

会员登陆
MEMBER ENTER

用户名

密码

验证码

9 0 2 8

登录

注册

忘记密码

淘宝网

请输入宝贝名称或关键词

搜索

设为首页
加入收藏
繁体中文

首页 | 舞蹈资讯 | 舞蹈培训 | 舞蹈知识 | 舞蹈影音 | 舞蹈图片 | 下载天地 | 舞蹈商城 | 舞蹈论坛 | 舞网导航

成人舞蹈班正式开课招生进行中.....

青春的四月，让美丽的梦想在如火的年华里绽放！

最新公告： 庆贺艺苑舞蹈网喜获“南阳市先进网站”殊荣 [峻石 2009-6-24 23:11:26]

>> 分类导航

【知识技巧】

└ 课堂理论
└ 专业常识
└ 实践技巧

【教学培训】

└ 经验总结
└ 教学技巧

【论文教案】

└ 论文评论
└ 课程教案

【考级考试】

└ 舞蹈考级
└ 试题测验

>> 超级搜索

栏目

搜索舞蹈资讯

类别

按标题(名称)

关键词

站内搜索 网络搜索

搜索

重填

>> 赞助链接

北京翩跹芭蕾舞艺术工作室

位于建外soho17#，永安里地铁站C出口 优越的地理位置，专业师资和教室环境
www.balletangel.com

Google 提供的广告

>> 舞蹈培训 TOP10

- 2008年北京舞蹈学院继续教育学院周末业余舞蹈培训班招生简章
- 南阳艺苑舞蹈培训中心招生简章
- 南阳艺苑舞蹈培训中心简介
- 南阳艺苑舞蹈培训中心各班课程安排及收费标准
- 南阳艺苑舞蹈培训中心硬件设施简介
- 2008年北京舞蹈学院继续教育学院春季进修班招生简章
- 为什么一定要参加北京舞蹈学院的舞蹈考级?
- 2008年北京舞蹈学院继续教育学院寒假强化班招生简章
- 南阳市雏鹰青少年体育俱乐部小天鹅少儿舞蹈艺术团培训招生简章
- 南阳市雏鹰青少年体育俱乐部小天鹅少儿舞蹈培训班课程安排及收费标准

教学培训 → 经验总结 → 浅谈少儿舞蹈基础训练【荐】【普通文章】

[@双击滚屏] [大字 中字 小字] [收藏本页] [打印] [推荐给好友] [收藏到]

浅谈少儿舞蹈基础训练

http://www.zwdance.com 发表日期: 2008-3-11 来源: 艺苑舞蹈网 作者: 郝琪 阅读次数: 2098 发表评论>>



舞蹈是众多艺术形式之一，具有愉悦感官的娱乐作用、激励情绪的情感作用和审美的教育作用，在大众娱乐中占有极其重要的地位，而儿童舞蹈正是这门艺术中的一个重要分支。它通过儿童的想象和联想，体验音乐所表达的情感和所描绘的情景，进而将自己的直接或间接经验相结合，引起情感上的共鸣，从而表现出来的一种舞蹈艺术形式。儿童对它具有天生的好奇心和渴求的心理，是儿童愿意接受的教育形式。通过儿童舞蹈的训练，能使孩子们获得一定的情感体验，增强儿童的审美能力、自我表现能力和社会参与能力，推动儿童综合素质的全面发展，从而促进幼儿良好性格的形成，使她们身体正常发育，动作协调发展，为其学习、生活奠定良好的基础。

要想使儿童舞蹈水平有实质性的提高，必须加强儿童的基础训练，如：基本的腿、腰、胯部的软、开度练习、节奏感训练、协调性训练以及舞蹈表现力训练、舞蹈兴趣的培养等等。我在儿童舞蹈教学中注重打基础，结合儿童的特点，采用灵活多样的方法进行儿童舞蹈训练，收到了良好的效果。

1、基本功软度、开度的训练

接受过舞蹈形体训练的孩子都有体态端正、舞姿优美的特点。这种特点会使她们自我感觉良好、乐观和充满自信。舞蹈是一种人体动作的艺术，是流动的雕塑，通过科学的身体训练，使孩子们的肢体能最大限度地完成教师要求的舞蹈动作，且动作准确、到位，舞姿更加优美、舒展。如：我在幼儿班的舞蹈训练中经常给学生编排一些开胯（含胸、展胸）、开肩膀以及腰、腿的柔软性训练。由于幼儿年龄小，可塑性大，通过一定时间的训练，孩子们个个都能做到坐姿、站姿后背保持“直、立、开”及挺胸腰的正确上身姿态。地面跪下腰及横叉、竖叉多数幼儿都能较轻松地完成。我班有位幼儿园大班的小朋友叫刘嘉瑶，她妈妈告诉我，她报青少年活动中心舞蹈班的原因，是因为在刘嘉瑶的班上有位叫钱冰的女孩子，她的基本功软度很好，舞蹈动作完成得比嘉瑶准确、到位，而且还能做一些高难度的舞蹈动作。象站立下腰、地面搬后腿等舞蹈动作都能较轻松地完成，小朋友们都很羡慕钱冰，嘉瑶妈妈希望孩子通过训练也能象钱冰小朋友一样棒，给孩子增强一些自信心。经过半学期的刻苦练习，刘嘉瑶小朋友的舞蹈能力有了明显提高，在当年“六一”演出中，她不但参加三个舞蹈的演出还在舞蹈《种太阳》中担任领舞的角色。听她妈妈说，幼儿园班主任老师表扬刘嘉瑶进步大，动作准确、到位，身体和腿的感觉好，老师们都抢着让她参加舞蹈排练呢。

