

课程思政融入“芭蕾舞基本功训练”教学的探索与实践

何顺

包头师范学院音乐学院 内蒙古包头 014000

DOI: 10.12238/jief.v6i5.7847

[摘要] 芭蕾舞基本功训练已有几百年的历史了, 经历了时间的考验与历史的沉淀, 现已发展成一门极具科学性 & 规范性的专业基础训练课程, 同时该课程也是综合类大学和师范类大学舞蹈专业的必修课程。根据教育部印发《高等学校课程思政建设指导纲要》的通知, 将芭蕾舞基本功训练课程专业特点与思想教育相结合, 梳理出一套“用西方语言讲中国思想”的具有教学改革意义的芭蕾舞基本功训练思想教育课, 从而教育出立足时代、扎根人民、深入生活的艺术类人才。

[关键词] 芭蕾舞基本功训练; 课程思政; 人才培养; 教学改革; 探索与实践

The exploration and practice of political thinking in curriculum into "basic ballet training"

He Shun

School of Music, Baotou Normal University, Baotou, Inner Mongolia, 014000

[Abstract] Ballet basic skills training has a history of hundreds of years, experienced the test of time and the precipitation of history, has developed into a very scientific and normative professional basic training course, and this course is also a required course for comprehensive university and normal university dance major. According to the Ministry of Education issued by the college curriculum education construction guidelines notice, the ballet basic skills training course professional characteristics combined with ideological education, tease out a set of "speak Chinese thought in western language" has the significance of teaching reform ballet basic skills training ideological education, and education based on the era, rooted people, into the art talent of life.

[Key words] ballet basic skills training; political thinking in curriculum; talent training; teaching reform; exploration and practice

党的十八大以来, 党和国家“紧紧围绕培养什么人、怎么培养人、为谁培养人这个根本问题, 牢牢把握立德树人根本任务, 做出了一系列有关教育改革发展的重大论述”【1】。高等学校人才培养是育人和育才相统一的过程, 建设高水平人才培养体系, 必须将思想政治工作体系贯通其中, 必须抓好课程思政建设, 解决好专业教育和思政教育“两张皮”问题【2】。

芭蕾舞传承发展至今已有五百年之久, 作为一种西方舞蹈语言的表达方式, 在中国舞蹈发展的历史长河中起到了至关重要的作用。提到芭蕾舞, 大家最先想到的是“天鹅”这一形象, 因为芭蕾舞对演员有极为苛刻的选拔要求, 除了要拥有高超的技艺外, 更重要的是具备“三长一小”的身形条件与偏低的体重, 这也说明, 芭蕾舞演员不仅要具备先天的身形优势, 同时

还需要对自己严格且自律,才能达到作为芭蕾舞演员的基本要求,如果芭蕾舞演员本身对艺术有极高的追求,那芭蕾舞也不再是一种所谓谋生的职业,而是一种“生活态度”。

芭蕾舞基本功训练最初是只为培养芭蕾舞演员而制定的训练方式,后因其具有科学性、规范性、严谨性的特点,同时可以精准的训练出“舞蹈身体”所需要的“开、绷、直、立”,从而使舞者逐渐形成挺拔、均匀、优美的体态,并在意念与感觉的肢体延伸训练中培养气质,最重要的是,芭蕾舞基本功训练是其他舞种的训练根基,综合类院校也因此将其设定成一门必修课【3】。

从舞蹈训练的角度来看,芭蕾舞基本功训练就像其他舞种艺术化呈现的“根”一样重要,但在中华大地这片沃土中我们如何运用这门“西方语言”讲出中国思想的同时还不失其技术上的训练效果是笔者思考的问题关键,因此,根据“芭蕾舞基本功训练”课程特色和优势,深入挖掘其知识体系中所蕴含的思想价值和精神内涵,科学合理的拓展“芭蕾舞基本功训练”课程的广度、深度和温度,从课程所涉专业、政治、历史、文化等角度来探索与实践“芭蕾舞基本功训练”中的思政元素。

