浅析民族舞蹈元素在小学音乐活动中的运用

姓名： 张雪翦

**摘要** 在19世纪40年代时，我们国家就已经在各学校中开设了音乐课程。随着我国教育事业的飞速发展，音乐已成为一门培养艺术美感、陶冶学生情操的必修课，舞蹈和音乐就像双胞胎一样，从一出生就融合在了一起，这种交融是难以分开的，所有舞蹈的艺术形象都离不开音乐的存在，只有把音乐当作媒介，其“韵味”才能完美无缺地表现出来。民族民间舞蹈是舞蹈种类的一个庞大的分支，将民族民间舞蹈元素运用在小学音乐课程中是时代所趋，不仅有益于弘扬民族文化、培养学生爱国思想；还能改善单一乏味的音乐课堂、从另一种角度提升学生的音乐美感、使学生的身心更加融入于音乐。

关键词：民族舞蹈元素；小学音乐课； 方法；

# 一、民族舞蹈元素运用于小学音乐教学中的意义

## 1．传承民族文化

我们国家文化底蕴十分深厚，是有着五十六个民族的多民族国家，从古至今从未停下文化的发展脚步，有着不可比喻的文化背景。民族舞蹈是各民族人民创造出的艺术成果，[[1]](#footnote-2)与他们的生活密不可分，反映出他们永不畏惧、勤劳踏实、无坚不摧的民族精神，是构成我国民族宝物的主要分支。

为了传承民族文化，我们应该坚持从小抓起，把小学音乐课堂当作培养学生民族精神的最佳场所。我们把民族舞蹈当作一个有血有肉的载体，要使它具备中华民族文化的气质，与传统文化的精神相结合。只有这样，才能真真切切学生们从心底感受到舞蹈韵味、并在学习过程中感受到传统文化的魅力。小学音乐课本中的每一册都编入了不少的民族音乐，不同的民族音乐都显示出自己独树一格的文化风格，具有鲜明的节奏特点和强烈的艺术风格。为了更好的提升学生对传统民族文化的了解，提高学生们对民族魅力的深切感受，教师可以通过在音乐活动中加入最基本的民族舞蹈元素，带动学生参与肢体律动。

## 2．促进身心协调

 小学生正处于身体发育的阶段，大多因为学习压力大、课程繁多、平时缺乏身体锻炼，导致体质虚弱。民族舞蹈不同于单调的体育锻炼，它是民族人民在长期实践后，靠身体语言来表达思想感情的一种艺术形式，是娱乐性极强的一种运动方式。

人的肢体动律是完成舞蹈的，最基本最重要的要素，是介入舞蹈的必不可少的工具。小学生们生性好动，且很容易被舞蹈的丰富内涵深深吸引，而且又非常的喜欢舞蹈这种活动形式，当小学音乐教师采取用民族舞蹈元素结合于音乐活动中的方法后，可以助力孩子们合理的打开肢体，让他们在课上活跃起来，放松身体，让学生们的身体器官更加地灵活。利用音乐课的时间，增加民族舞元素的基训内容，学生不仅会得到十分有效的锻炼，而且在经过一段长期的学习过程后，孩子们的肢体对音乐表现力会明显增强，身体动作也会更加地协调、更加地柔韧。

## 3．丰富课堂形式

孩子们每天束缚在各个科目的学习中，精神相对紧绷。而音乐课其实也包含了大量的知识性内容，如果教室们依然按照传统的教学模式，让整堂音乐课都始终围绕着节奏、唱歌、理论知识等相对无法吸引眼球的课程内容。那么这种教学模式只会使整个音乐课堂的氛围变得十分死板，孩子们会觉得十分枯燥，从而降低对音乐的兴趣，也很难让他们全身心地融入进课堂。当我们在音乐课中加入民族舞蹈元素，把民族舞蹈自身的魅力和美感充分地利用起来，借助孩子们超常的模仿力和好奇心，让他们在音乐课堂中放松自己的心灵，大胆的张扬自己的个性，把音乐课变得活泼起来。对于教师来说，此教学手段不仅丰富了教学的形式，让原本乏味的音乐课堂变得生动活跃，还通过载歌载舞时渗透了音乐知识，提高了学生的参与度，完成教师的教学目标。[[2]](#footnote-3)对于学生来说，通过民族舞蹈的加入，能带动学生参与课堂的积极性，促进学生们对音乐课堂的热爱和实践，将本来抽象的音乐知识，通过民族舞蹈的结合，而变得形象，变得具体。当孩子们在过程中享受音乐时，才能扎扎实实地掌握音乐技能，提高音乐素养。

## 4.提高对民族舞蹈的认知

很多音乐教师，由于本身的知识技能面较窄，也几乎没有过参与民族舞蹈的经验，更难以明白舞蹈动作其中的特色和内涵。如果他们想要把民族舞蹈元素当作工具，让音乐活动变得多姿多彩的话，首要任务就是先学习民族舞蹈，研究舞蹈元素的含义，其特别之处在哪里、怎样巧妙的运用、具体该用在哪里。

