

# 课程体系建设实施方案

(舞蹈表演专业)

## 舞蹈表演专业课程体系建设实施方案

当前我国正处于大规模经济建设和文化大发展、大繁荣的大好时期，全国各地对舞蹈艺术人才的需求量越来越大，社会需求高，就业前景广阔。

随着经济的不断发展与繁荣，社会文化的需求日渐提高，舞蹈的功能不仅仅是一种文化手段，渗透在各层次的文化活动与教育活动中，除了各省市电视台、旅游景区、歌剧舞剧院等对舞蹈人才需求量较大的单位、现在企业的繁荣发达随即也兴起了企业文化及企业文化的艺术团体。这都是我们拓宽办学规模，重组专业设置，对舞蹈教育的层面加以新的布局，是培养舞蹈艺术人才在市场经济条件下发展的一个极好良机。

从事舞蹈方向的技术人才远远满足不了目前所需，日渐增多的全国专业艺术团体也为该专业的学生提供了更多的选择机会。

现在舞蹈艺术人才是用人单位急需的，而且供不应求。面对社会的需求，面对现在良好的社会现状，我们向前行进的每一步都必须务实，正确制定学生的培养目标，按社会的发展及需要来制定和调整我们的教学课程和设置，已成为我们必须明确的一个前提。

我国舞蹈艺术也即将适应社会的发展,从我国目前舞蹈发展的现状来看,舞蹈艺术人才在各大企事业单位、各省市电视台、歌剧舞剧院、全国各旅游景区艺术单位、部队文工团、教育行列等单位都发挥着重要的作用,更是文化的传播者;而今后的舞蹈艺术将会沿着现代化、民族文化性、原生态、群众性四大方向发展,其中民族文化性将成为主流方向。因为中国民族文化必须有赖于文化性的挖掘,文化是舞蹈得以长久发展的源泉,立足文化根基,发扬中国民族文化,是中国舞蹈将来发展的空间和潜力所在,将会为中国舞蹈艺术的发展开辟广阔的发展前景。而河南省职业中专开办舞蹈表演专业的院校也是极少数,为了弥补企业市场对舞蹈艺术人才的需求,我司与实力院校共同联办舞蹈表演艺术专业。开办以来,培养的学生企业供不应求,同时受到了广大用人单位的一致好评。

## 一、培养目标与业务范围

### (一) 培养目标

主要培养能够熟练掌握舞蹈表演艺术的基本理论与基本技能和一定的舞蹈创编能力、以及能演、能教、能编、能导的应用型高级复合人才。

### (二) 业务范围

本专业毕业生主要担任演员、专业教师、辅导组织工作;全国各省市大型晚会的舞蹈排练;企业文化、社区文化和大型文化

活动的策划、编导排练等工作。

## 二、课程设置及教学要求

### (一)文化基础课

#### 1.中国舞蹈史

通过中国舞蹈史的讲授，让学生了解我国灿烂悠久的舞蹈历史和文化，增强民族自豪感，培养其爱国主义思想，宏扬中华民族的舞蹈文化。要求学生掌握中国舞蹈发生、发展的状况及其各阶段的审美特征，艺术风范，以便能从历史和文化的角度去认识舞蹈，感受舞蹈，传播舞蹈促使他们在一个高层次上进行舞蹈的学习、表演、欣赏、评论以及创作、教学与研究。

#### 2.心理健康教育

#### 3.语文

在初中语文的基础上，进一步加强现代文和文言文阅读训练，加强文学作品阅读教学，培养学生欣赏文学作品的 ability，加强写作和口语交际训练，提高学生应用文写作能力和日常口语交际水平。

#### 4.政治

#### 5.数学

在初中数学的基础上，进一步学习数学的基础知识.必学与限定选学内容：几何与逻辑用语、不等式、函数、指数函数与对数函数、任意角的三角函数、数列与数列极限、向量、复数、解析几何、立体几何、排列与组合、概率与统计初步。

## 6.职业生涯规划学习指导

## 7.英语

在初中英语的基础上，巩固、扩展学生的基础词汇和基础语法，提高学生自主学习和继续学习的能力，并为学习专门用途英语打下基础。

## 8.历史

## 9.计算机应用基础

在初中相关课程的基础上，进一步学习计算机的基础知识、常用操作系统的使用、为以后的学习和工作打下基础。

### **(二) 所学内容：**

根据舞蹈的不同风格特点来区分，有：中国舞、古典、民族、当代、芭蕾、中国武功技巧和军旅舞蹈等。

### **(三) 教学目的：**

1.通过规范系统的专业教学，使学生掌握一定的舞蹈表演技术，技巧，打好坚实的专业基础具有相应的舞蹈艺术理解力与表现力。

2.通过一系列中国舞作品的学习，实践启迪学生的智慧，在提高专业技术能力的同时，逐步提高学习舞蹈的感受，理解和鉴赏力，为发展繁荣我国的社会主义舞蹈艺术事业服务。

### **(四) 教学原则**

1.贯彻执行党的文艺方针，有目的地吸收和选择我国各地

区有训练价值的教材及各民族的优秀舞蹈作品为教学内容。使学生通过每个教学环节的学习，较全面地了解舞蹈艺术，准确地体现不同地区民族风格的舞蹈作品。

2.贯彻“因材施教”的原则，注重基本功的训练，在基础稳固扎实的同时，拓宽学生对舞蹈艺术的接触面。既要分解动作、单一训练、使动作规范准确容易接受，又要综合训练，使组合熟练流畅，赋予艺术表现力，每学期根据本大纲的要求及学生的具体情况，制定出切实可行的教学实施计划，正确指导教学活动。