一、在教学内容上的探索与实践

“芭蕾舞基本功训练”课程内容相对固定,基础性与训练性较强,对其他专业课程有着不可忽视的影响。本着从学生实际出发的原则,通过该课程的内容特点,结合政治、历史、文化等重要政策以及重要事件重新整合该课程教学内容,深入挖掘中华优秀传统文化思想与专业训练内容的融合点,打破原有教学惯例,在一味追求身体训练的同时,要兼顾思想引导,在思想引导方面要更加侧重于带有文化厚度的思想引领,防止出现“两张皮”的情况。

综合类大学通常将芭蕾舞基本训练课程设定在大学一二年级,共分四个学期,内容由易到难,具有紧密的递进关系,其中每学期的教学流程均相同。课程通常分为三个部分,分别是“把杆练习部分”、“中间练习部分”、“技巧及跳跃部分”,通常在大学一年级会用较少的课时来进行“地面练习部分”的训练,主要是给学生一个恢复及“初见芭蕾”的过程。在本文及笔者的研究中暂时先不提及此部分。

“把杆练习部分”是芭蕾基本功训练最为重要的部分,该部分的训练内容不仅是正式进入芭蕾体系学习的部分,同时也是为“中间练习部分”与“技巧及跳跃部分”打基础的重要环节。在笔者看来这也是“思想基础”的部分,不仅具有引领作用,同时还是做事的方向以及建立价值观、人生观、世界观的基础。

“中间练习部分”在整个课程设计环节的过程中起到承上启下的作用,该部分一方面要让学生结合把杆训练部分内容进行思考,让自己的身体更具平衡性,可以离开把杆进行训练,同时还要在已有的训练成果里进行能力、稳定性及技术上的提升,因此,在笔者看来这也是“思想提升”的部分,需要总结前者的经验,同时要在经验与理论中找到进一步突破点与启发点。

“技巧及跳跃部分”是芭蕾舞基本功训练中最难也是最考验学生综合能力的部分,该部分的训练内容是综合前两部分训练的基础上进行技术上的突破,因此,这不仅需要有扎实的功底、强劲的耐力以及超强的肌肉控制力,更需要的是个人对自己身体的把控能力以及对技术连贯性的接受度与理解力。因此,在笔者看来这部分也是“思想飞跃”部分,任何事物的发展最理想的状态都是可以达到质的升华。

二、在教学理念上的探索与实践

“芭蕾舞基本功训练”课程教学改革的主力军就是教师队伍,因此教师改变教学理念是第一步。首先,从教师层面改变“专业课只训练专业”的传统思想,这也间接性要求,专业课教师对中华优秀传统文化思想的学习迫在眉睫;其次,对芭蕾基本功训练的理解也应该有所改变,传统教学过程中,教师通常会带入该课程的历史背景重点讲解,因此传达的思想是“国外的、宫廷的、高贵的”,当然,这也是为了让学生更好的找到所谓的“风格与属性”,因此,如何将“中华优秀传统文化思想”的理念融合到该课程风格属性中是教师需要思考的重要问题。作为教学改革的重点课程,在接下来的教学中,教师应思考如何用好这门“西方舞蹈语言”课程传递中国思想;最后,在改变教学理念的过程中要阶段性征集学生的反馈,从而更坚实地做好课程改革工作。