老师作为探究民族舞蹈的内涵、文化的主体，不仅有益于提升自己的音乐素养，更是为了更全面地、将相关舞蹈知识教授给学生。如今，西方音乐已经先入为主的占据了小学生们的音乐思维，成为了他们音乐思维的“锚”，对民族舞蹈和民族歌曲的了解反而很少。所以，将民族舞蹈知识普及给学生是具有重大意义的一件事情。比如我国民族舞蹈的种类、民族舞蹈背后的故事，以及创作歌曲的时代背景和作曲人的身份介绍。让孩子们从学习中切身感知民族舞的独特魅力，认识到我国各民族的文化底蕴之伟大，进而发自内心地去热爱各民族的音乐。

# 民族舞蹈元素融入小学音乐课的方法

## 1.舞蹈元素形象化

民族舞蹈是一种具有直观性的肢体语言，那么在小学音乐课中，要想充分地运用民族舞蹈元素，就必须遵循舞蹈元素的“形象化”原则，遵循两个学习的必经步骤。首先，让学生直观地欣赏舞蹈；其次，引导学生通过肢体，学习舞蹈。欣赏舞蹈分为两种方式。其一，多媒体。教师通过在网络上查找与课堂内容相关的舞蹈视频、图片等，形象的向孩子们展示民族舞蹈。其二，教师的正确示范。在课堂中向学生示范简单的舞蹈动作，这需要教师具备基本的舞蹈素质，用舞蹈去吸引学生的注意力，最直观的让他们感受到民族舞蹈魅力。只有提升他们对于舞蹈的热爱以及理解，他们才会进而对舞蹈中的音乐产生兴趣。舞蹈是动态的教学活动，教师们要学会把肢体语言良好地运用起来，无论进行是民族舞的基础站立、手位、脚位，还是手脚并用的较为复杂的动作练习，在舞蹈的教学过程中，老师要善于观察，及时发现学生出现不正确的动作。用眼神、手形、及其他的身体语言，帮助学生们做出正确的舞蹈动作，这样既能优化舞蹈活动的效果，也能真正地树立那些从未接触过舞蹈、从未参与过舞蹈学习的孩子们的信心。因为民族舞是一种动态的学习内容，要求学生们的视听神经必须保持高度的集中。这使得他们必须时刻专注于舞蹈学习，心无旁骛地将其身体与舞蹈充分结合。[[3]](#footnote-4)

在舞蹈学习的过程中，教师还要学会分析学生的表情、动作，推断其思想情绪。比如：学生面色倦容，一筹莫展，也许意味着该舞蹈动作超越了他的能力范围，正逐渐失去兴趣和参与舞蹈的信心；学生面带微笑、昂首挺胸，代表学生自信满满，对舞蹈学习有着浓厚的兴趣；学生注意力不集中，代表着课堂氛围不好，对他的吸引力不够等等……老师们要是学会了去思考、推断学生的肢体语言，再用自己的肢体动作和语言去引领学生，帮助他们更好地学习，那么舞蹈的学习将不再困难，音乐课堂也会更加地和谐。

## 2.舞蹈元素趣味化

小学生阶段的孩子具有的这一阶段特有的童心，他们是一个个充满了好奇、求异、求新的个体。老师在把民族舞蹈元素运用到小学音乐课时，要积极的去满足孩子天真的心灵，在音乐课中，为小学生们们创造出一个有趣的环境，设法把民族舞蹈元素塑造成一个简单、活泼、易于儿童理解的形象，把它的趣味性展现出来。可以请学生大胆创编出与歌曲相关的故事，在自己的故事里放飞翱翔，进而编创出属于自己的独特舞蹈，提高学生们对于民族舞蹈的兴趣，让原本刻板的舞蹈教学变得更有吸引力。这样下来，课堂的效率一定会事半功倍。举例来说，在学生学习新的歌曲时，教师可以采用一些小游戏来辅助课堂。比如二年级上册土家族民歌《乃哟乃》。土家族舞蹈的特色之一是“摆手舞”,其又可以分为“小摆手舞”和“大摆手舞”。我们可以充分的利用这一特色，将之融入到游戏里面，比如：可以将学生分为两组，一组跳“小摆手舞”，另一组跳“大摆手舞”，而当老师发出交换的指令时，学生们要立即交换动作。通过这样变化动作的小游戏，可以让学生们的注意力始终高度集中在课堂里，而且，在游戏的过程中获得了知识、在趣味中掌握到“摆手舞”的基本动作。无论什么游戏，教师应遵循紧扣教学内容的原则，游戏设置的时间也不宜太长，把注意力重点放在音乐教学上。

