

浅谈青少年拉丁舞教学

王玉青

(河北省石家庄市妇幼活动中心,河北 石家庄 050000)

摘 要 近年来拉丁舞备受青少年的青睐,好多学生从小就接触拉丁舞,喜欢拉丁舞蹈。本文结合自身教学实际,对青少年拉丁舞蹈教学进行分析,意在增强拉丁舞的教学效果,让拉丁舞在青少年成长过程中起到一定辅助教育的作用。

关键词 青少年;兴趣;拉丁舞教学

中图分类号:G42 文献标识码:A

文章编号:1673-9132(2019)09-0146-01

DOI:10.16657/j.cnki.issn1673-9132.2019.09.134

在我国五千年的文明传承中,舞蹈凭借着它独特的艺术魅力和人文价值,在艺术领域里独占一隅且经久不衰。舞蹈艺术是通过人体优美的动作、造型和动人的旋律诠释着一个个故事情节,蕴涵着人们丰富的感情,人们通过舞蹈可以提升精神境界,可以增加生活的勇气和信心,可以净化心灵。在舞蹈艺术的熏陶下,很多学校都开设了舞蹈课,为学生创设学习舞蹈的时间和空间。受上海《舞林大会》节目的影响,国内掀起了舞蹈热潮,尤其拉丁舞凭借其本身的动感和魅力,更是深受人们的欢迎。下面我结合自身教学实际,对青少年拉丁舞教学进行探讨和分析。

一、拉丁舞的起源、特点和发展

拉丁舞,顾名思义是拉丁美洲的舞蹈,其舞蹈风格很是独特,以激情的音乐,多变的舞步和肢体的摆动,足以展现出人体的曲线美,深受人们的欢迎。因此教师在进行拉丁舞教学时,一定要为学生介绍拉丁舞的起源和特点,让学生们更好地熟悉拉丁舞的风格和特点,这样,学生在听教师讲解后,才能更准确地把握拉丁舞的动作,彰显其所表现的内容。

国际标准舞作为一项高雅的艺术运动,它可以调节人们紧张的生活节奏,愉悦身心。近年来,国标舞越来越受人们的欢迎,并且跳舞的人群越来越年轻化,青少年已经成为国标舞的主力军。其中拉丁舞作为国标舞的重要组成部分,它的发展前景非常乐观并备受重视。

二、学习拉丁舞的益处

青少年正处于身体成长期,学习拉丁舞可以有效避免学生的坐姿和站姿,纠正平时生活中的一些不良动作和习惯,对学生的健康成长十分有益。并且拉丁舞音乐欢快激昂,节奏明快,非常符合青少年的蓬勃朝气,长时间受其音乐的熏陶,可以很好地改变学生的精神面貌,让学生变得开朗活泼,自信大方。除此之外,学习拉丁舞还可以锻炼学生的协调能力,培养学生的专注力和理解能力,对学生的文化课学习有非常大的帮助,大量的实践证明,好多学生学习拉丁舞,精神面貌非常好,并且精力非常充沛,在很大程度上促进了学生的成长。

三、如何培养学生对拉丁舞的兴趣

学生初次接触拉丁舞的时候,很容易出现三分钟热度的现象,要么精神不集中,要么拖拉,不好好练习。针对这种现象,教师就应该对学生做出正确的引导,通过聊天的方式或播放有关拉丁舞的视频,让学生充分了解拉丁舞。教师还可以根

据学生练习拉丁舞的情况,制定出合理的计划,进行一个小小比赛,或想方设法营造拉丁舞的学习氛围和相关情境,这样才能让学生精力集中,专注于练习。当他们看到自己的进步和成就后,便会增加学习拉丁舞的动力,增强对拉丁舞的兴趣。具体可以从以下几方面做起。

1.教师用自己对舞蹈的热爱、追求,以及精湛的舞蹈技艺来征服学生,从内心深处感染他们,提高他们对舞蹈的认识,对拉丁舞的喜爱。

2.教师一丝不苟的肢体动作和对舞蹈的敬业精神,是对学生最好的启迪,尤其是教师自己标准漂亮的动作是引发学生对拉丁舞产生兴趣的源泉。

3.教师的教学艺术也是培养学生对拉丁舞产生浓厚兴趣的关键。有经验的教师总是能把舞蹈艺术上的专业术语用自己的动作诠释出来,或者借用生活中形象的事物来比喻。例如,教师为了让学生展示出自己手部的美和灵活,不能太僵硬,教师可用“枯树枝”来形容僵硬的手,当学生在练习手部动作时,一下子就会想起这个形象的比喻,进而得到改变。这样学生会感觉到学习拉丁舞真的很轻松,很愉快,学生的动作才能在老师的指导下更加规范、到位和优美。

4.和谐的师生关系是培养学生对拉丁舞产生兴趣的保障。青少年的典型特征就是爱憎分明,他们往往是先喜欢这个教师,再喜欢这个教师所担任的课程。因此,教师就要利用休息时间和学生多交流,甚至在交流的过程中,对学生的动作进行零距离的指导,这样学生慢慢就会亲其师信其道,逐渐热爱上拉丁舞。

5.及时肯定和表扬学生的表现,也会增加他们对拉丁舞的兴趣。学生正处于学习阶段,期间定会有好多令教师不满意的地方,这时教师要及时观察学生,即使他们取得一点点进步,都要给予他们肯定和表扬,这对提高他们对拉丁舞的兴趣有很大的促进作用。

总之,拉丁舞教学是一门艺术,它需要教师在充分了解学生心理、爱好和兴趣的基础上进行教学,通过拉丁舞教学,全面提高学生的身体素质和综合素养,使学生懂得舞蹈艺术的真谛,领悟艺术的品质,从而更好地促进文化课的学习,使其得到全面发展。另外,教师在拉丁舞的教学过程中,一定要发挥拉丁舞本身的积极作用,它不仅可以健身,更能提高人们的艺术素养,提升其精神境界。

参考文献:

- [1]丛艳华.拉丁舞训练对少儿身体素质的影响[J].湖北体育科技,2005(1).
- [2]熊文.拉丁舞选手应具备的身体素质探讨[J].北京体育大学学报,2002(6).

[责任编辑 薛晓静]

作者简介:王玉青(1985.3—),女,汉族,河北石家庄人,中学二级,研究方向:舞蹈教学研究。