表1 芭蕾舞基本功训练课程与课程思政融合设计【4】

课程内容	组合含义及训练目的	课程思政元素融合点	思政教育目标
Plie	译为“蹲、屈膝”；是训练膝关节的重要动作。	通过讲解“开”的训练方式，拓展出我国“坚持深化改革开放”的政策。	民族自豪感、民族自信
Battement tendu	译为“擦地”；主要训练脚趾、脚掌、脚弓、脚腕、跟腱等部位的关节、韧带、肌肉等的柔韧性和灵活性，同时锻炼身体的稳定性和对腰、腹、背的控制能力，使得腿部的肌肉能够得到较好的延申与外开锻炼。	通过讲解“肌肉如何达到极致延伸”，拓展出我国“一带一路”政策。	民族自信、民族自豪感、中国智慧
Battement tendu jete	译为“小踢腿”；是 Battement tendu 的延伸组合，主要训练脚部的爆发力与控制力。	通过对该组合特性及要领讲解，拓展“民生是人民幸福之基”。	治国有常，而利民为本
Rond de jambe	译为“用腿画圈”；主要训练髋关节的开度、松弛度和稳定性，锻炼腿和脚部的外开，通过脚尖在地面最大限度的划圈训练，使髋关节的外开能力得到充分的锻炼，为腿在地面与空中做大幅的划圈动作做好方法和能力上的准备。	通过对各部位如何把握“圆”的运动轨迹，拓展出“坚持以人民为中心”的思想导向。	坚持和加强党的全面领导
Fondu	译为“融化”；主要训练双脚的柔韧性、外开度与相互间的协调配合能力为主，锻炼主力腿承受身体重量与核心稳定的能力，增强腰、背肌的能力，为以后进行大幅度的动作和跳跃落地时膝关节缓冲的能力打下基础。	通过对“融化”的深入讲解，拓展出“绿水青山就是金山银山”的美好夙愿。	保护环境、发展与保护的辩证统一
Frappe	译为“小弹腿”；主要训练小腿与脚部的灵活性、敏捷度，通过力度和速度的双重训练加强腿部的整体外开性和肌肉能力，为以后小腿快速运动及小跳类的动作打下基础。	通过对该组合特性及要领讲解，拓展出“青年是祖国的未来、民族的希望”。	当代青年要成为堪当民族复兴大任的时代新人。
Adagio	译为“控制、慢板”；它不是指某个具体的动作，而是在轻柔舒缓的音乐中进行缓慢、平稳、连贯的动作和静态的练习；可提高身体的控制力、平衡性、稳定性、延伸性以及协调性，使舞姿更加优美，增强与音乐的同步协调配合能力。	通过对该组合特性及要领讲解，拓展出“携手共建人类命运共同体”美好夙愿。	与世界各国人民同心协力构建人类命运共同体。
Grand battement jete	译为“大踢腿”；主要训练腿部肌肉的能力、韧带的张弛为目的，锻炼脚经过擦地动作迅速抛向空中的爆发力，提高背部和主力腿的控制力，为以后的跳跃动作打下基础。	通过对该组合的特性及要领讲解，拓展“国家安全是安邦定国的重要基石”。	祖国统一、“和平”的重要性。

三、在教学方法上的探索与实践

在实践类课程的教学过程中，教师通常会运用“讲授+示范”的方式进行授课，这也侧面反应出理论性的知识点需要“短而精”的进行讲授，主要是为了辅助学生更清晰的掌握发力方式及动作要领等。在传统教学方式方法中，教师更加注重专业技能的教学，几乎不会将“中华优秀传统文化思想”与专业进行挂钩，尤其对于“芭蕾舞基本功训练”这门课来说，离“中华优秀传统文化”更加遥远，因为这本身就是一门“外来”课程，但随着“芭蕾”在中国的发展愈加稳定与被需要，它也潜移默化的成为中国舞蹈艺术发展过程中的重要部分。结合笔者多年来的实践教学与理论研究，笔者认为该课程的教学方法可以从以下几方面进行改革：1、用“主题模式”来设计学期课程，例如

二十四节气、国风等具有中国特色且具有教育意义的重要内容与该课程相结合；2、将“中国元素音乐”运用到芭蕾基本功训练过程中，即现在运用的外国钢琴曲换成符合训练要求的中国曲调，如《茉莉花》、《黄河》等，但更希望钢琴伴奏教师可以自创曲目；3、将“中国传统图案及印花”加入到训练服装上，也可以根据课程主题设计相应的训练服等。通过将讲授内容、服装、音乐等一系列的改革，想必爱国情怀与文化自信会在这细枝末节中被无限激发出来了。

四、在舞台实践上的探索与实践

芭蕾舞基本功训练在综合类大学及师范类大学中通常只是一门单一的训练课程，主要为中国民族民间舞、现代舞表演等做身体训练，只有较少此类高校会进行芭蕾舞剧目的学演与

编排,如广州大学。芭蕾舞基本功训练不能仅仅局限于成为单一的训练课程,根据该课程的课程属性、课时占比、训练价值、课程悠久的历史以及中华传统文化的度来看,该课程应立足于芭蕾舞基本功训练本身与舞台实践紧密结合。就目前几部耳熟能详的中国芭蕾舞剧《红色娘子军》、《白毛女》、《黄河》(交响芭蕾)、《梁山伯与祝英台》、《梅兰芳》、《红楼梦》而言,无论从舞台实践角度还是思想教育角度来看,都是该课程与舞台实践结合最有效的改革措施。同时,舞台实践的改革成功也可以积极推动实习工作的开展,与中小学紧密结合,最终形成用“西方舞蹈语言讲好中国思想”大中小思政教育一体化新型舞蹈教学模式。

