

## 《形体与舞蹈 2》教学大纲

课程名称: 形体与舞蹈 2	课程类别 (必修/选修) : 必修
课程英文名称: Body Training and Dance2	
总学时/周学时/学分: 32/2/2	其中实验/实践学时:
先修课程: 形体与舞蹈 1	
授课时间: 周四 3—4	授课地点: 师范舞蹈房
授课对象: 2019 级音乐教育 2 班	
开课学院: 教育学院 (师范学院)	
任课教师姓名/职称: 姚佩婵副教授、卢玮	
答疑时间、地点与方式: 可分为集体答疑与个别答疑的形式, 集体答疑的时间、地点与上课基本相同, 个别答疑主要通过电子邮件与电话联系等方式。	
课程考核方式: 开卷 ( ) 闭卷 ( ) 课程论文 ( ) 其它 (√)	
<p><b>使用教材:</b></p> <p>1.赵帅、丛帅主创.爱我中华韵律操.</p> <p>2.潘志涛主编.中国民间舞教材与教法[M].上海音乐出版社.2019.</p> <p><b>教学参考资料:</b></p> <p>1.徐小平著.中国民族舞蹈编创法[J].中央民族大学出版社.2013.</p> <p>2.罗雄岩著.中国民间舞蹈文化教程[J].上海音乐出版社 2019.</p> <p>3.满运喜编著. 中国民族民间舞基本功技术训练教程[J]. 上海: 上海音乐出版社, 2008.</p>	
<p><b>课程简介:</b> 本课程是音乐教育本科专业必修课, 其主要内容是系统了解舞蹈的基本知识,掌握舞蹈训练的基本方法和民族民间舞蹈的风格特征, 用科学的方法达到保持良好形体的目的, 以此增强学生发挥主观能动性创造新的艺术形象的能力, 进而培养学生的审美能力, 拓展学生思维向度, 使学生提高舞蹈表现力, 引导学生发挥艺术创造力, 培养学生组织舞蹈教学的能力。立足校园, 着眼社会, 为能胜任业余的舞蹈教学工作, 成为合格的音乐教师奠定良好的基础, 这门心灵之净化、行为之美化的课程使学生具备一定表演能力的实践型人才。</p>	
<p><b>课程教学目标:</b> 本课程训练舞蹈表演技能为主, 培养适应粤港澳大湾区高素质的应用性艺术人才, 使学生在就业竞争中具有较强的综合竞争力。本课程立足于这个基本点, 结合民间舞的形式内容制定如下目标:</p> <p>1.知识与技能目标:</p> <p>①掌握一定的舞蹈基本知识和民族民间舞的表演组合, 具备较高的艺术修养, 有一定的审美感觉和创造性思维, 具有观察、理解、概括的能力。</p> <p>②学生通过本课程的学习比较系统的了解舞蹈的基本知识,掌握我国民族民间舞蹈的基本风格特色, 培养学生良好的舞蹈表演能力和组织舞蹈教学的能力。</p>	

力。为以后从事音乐工作打下一个良好的基础。

## 2.过程与方法目标:

①明确教学目的和要求,培养学生宽厚扎实的舞蹈表演基础、娴熟的舞蹈技能和拓展延伸学习的动机,营造浓厚人文气息的学习氛围,注重专业表演能力与创造能力的培养,让学生重点掌握中国舞的技能技巧、民族风格和韵律;

②优化育人环境对学生产生深刻持久、潜移默化的影响,在舞台表演与社会艺术实践上采取开放机制,构建典雅、厚重、又充满创意和人文关爱的教育环境空间,提供学习体验机会和素养拓展,充分发挥隐性教育资料。