## 3.民族元素经典化

普遍来说，大多数小学生都没有舞蹈功底、没有接受过正规的民族舞蹈的训练。在舞蹈教学活动中，老师可多用多媒体的方式让学生直观的欣赏规范、专业舞蹈动作。其次，对于有舞蹈功底的老师来说，可以自己编排民族舞蹈，在课上将民族舞蹈的独特魅力展现在学生面前，让学生近距离感受到民族舞蹈的美。老师是学生良好的学习榜样，特别是在一段惟妙惟肖的舞蹈表演后，学生们会发自内心地受到鼓舞，对于舞蹈的热情也会高涨，会更加殷切的想要学好舞蹈。在教学时，教师首先应通过PPT、书籍等方式向学生介绍各民族舞蹈的特点、背景、情绪等，当学生们了解了深层次意义后，再开始舞蹈的动作的教学。比如在学习藏族舞--堆谐的时候，先告诉学生们堆谐舞盛行在西藏拉孜县地区，由西藏的独特民族乐器六弦琴伴奏，堆谐舞舞蹈动作欢快，脚步动作又多又快，可以把它比作“藏族踢踏舞”。让学生想象自己身处于一个海拔很高的草原上，手持一把六弦琴，边唱边跳边弹。当学生用心灵到感受堆谐舞魅力后，舞蹈动作的学习便会简单许多。

# 三、民族舞蹈元素在小学音乐教学中的教学构想

## 1.扩展学生的音乐想象

音乐和舞蹈，是听觉与视觉的一种无与伦比的艺术交融方式。舞蹈是唱歌时感情的升华，歌唱时舞蹈时情绪的体现。为了将民族舞蹈元素更好地运用在小学课堂。第一，教师应带领学生逐句逐字分析歌词、带领学生理解歌词内容、再完整教唱歌曲；第二，当学生完全掌握歌曲的演唱方式、基本节奏后，请学生通过这些内容，编创出与歌曲内容紧密相关的民族舞蹈动作。这时的编创一定要是学生自己通过歌曲想象出来的，无论舞蹈的呈现专业与否，这都是学生想象力的呈现，教师应多加鼓励，多加表扬。所谓“音乐想象”，是指学生在聆听一段音乐后，能主动的去想象其音乐背景、音乐画面的一种非直观性的思想形态。没有音乐想象力的涌现，再好的作品也是苍白的。那么扩宽学生的音乐想象，必然离不开长时间以及对音乐作品的分析，对音乐的鉴赏。我们在用歌唱、弹奏、跳舞等方式来回答音乐作品的时候，一定不能用机械化、无情绪的表达出来，需要借助脑海中的“音乐想象”来与作品沟通，用声音、或者肢体与音乐沟通，最终向人们传达音乐的美。

## 2.培养学生的即兴编创能力

学校是孩子们学习、成长的天空，是能体现他们聪明才智的地方。相信在长期的音乐课与民族舞蹈的交融后，学生也能掌握到较多的民族舞蹈动作，对舞蹈动作的积累也日渐丰富，也能自信、轻松地表现舞蹈。教师应趁热打铁，借用多媒体的方式，让他们欣赏一段精心编排的舞蹈视频，激发他们编创舞蹈的积极性，鼓励学生们创造出属于自己的舞蹈动作，并把这些动作加入到歌曲中。

教师应向学生们介绍编创舞蹈的基本步骤，第一步，对于歌曲的掌握——要求学生多听、多唱、多想、多思考，这包括对音乐的熟悉程度、情绪、背景、意义、风格、节奏等；其次，引导学生根据对音乐的掌握情况，进行民族舞蹈的舞蹈动作创编及队形的安排。最后，把创编好的舞蹈融入进音乐里面，随着音乐舞动，让它变成一个有深度、有层次的民族舞蹈。当学生们深知创编舞蹈的三个步骤后，教师应在每一次的民族舞蹈学习时，留5分钟左右的时间让学生创编简单的几个舞蹈动作，给学生创造一个能展示自我的平台，鼓励他们通过肢体动作，传达他们对于音乐的认识、感受，放松情绪，教师应多加鼓励、多加表扬，在长期的音乐学习中，培养起学生的编创能力。

# 结语

音乐和舞蹈就是一对孪生姐妹，“音乐是舞蹈的魂灵，舞蹈是音乐的回声。”在小学音乐教学中融入民族舞蹈元素，是一种传承民族文化、促进身心协调、丰富课堂形式的重要途径。教师通过对民族舞蹈背景、文化、特点的讲解、介绍，可以让学生们真切地体会到少数民族的独特文化魅力，从心底去热爱和尊重民族舞蹈；在音乐课上加入民族舞的学习，可以让他们在跳舞中学习歌曲，在忙碌的学习中放松身体，让安静的音乐课堂活跃起来，也能让学生们的身体器官更加地灵活，从而获得身心协调。

在民族舞蹈元素融入小学音乐课堂的万千方法中，本人选择了将舞蹈元素形象化、舞蹈元素趣味化、民族元素经典化这三种方法，希望让民族舞蹈与音乐的融合更加融洽。通过模拟课堂、课例分析的过程，也扩宽了自己的思维，明确了教学设计的正确走向。最后，希望通过设想拓展学生的“音乐想象”来将民族舞蹈元素融入小学音乐教学中。

1. [↑](#footnote-ref-2)
2. [↑](#footnote-ref-3)
3. [↑](#footnote-ref-4)