五、结语

“中国的教育必须按照中国的特点和中国实际办;要扎根中国、融通中外,立足时代、面向未来,发展具有中国特色、世界水品的现代教育”【5】。作为新时代的青年教师,在紧跟时代步伐的同时,要扎根课堂,敏锐地洞察学生学习及成长的变化,在有限的教学年限中为学生打下最坚实的思想基础与技能基础。

通过为期一年的教学改革实验,主要从以下几方面得出结论:

1、通过对专业课教师“每天一小时”政治理论学习的要求,可以发现,教师对历史、政治、文化等有了更加清晰的了解。自身思想觉悟的提升在专业课的教学中发挥了重要的作用,不仅可以较流畅的将重要的历史、政治、文化等内容与专业课教学相结合,同时在此过程中不断梳理出更符合年轻人口味的“芭蕾舞基本功训练时政小课堂”、“芭蕾舞基本功新闻10分钟”等新形势的“思想教育”网络教学课与知识普及课程等。

2、通过对学生教学内容和教学形式上的改革发现,学生的心理变化和思想变化也较为明显。首先,从学生心理方面来看,对于音乐和服装的变化,接受度较高,也可以较快的将自身带入到课堂氛围中;在教学内容讲解变化上来看,从开始的“迷茫”与“难接受”到若干节课后“恍然大悟”的反应,在笔者看来,这是一个非常重要且正向的反馈,可以看出,学生在心理层面的接受度较高,且并不反感“除了跳舞以外的内容”摄入;从学生思想方面来看,通过该课程的改革,学生更加具

有使命感与担当意识,不再将舞蹈的学习浮于表面,而是更加沉稳的去学习与了解自己所学的专业,同时也能深刻的理解本专业所承载的传播使命与育人使命,从而更加主动的学习。

3、从舞台实践的改革上来看,学生在学习中国芭蕾舞作品的过程中不仅可以将在课堂中的芭蕾舞基本功训练内容运用到舞台呈现中,同时也在不断提升自我思想意识,以及加强对作品背后意义的理解与对大时代背景下文化产物的共情能力;舞台实践的受益群体不仅只有舞台上的学生,其中还包含作为观众的学生以及社会人士等群体,当一部优秀且具有文化内涵的作品通过舞蹈的语言形式传播时,它的影响力是深刻且久远的,因为好的作品不仅可以满足观众的视觉,更重要的是它可以打动人的内心与引发人们的思考,从而进一步推动思想教育的良性循环。

在课程思政教学改革的背景下,综合类及师范类高校应加快教学改革的步伐。笔者根据多年的一线教学经验从四个方面对该课程进行了改革实践与探索,深入挖掘该课程中的思政教育元素,并将其合理的融入到专业课教学的过程中,希望在“芭蕾舞基本功训练”课程教学改革的道路上贡献自己的微薄之力。

[参考文献]

[1]杨晓慧编写组.《习近平总书记教育重要论述讲义》马克思主义理论研究和建设工程重点教材[M].高等教育出版社,2020.03

[2]中华人民共和国教育部.《高等学校课程思政建设指导纲要》[S],教高【2020】3号,2020

[3]佟树声.《芭蕾舞基本功训练教程》[M].广州:暨南大学出版社,2022.12

[4]佟树声.《芭蕾舞基本功训练教程》[M].广州:暨南大学出版社,2022.12

[5]杨晓慧编写组.《习近平总书记教育重要论述讲义》马克思主义理论研究和建设工程重点教材[M].高等教育出版社,2020.0

作者简介:何顺(1993.07-)女,内蒙古人,硕士,包头师范学院音乐学院,讲师,研究方向:舞蹈表演、舞蹈教育、舞蹈编创、芭蕾舞教学。

本文系包头师范学院2023年校级教改课题成果之一(项目编号:BSJG23Q03)