜子、把杆和塑胶地板，另外，对于舞蹈老师的应聘也有一定的要求。舞蹈老师必须为舞蹈类本科以上的学历，最好是舞蹈教育专业毕业，并且要有充沛的经验。比如在培训机构授课达到两年以上，或在其他学校任职达到两年以上。普通艺术高中，不仅为舞蹈的发展提供了丰富的人才资源，也为舞蹈“艺术生”打开了学习的平台，同时也为“普高生”开拓了视野，让她们更好的接触舞蹈、了解舞蹈、热爱舞蹈，一举三得。对于“艺术生”来说，可以继续自己的舞蹈学习，在精进舞蹈的同时也不落下文化课的学习，可以使这些“艺术生”能够顺利考入理想大学。对于“普高生”来说，在枯燥乏味的文化课学习之余，肢体得到了解放，身心得到了放松，让学生获得了全方位的体验，各个方面能够全面发展。在中学时期通过舞蹈这个媒介来提高中学生的审美素养，对今后提高中学生的艺术审美起到了至关重要的作用与意义。

3. 普通高中舞蹈艺术班实施的必要性

(一) 接受舞蹈教育带来的积极作用

《世界艺术教育》一书中曾写到：“舞蹈是一种形体艺术，既优美又高雅。自觉主动的接受这种美的教育也是陶冶自身性情的一种有效途径。”[3]首先，最直接的便是对学生身心体态的影响。在平时的舞蹈训练过程中，舞蹈能使肢体更加修长，身形更加挺拔。在运用四肢舞蹈时除了能达到强身健体培养气质之外，也能在舞蹈中释放情绪获得享受。比如，老师在课堂上会教授芭蕾基训或古典舞基训。芭蕾舞基训训练时主要要注意上身的挺拔以及后背的拔高，脚下的外开，胯部大腿的外旋；而古典舞基训则要求身体的韵律(立圆、平圆、八字圆)，动作与动作间的流畅度，身体的力度以及下身的控制力。长时间的训练必定会使肌肉产生记忆，从而促成学生的挺拔体态。在学习动作进步的过程中，老师给予的肯定与鼓励也会促使学生自信心的增强。从外在的肢体的美化过程逐渐过渡到内在的自我愉悦过程，使学生达到自我提高与升华。在将来步入社会后，一个全方位发展的人才才会社会中做出更多有价值的贡献。其次，提高了学生辨别艺术美的能力。审美是一种能力，正确培养感知事物的能力要从细微小事抓起。舞蹈是一门视觉艺术，一定要通过观看才能感受到舞者身体与作品思想共同创造的一种艺术美。老师教授学生学习的过程必然要经过视觉的传导，在老师的讲解过程，表演过程，分析过程，深度剖析动作时，学生根据直观感受来体会不同舞蹈中动作的力度强度，身体的延展收缩，从而获得不同的艺术感受。这便是最直接也是最有效的培养艺术审美的方法和途径。在课堂上，老师有时也会播放一些舞蹈视频，学生通过观看专业演员的表演来谈论体会感受。在欣赏舞蹈的过程中，难免会有自己主观意识的参与，因此每个人在舞蹈中感知获得到的东西是不一样的。在观看时老师会介绍舞蹈的背景及创作意图，方便学生体会感受。可能高中生在对剧目的理解上没有那么深刻，但这种发现美的能力是最难能可贵的。不仅运用在舞蹈上，也可以运用在日常的生活学习中。最后，舞蹈是门综合性的艺术，它包含了音乐、服装、道具、舞美、灯光等多种艺术门类的综合运用。在学习舞蹈的同时，也能感受到以他艺术的配合，从而提高学生的综合素质。舞蹈教育就代表了美的传递，使舞蹈不仅到达自愉目的，也达到了育人传承的目的。

(二) 学生在接受舞蹈教育中获得的提高

舞蹈的第一步就是对身体柔韧度的练习，在长期训练中拉长了韧带，在疼痛中一步步成长，同时也培养了学生勇于克服困难的顽强意志力。其二，在老师的专业指导下，舞蹈中高难度的技术技巧也会慢慢熟练掌握，其三，慢慢掌控舞蹈中气息的运用，在舞动时让身体与呼吸的韵律达到和谐统一。其四，增强了身体的平衡感与协调性，舞蹈需要手、眼、脚、躯干的多方面配合，在协调中达成美的统一。其五，改变了外在的身体形态，舞蹈训练中的拉伸延长促使身体永远是挺拔高昂的，因此有效地改善了高中生因长期学习造成的弯腰驼背的体态，让她们的身體更加健康的成长。其六，提高了学生的创造力与想象力，学艺术的孩子往往被大家称为是思维永远是活跃的。在老师的诱导与自身学习知识的累积下，张开想象的翅膀，在生活中提取素材，做出充满创意的舞蹈作品。其七，提升整体气质，礼仪举止规范。舞蹈提升了人的内在涵养，也使人体看上去修长挺拔，因此衣着服饰也会恰当得体，风度翩翩。然而，舞蹈对于学生的意义不仅于此，部分学生高中入学后决定学习舞蹈，并且之前没有学习舞蹈的经验。甚至有些学生本身是很内向的性格，因为不善表达情感，周围的朋友也很少，直接导致了成绩也下滑。我想通过学习一门艺术改变自己的现状，变得更加开朗，交到更多朋友。此外学习舞蹈对于学生本人也有巨大影响，重塑了体型，彻底改掉了以前扣肩驼背的坏毛病，让自身气质变得越来越好。在学习舞蹈的过程中，性格慢慢变得开朗起来，也交到了一些志同道合的好朋友。在学习舞蹈的同时非但没有耽误成绩，反而在思考问题时思路变得更加开阔。