#### **(五) 教学方法**

1.基训教学以授大课的形式为主，在教学过程中，采用单一动作，分解训练组合训练并分组进行。启发并充分调动学生的情绪，发挥其想象力及独立思考的能力，使学生能尽快较好的掌握舞蹈的动律，动作技巧富有音乐感，增强表现力。

2、注重课堂与舞台实践的结合，加强剧目排练课，积极为学生创造艺术实践的机会，以此检验各门专业课教学的有效程度和训练教材的实用价值。总体要求是训练和培养学生掌握较全面的扎实的基本功、技术和技巧，以及与此相联系的民族风格韵律，音乐感和艺术表现力。

#### **(六) 基本功训练内容**

##### **地面练习**

1.方位的训练（颈椎及躯体的解放）；

- 2.脚勾绷、踝关节及髁关节的动和伸展训练；
- 3.膝关节的弹性训练；
- 4.腰、腿的软度肩髁的开放；
- 5.腰肌、腹肌、后背肌的力量训练；
- 6.腿腱的韧性训练。

### 三、扶把部分

#### (一) 脚的基本位置

- 1.一位、二位、三位、四位、五位、正步、丁字步、八字步、弓箭步(男)；
- 2.蹲：一位、二位、五位半蹲；
- 3.擦地训练：向前、旁、后擦地绷脚训练(双手扶把)；
- 4.小踢腿、单一训练、后单一训练，一位前、旁、后 $15^{\circ}$ ；
- 5.单腿蹲、前旁、后单一训练，男 $45^{\circ}$ ，女 $25^{\circ}$ ；
- 6.划圈： $45^{\circ}$ 小腿环动前旁训练  
顺方向 1/2 练习——完整练习。  
逆方向 1/2 练习——定型练习。
- 7.弹腿：  
双手扶把、前旁、后(点地)  
单手扶把、前旁、后( $45^{\circ}$ )。
- 8.腰：  
一位五位前后下腰。

单腿重心，后前后下腰。

双腿重心，耗腰、担腰、涮腰。

9.压腿：

前、旁、180°后 110—150°竖横叉  
160—180°。

10.控制：

前、旁、后 45°—90°单一训练。

11.踢腿：

前、旁、后（单双手扶把单一训练练习）。

## （二）中间部分

1.把杆上的动作，在中间进行练习；

2.舞姿控制

点地直抬起 25°—45°（1—4 迎风展翅）前  
后鹤立式练习；

3.大踢腿

原地、五位（三位）前、旁、后进行；

4.步法：

圆场步、错步。

## （三）小跳部分

1.一位、二位、五位单一跳练习；

- 2.五位换脚小跳；
- 3.一位、二位、五位变位跳；
- 4.擦地单起双落小跳（双起单落）。

#### **（四）中跳部分**

一位二位三跳一停，一位二位五位变位跳分腿跳，五位向前向旁45°。

转部分（旋转前的准备练习）

- 1.原地半脚掌左右甩头练习；
- 2.二位、四位转的准备。

#### **（五）身韵部分**

- 1.一、二、三、四、五、六、七位芭蕾手位；
- 2.古典舞八个单位。

单双山膀，顺风旗、双托掌、冲掌、托按掌、山膀掌、捉襟；

- 3.双手盘腕，单双幌手，小五花，云手；
- 4.提、沉、冲靠移的单一练习。

### **三、专业现状**

舞蹈表演艺术专业培养的学生作风优良、学习刻苦、纪律严明，曾参加第十届中国舞蹈家协会举办的“荷花奖大赛”获得优秀组织奖及2016年河南省电视台春节联欢晚会“欢乐筑梦又一年”大型活动的录播，中国首届“国际青年微电影”

艺术节、2017中西文化交流晚会、洛阳市2016年春晚、洛阳市“职业教育”晚会、杭州市春晚等受到各界人士的一致好评，并留下良好口碑。该专业的所有学员，均实现对口就业，为部队文工团、横店影视城、杭州边民演艺集团、三国赤壁古战场等多家单位、企业、学校、培训机构培养了大量优秀人才，并且月收入均在4000-12000元不等。

(1)形成了校企合作“2+0.5+0.5”教学模式，学生在校第一、第二学年完成教学计划规定的全部课程，第三年到用人单位进行免费培训三至六个月后进入顶岗实习。学校和用人单位共同参与管理，合作教育培养，满足企业日益增长的用工需求，使学生成为用人单位所需的优秀人才。

(2)要求教师专业合格、技术过硬、教学经验丰富。师资力量需要进一步对专业技术进行加强提升，不断提高教学和科研水平，需要与企业加大合作力度，让更多的企业师资进入学校指导，采取多种措施培养学生，建立一支结构合理的高水平的师资队伍。

(3)在校培养学生技能水平与企业岗位存在一定差异，不能完全满足企业的要求，有待提高，教学体系需要改进和不断开发。