③注重对大型文艺晚会的参与,兼顾理论知识及相关学科知识的掌握,形成崇尚学术、富有审美情趣的高雅文化氛围,激发学生的学术热情、启发学生的思维能力和未知欲。

## 3.情感、态度与价值观发展目标:

①紧跟学术前沿和社会需求变化,使学生树立优美崇高的情感,倡导自由探究精神、密切联系现实的态度,培养学生具有广博的知识和批判性思考力。

②通过整合资料,创新学生实践体验活动形式,培养学生严密的逻辑推理以及深刻敏锐的感悟。

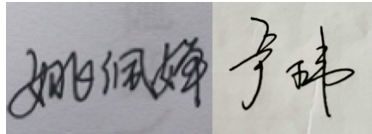
③开展深度艺术活动形式,构建远大的理想与平和的心态再加理性的思维,为从事未来的事业奠定坚实的科学人文素养和心理基础。

理论教学进程表

周次	教学主题	主讲教师	学时数	教学的重点、难点、课程思政融入点	教学模式 (线上/混合式/线下)	教学方法	作业安排
1-2	课程概述 藏族韵律操 (流畅)	姚佩婵 卢玮	4	<b>重点:</b> 1、了解本学期课程内容; 2、藏族风情及其舞蹈风格特色; 3、掌握藏族的节奏悠扬,粗犷豪放,欢腾激越,大幅度的跳动和变化鲜明的图形,跳出浓烈的顺边美感。 <b>难点:</b> 1、藏族舞脚下流畅有节,且富有弹性。2、用其明快节奏表演细腻而丰富的韵律操,学生间还要有团队合作意识和集体荣誉感,加强学生的职业能力素养。 <b>课程思政融入点:</b> 通过学习藏族舞,传承中华优秀传统文化,增强学生民族的审美意识,树立中华民族精神的认同感和文化自信,切实发挥专业育人特点。	线上/混合式: 优学院(资源平台)	讲授 示范 模仿	要求学生每人阅读一篇与民族民间舞蹈有关的文章或书籍,从书籍中能够举例与生活息息相关的 1-2 个动作,传承优秀传统文化,培养学生爱国精神。
3-4	傣族韵律操 (柔美)	姚佩婵 卢玮	4	<b>重点:</b> 1、了解傣族风情及其舞蹈风格特色; 2、掌握傣族的婀娜多姿体态,融入到有时节奏缓慢,有时轻快明朗中,动作突出曲伸韵律特点。 <b>难点:</b> 1、主要训练傣族舞在平缓的节奏中表现君子君子婀娜多姿的风格,在韵律操中表现外柔内刚、充满着内在的力量	线上/混合式: 优学院(资源平台)	讲授 示范 模仿	要求学生阅读一篇与傣族民间舞有关的文章或书籍,从组合中能够举例与生活息息相关的