4. 普通高中艺术班的文化管理对策

(一) 对艺术班设置多元化教学模式

“艺术生”的思维活跃，精力充沛，有利于艺术的创造，但同时也存在着弊端，在学习文化时无法

长时间集中注意力，容易被外在事物影响，因此学习成绩普遍较弱。班上老师可根据学生的不同情况分层施教，因为每一位学生都是一个单独的个体，每个人所适应的学习方法也不尽相同，他们的知识基础，学习能力也大相径庭。关于教师方面，吕艺生教授也在《舞蹈教育学》中涉及过，他这样讲：“有经验的教师应该是一位明察秋毫的心理学者。”[4]老师要依据每个学生不同的性格特点，掌握知识的程度来找到最适应他们的教学方式，施行个性化教学，最大程度激发他们的潜力与学习的积极性。在分配班级时，可以有机的将艺术生进行分类，把同样专业、同样特质、同样个性的学生分编到一个班级。可以营造更好的学习氛围，也便于班主任与老师的管理，使学习效率达到最高。在授课过程中，老师要着重基础知识的累积，充分考虑到“艺术生”的接受能力与学习水平，将基础知识稳扎稳打。艺术生的文化虽然不可或缺，但专业才是“艺术生”踏入大学的重中之重。因此学校要减少对艺术生开设不必要的课程，加强历史、地理、政治的学习，增强“艺术生”的文化底蕴，开拓学生视野。

(二) 增强“艺术生”的自信，对艺术生实施引导鼓励式教育

老师要调动“艺术生”的积极性，发挥学生的主观能动意识，让他们主动转变学习观念，自主学习，在学习中感知获取知识的乐趣。随时观察学生的情绪变动，积极了解开导，让学生始终处于温暖、平等、自由的学习环境与氛围中。对于学生的进步，及时给予赞扬与肯定；对于学生的错误，及时指正教导。让他们感知到家人、老师、同学对自己的期望，促使他们不断进步努力，随时充满对学习生活的饱满热情。

5. 结语

通过以上研究我们不难看出，舞蹈已经逐步渗透到中学的美育教育当中。越来越多的中学逐步展开舞蹈教育，舞蹈在高中教育中已经十分普遍，舞蹈教育也在向着日渐成熟的方向发展。通过我的调查，发现也存着一些问题，比如老师与家长对其的重视还远远不够，认为学习舞蹈会耽误文化课的学习进度，学校的舞蹈设施和器材还不够完善等。舞蹈教学时在随着社会的不断发展，时代的不断进步，对于人才的要求也在不断的提高，全方位发展的人不能离开素质教育，舞蹈教育在美育发展中不可缺少，因此舞蹈在高中的普及就素质教育来说发挥着重要的作用。学生通过学习不同的风格舞蹈，提升了他们的团结配合能力，也增强了团队意识，更加在舞蹈中体会到中国不同民族的文化风貌，增强了爱国主义与主人翁意识。舞蹈艺术是情感与思想的传达，教育是人类文化与文明得以延续的手段，二者结合，使得舞蹈中的情感与思想得以延续流传。现今，艺术类学生在高中所占比例越来越大，作为越来越重要的组成部分，这些“特殊”学生的教学方式值得我们深思探索。只有让他们认识自己才能认识到自己的理想目标，秉持自己坚定地信念，向着积极向上的人生道路不断探寻，这样才能实现教育的最终目的。

参考文献 (References)

- [1] 孔子. 论语·泰伯[M]. 上海: 上海大学出版社, 2011: 5.
- [2] 吕艺生. 舞蹈教育学[M]. 上海: 上海音乐出版社, 2000: 88.
- [3] 于平. 舞蹈心理学[M]. 北京: 高等教育出版社, 2014: 101.
- [4] 吕艺生. 舞蹈教育学[M]. 上海: 上海音乐出版社, 2000: 56.