2、节奏感的训练

音乐是舞蹈的灵魂。一个好的儿童舞蹈必定有一首优美向上的乐曲作为核心。儿童的表现必须与乐曲相配合，节奏准确。儿童舞蹈练习中节奏感差的现象并不少见，节奏感差的幼儿不能按节拍准确地完成动作，不能和其他儿童作到协调一致，从而影响舞蹈质量。儿童节奏感的好坏主要由先天条件和后天培养两个条件决定，在这两者中，后天培养又可弥补先天不足，占主导地位，是主要因素。在节奏感培养过程中，我在上课前准备了一套热身动作组合，随意而又具有较强节奏感的舞姿动作，既起到课前舒展肢体、活动关节的作用，又放松了孩子们的心情，同时使孩子们的乐感得到了培养。在队形的编排上，我将节奏感差的孩子放在节奏感好的孩子后边，利用儿童的模仿能力，通过环境的熏陶，来增强儿童的节奏感。如：热身舞蹈《浪漫樱花》就是利用这样的方法，在每节课前进行练习。做动作前我先让学生跟我一起听音乐，渐渐地在听的过程中加上脚的动作跟打节奏，然后再加入肢体动作，让学生先跟我作，从模仿动作开始，逐渐过度到学得好的同学在前面，带动差一点的同学进行练习，影响她们的动作节奏。通过一段时间的训练，不但孩子们的节奏感在一定程度上得到了提高，而且在动作质量上也取得了可喜的进步。

3、协调性的训练

由于儿童对动作的理解能力、接受能力受自身先天条件所限，在动作协调性上存在着明显的差异。要想在根本上增强儿童的协调能力并非一朝一夕的事情，但如果采取灵活的手段、措施，通过逐步诱导，完全可以在一定的时间内使儿童在舞蹈中作到协调一致。如：可以将儿童不易做的动作分解成几个环节、步骤，也可以分为身体的几个部分的单一动作来进行，采用先分解再连贯，先单个动作再综合练习的方式，对儿童进行动作的强化训练，逐步提高其动作协调性。我在排练舞蹈组合《小海军》时有一个敬礼动作，很多孩子做的很不协调，不是抢音乐就是慢节拍。我就根据节拍将动作分解成几个环节，一个环节一个环节地练习，掌握每个环节头、手、眼动作要领，然后再将动作串联起来练习，孩子们的动作质量有了明显提高，逐渐地掌握了敬礼这个动作。

4、表现力的训练

在舞蹈教学中，同样一个舞蹈动作有的孩子做就很美可以表演的活灵活现；有的做就不美，动作僵硬、呆板、固滞，毫无表情，这种现象主要是儿童的表现能力和对舞蹈理解能力的差异造成的。要能使儿童舞蹈表演得到充分发挥，一方面，要提高儿童对舞蹈内容、情节的了解，通过对形象的动作语言的讲解、传授、体验音乐所表达的情感，让儿童产生情感共鸣，舞蹈动作就能产生感染力。并且不断引导她们对美的自然感受，逐步提高动作表现力。我在教授歌舞《今天阳光真好》这一舞蹈时，我将这首歌的歌词内容讲解一遍，让孩子们了解到整个舞蹈要表现的情节和自己在舞蹈中扮演的角色，分别是太阳和美丽的向日葵。太阳笑眯眯地将温暖撒向大地，向日葵在阳光的照耀下不断成长，我告诉孩子们你们好比美丽的向日葵，在祖国温暖的阳光照耀下愉快地成长，你们是祖国的未来；是祖国的希望。你们生活的多么幸福呀！。在排练时我将舞蹈的孩子分成几组，让她们相互之间进行比较，看谁的动作做得到位，表现的最形象，能把自己内心的幸福感全都表达出来。另一方面，教师在传授舞蹈动作时自身要有感染力。教师要明白，自己不是高高在上的师长，而是孩子的朋友，是榜样。要想让孩子带着表情做动作，老师在教授时首先应该做到这一点。如果老师始终是一副呆板、木纳的表情，那么孩子也会和你一样，况且孩子本身就有怕老师的心理，没有宽松的心理环境，想让他们笑，她们也笑不出来。

[1] [2] 下一页

· **Google 提供的广告** · [芭蕾舞](#) [拼音学习](#) [芭蕾训练](#) [现代舞蹈](#) [减肥舞蹈](#)

上一篇: [幼儿舞蹈训练技能的要点](#) [\[会员内容\]](#)

下一篇: [浅谈中学舞蹈教育的功能](#)



【公共评论】 [\[目前共有0条评论\]](#) [\[发表评论\]](#)

☆最健康减肥产品月减48斤不反弹



暂时还没有评论

第0页, 共0页, 共0条评论