				律特色。2、掌握突显手、脚、身体三道湾的造型特点，以及刚柔相济、动静配合的风格。			1-2 个动作, 传承优秀传统文化, 培养学生爱国精神。
5-6	蒙古族韵律操 (豪迈)	姚佩婵 卢玮	4	<p>重点: 1、了解蒙古族风情及其舞蹈风格特色; 2、掌握蒙古舞在跪、坐、立等姿态中, 随着腿部的屈伸、身体的动作, 敏捷、利落、干净、豪迈, 其节奏感强。3、舞动中凝结着蒙古族人民热爱生活 4 的情意和美化生活的智慧, 表现了蒙古族人民精神的生活。</p> <p>难点: 1、学生初步掌握蒙古舞的基本动律特点, 与韵律操结合中不失民族特色和风格。2、强化了对蒙古族舞蹈体态的掌握, 进一步表现蒙古族人民豪迈、奔放的性格特征。</p> <p><b>课程思政融入点:</b> 通过学习蒙古族民间舞, 传承中华优秀传统文化, 增强学生民族的审美意识, 树立中华民族精神的认同感和文化自信, 切实发挥专业育人特点。</p>	线上/混合式: 优学院 (资源平台)	讲授 示范 模仿	要求学生每人阅读一篇与蒙古族有关的文章或书籍, 从组合中能够举例与生活息息相关的 1-2 个动作, 传承优秀传统文化, 培养学生爱国精神。
7-8	<p>佤族 韵律操 (奔放)</p> <p>复习以上所学的韵律操</p>	姚佩婵 卢玮	4	<p><b>重点:</b> 1、了解佤族风情及其舞蹈风格特色; 2、掌握狂欢起舞的佤族民间舞, 那种征服与支配自然的强烈愿望, 彰显仪式舞蹈节奏明快, 粗犷豪放, 欢腾激越的大幅度跳动和变化鲜明的图形, 跳出浓烈的野趣美。3、了解各族的民族风情及其舞蹈风格特色, 掌握各族舞蹈的风格特点及其它的舞蹈动律特点。</p> <p><b>难点:</b> 1、简单动作的堆加和形式上传习下来的舞蹈动作具有远古含义, 原生态舞蹈中要体现了生命中的自然性, 具有生命的活力韵味感。2、学生难以掌握佤族民间舞力度强、豪放、粗犷、古朴、浑厚的风格。3、通过舞蹈表现各族民间音乐的节奏特点及旋律特色。</p>	线上/混合式: 优学院 (资源平台)	讲授 示范 模仿	要求学生每人阅读一篇与佤族有关的文章或书籍, 从组合中能够举例与生活息息相关的 1-2 个动作, 传承优秀传统文化, 培养学生爱国精神。
9-10	维族韵律操 (挺拔)	姚佩婵 卢玮	4	<p>重点: 1、了解维族风情及其舞蹈风格特色; 2、掌握维族舞蹈的昂首、挺胸、直腰的基本体态, 彰显热情、豪放、稳重、细腻的风格韵味。3、传神的眼神更具代表性, 更能渲染出热情火辣的场面。</p> <p>难点: 1、膝部连续性的微颤或变换动作前瞬间的微颤, 使动作柔美, 衔接自然。2、旋转快速、多姿和戛然而止。3、音乐伴奏多用切分音、符点节奏, 弱拍处常给以强奏的艺术处理, 用以突出舞蹈的风韵和民族色彩。</p> <p><b>课程思政融入点:</b> 通过学习维族舞蹈, 传承中华优秀传统文化, 增强学生民族的审美意识, 树立中华民族精神的认同感</p>	线上/混合式: 优学院 (资源平台)	讲授 示范 模仿	要求学生每人阅读一篇与维族有关的文章或书籍, 从组合中能够举例与生活息息相关的 1-2 个动作, 传承优秀传统文化, 培养学生爱国精神。

				和文化自信，切实发挥专业育人特点。			
11-12	朝鲜族韵律操（欢快）	姚佩婵 卢玮	4	<p>重点：1、了解朝鲜族风情及其舞蹈风格特色；2、掌握朝鲜舞潇洒、欢快的情绪；3、掌握韵律操动律优美、细腻、柔和而悠长，动中有静、柔中带刚的舞步恰似轻灵高雅的白鹤。</p> <p>难点：1、朝鲜族舞蹈的优美典雅、舞姿柔婉袅娜，反映明朗激昂与细腻委婉、含蓄深沉的民族性格。2、手臂是圆形的，身体是圆形的，路线是圆形的，不管是静态造型还是动态造型轨迹都体现出完美的对称方式。3、形态上体现为围、拧、含、曲、圆等动作，体现一种整齐、常青、稳重、和谐之美感。</p>	线上/混合式：优学院（资源平台）	讲授 示范 模仿	要求学生每人阅读一篇与朝鲜族有关的文章或书籍，从组合中能够举例与生活息息相关的1-2个动作，传承优秀传统文化，培养学生爱国精神。
13-14	彝族韵律操（热情）	姚佩婵 卢玮	4	<p>重点：1、了解彝族的民族风情及其舞蹈风格特色；2、掌握彝族脚下丰富的动作，有抬脚、一跺脚、三步一松脚、三跺脚等，步伐扎实有力，风格奔放开朗，载歌载舞的风格特色。</p> <p>难点：1、掌握彝族传统打歌的典型动作和主要步伐，使学生掌握打歌脚下扎实有力的步伐特点，为苍蝇搓脚、三跺脚、出场步短句等复合型的舞蹈打基础。2、脚下跺步要夯实有力，上身保持松弛。3、理解攢歌退歌意为“集中、散开”民族术语之意。</p> <p><b>课程思政融入点：</b>通过学习彝族民间舞，传承中华优秀传统文化，增强学生民族的审美意识，树立中华民族精神的认同感和文化自信，切实发挥专业育人特点。</p>	线上/混合式：优学院（资源平台）	讲授 示范 模仿	要求学生每人阅读一篇与彝族有关的文章或书籍，从组合中能够举例与生活息息相关的1-2个动作，传承优秀传统文化，培养学生爱国精神。
15-16	汉族韵律操（舒展） 复习所学的韵律操组合	姚佩婵 卢玮	4	<p>重点：1、了解汉族多风情多舞种的细腻而丰富的风格特色；2、掌握所学舞蹈组合的风格特点及其它的舞蹈动律特点。3、熟练掌握民族民间舞蹈的组合及基本步伐。</p> <p>难点：通过舞蹈表现所学各族民间音乐的节奏特点及旋律特色。</p>	线上/混合式：优学院（资源平台）	讲授 示范 模仿	要求学生每人阅读一篇与汉族有关的文章或书籍，从组合中能够举例与生活息息相关的1-2个动作，传承优秀传统文化，培养学生爱国精神。
合计：			32				
考核方法及标准							
考核形式		评价标准					权重
考勤情况		迟到 5 分/次，请假 10 分/节，旷课 20 分/节，扣完为止，满分为 100 分。不到课堂累计 5 次，取消考试资格。					10%

课后作业	教师根据学生每次回课的情况给出成绩的平均成绩，满分 100 分。	10%
线上作业	根据每次线上作业给出成绩，在线下能够按质按量完成，并能有风格性的表现。	20%
期末考试	<p>1. 90 分以上:</p> <p>(1) 具备突显的身体素质和舞蹈技能。(2) 表演自如连贯且完整流畅，动作规范到位。</p> <p>(3) 具有稳定的舞蹈节奏感，强弱有节，高度的协调性。(4) 舞蹈风格把握精准，具有突出的艺术表现力。</p> <p>2. 80-89 分:</p> <p>(1) 具备达标的身体素质和软开度。(2) 表演连贯且完整流畅，动作规范准确。</p> <p>(3) 具有稳定的舞蹈节奏感，强弱有感，高度的协调性。(4) 舞蹈风格把握准确，具有艺术表现力。</p> <p>3. 70-79 分:</p> <p>(1) 具备一定的软开度身体条件。(2) 表演连贯且完整，动作规范。</p> <p>(3) 具有稳定的舞蹈节奏感，一定的协调性。(4) 舞蹈风格把握较好，具有一定的艺术表现力。</p> <p>4. 60-69 分:</p> <p>(1) 具备身体一般软开度。(2) 表演较连贯和动作规范。</p> <p>(3) 具备一般的舞蹈节奏感和协调性。(4) 舞蹈风格基本能把握，艺术表现力尚可。</p> <p>5. 60 分以下:</p> <p>(1) 软开度较差的身体条件。(2) 表演容易中断且欠完整，动作不规范。</p> <p>(3) 具有不稳定的舞蹈节奏感，一般协调性。(4) 上课不认真，有迟到现象，无法完成完整的舞蹈组合，艺术表现力弱。</p>	60%
大纲编写时间：2021 年 2 月 26 日		
系（部）审查意见：		
<p>已审核，同意执行。</p> <p style="text-align: right;">系（部）主任签名：</p> <p style="text-align: right;">日期 2021 年 2 月 27 日</p>		