

“双减”政策下中学舞蹈教育发展之路 ——以达州市第一中学为例

王清玉

四川文理学院音乐与演艺学院, 四川 达州

收稿日期: 2022年10月21日; 录用日期: 2022年11月17日; 发布日期: 2022年11月25日

摘要

“双减”政策的推行及《义务教育艺术课程标准》的颁布, 为艺术教育的改革发展提供了新契机。舞蹈作为身心合一的艺术, 最有助于培养学生的审美感知、艺术表现、创意实践和文化理解能力。此次深入达州市第一中学进行舞蹈教学实践调研, 希望能发现真正制约中学舞蹈教育发展的原因, 并提出一些解决问题的办法或改善措施, 以便更好地响应国家“双减”政策和贯彻落实《义务教育艺术课程标准》, 以此来助推中学舞蹈教育的发展。

关键词

双减, 中学, 美育, 舞蹈教育, 发展

The Development of Middle School Dance Education under the Policy of “Double Reduction”—Taking Dazhou No. 1 Middle School as an Example

Qingyu Wang

School of Music and Performing Arts, Sichuan University of Arts and Sciences, Dazhou Sichuan

Received: Oct. 21st, 2022; accepted: Nov. 17th, 2022; published: Nov. 25th, 2022

Abstract

The implementation of the “Double Reduction” policy and the “Compulsory education art curricu-

lum standards” have provided a new opportunity for the reform and development of art education. As an art integrating body and mind, dance is most helpful to cultivate students’ aesthetic perception, artistic expression, creative practice and cultural understanding ability. The first middle school dance teaching practice research into Dazhou, using dance anthropology, field research, questionnaire survey, dance teaching methods such as carries on the thorough analysis, thus to find the real reasons which restrict the development of the middle school dance education, and put forward some solution to the problem or improvement measures, in order to better respond to a nation “Double Reduction” policy and the implementation of the obligations educational art curriculum standards, in order to boost the development of middle school dance education.

Keywords

Double Reduction, The Middle School, Aesthetic Education, Dance Education, Development

Copyright © 2022 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

1. 中学开展舞蹈教育的必要性

(一) 舞蹈启发式教育

作为美育教育的重要实施途径和手段——舞蹈教育对中学生人格的塑造、健康体魄的养成、真实情感的表达以及创造力的激发都起到了举足轻重的作用。舞蹈作为身体的艺术，需要做到身心合一，是最适合用来进行美育教育的手段。舞蹈教育的发展水平也从某种层面上反映出美育教育的质量，以及学校发展的多元化进程[1]。对于中学生——正处于肢体与心智同步发展的关键时期的特殊群体，在此阶段对其进行舞蹈教育，主要是以提高其认知为主，力在启发。通过练习舞蹈这门视听觉结合的双重艺术，使得中学生能够对自己的肢体有一个清晰的认识、对自己的思维进行把握，通过与身体更深入的对话，从而去发现“美”，感受“美”的形态和价值，扩大想象力，进行思维的绽放。舞蹈的学习过程也可以理解为是由知识到方法的迁移过程，通过大脑与身体协调配合的舞蹈练习动作，能够引导学生学会利用发散性的思维去解决问题，培养遇到困难能够灵活应对的思维方法与能力。

(二) 舞蹈育形更育心

舞蹈教育在遵循人体运动科学的基础上，其训练目的包括：纠正学生的基本体态，提高形象气质以及一定的柔韧度和身体控制的能力，培养学生的乐感和节奏感，锻炼学生的身体协调性，激发他们对舞蹈感觉的认知[2]。除了“育形”外，舞蹈教育的另一功能是“育心”，最为重要的一点是培养中学生“共情”的能力，即对“真善美”的价值判断。舞蹈活动是感性的，原因在于其是人真实情感的外在表达，所谓“情之所至，不知手之，足之，舞之，蹈之”。可见，其对于一个健康的心智、积极人格的塑造作用，一方面使得中学生能有一颗开放的心，开阔视野，去触碰世界，感受生命。另一方面也能使其掌握自我愉悦的能力，让积极的心态化为自我内驱力，从而促进个人的发展。

2. 达一中舞蹈教育现状及教学实践分析

通过实地调查研究得知，达州市第一中学的高中部设有舞蹈特长班，并有两间舞蹈教室进行日常训练，培养学生至高三参加艺考。但其初中部及其他非特长班的学生并未参与舞蹈教学活动，原因是舞蹈教室的数量不足，无法安排全体学生共同参与，并且也没有足够的舞蹈教师进行教学，条件的限制严重

阻碍了达一中舞蹈课程的开展。在“双减”政策颁布以后，学校的课程结构并未发生变化，不过明确规定周末不允许进行额外的补课。在艺术实践活动课程方面，学校全体学生每周都有一节课外活动课，但是以体育活动为主，根据自己的兴趣选择相应的活动，并自行组队开展，部分技术性的活动由相关老师进行指导，确保学生安全。可见学校艺术课程的开展较为单一化。在与学校领导沟通交流时，其认为现在的中学生升学压力较大、竞争较为激烈，在学校应该以学习知识、提高成绩为主，这样才能有机会考上一所不错的大学。由此可见，学校将更多的注意力倾注于学生的升学率上，促进其全面发展的教育意识还较为淡薄。因受条件的限制，也未有足够的教学设施及师资储备来开展舞蹈教学工作。

针对本次舞蹈教学实践，我们采用理论 + 实践融合的方式，开展一周一次，为期八周的舞蹈教学实践。旨在通过舞蹈教学活动，让学生解放肢体的同时，也能够尽情抒发内心情感，释放压力，以及了解舞蹈动作所蕴含的历史文化。此次实践选取了民族民间舞作为教学内容，同时考虑学生舞蹈基础较差，所以特选择了藏族舞，原因是藏族舞蹈相比其他舞种较为简单，适合舞蹈基础阶段的教学。

在教学过程中，尽管大多数的学生对舞蹈的了解较少，仅仅只停留在流行舞的视野当中，甚至对民间舞这个名字都一无所知的情况下，在对其进行藏族舞蹈的背景普及和进行舞蹈基础动作元素训练时，他们非常感兴趣。因为没有学习经验，所以对动作十分的陌生，需要重复多次才能摆出正确的姿态。他们的身上充满着朝气，乐于追求新事物，即便动作不是特别的标准，但却能从他们的身上看到无限的可能性。在进行舞蹈学习的过程中，对于不能完成的动作，他们能互相帮助、互相纠正；并且积极提问、寻求帮助。舞蹈教育最初的目的便是启发学生将内心情感通过身体动作外化，从而使其敢于展示、表达自我。这也是我们想要通过舞蹈教育来达到中学生身心与智力同步发展的原因。此次的教学实践充分证明实施中学舞蹈教育的根本问题不在于有多难，而在于有没有引起重视和有没有正确的教学安排。

3. 应“双减”中学舞蹈教育的发展之路

2021年教育部推出了《关于进一步减轻义务教育阶段学生作业负担和校外培训负担的意见》即“双减”政策；在次年又正式颁布了《义务教育艺术课程标准》，其中将音乐、美术、舞蹈、戏剧、影视进行了一体化设计，构成“艺术课程标准”[3]。足以证明国家对校园美育教育的重视度之高。但美育教育从推行到完全普及的过程是一场持久战，政策的出台到各地完全的落地生根，需要相当长时间的磨合，去逐步地进行渗透。为更好地响应国家政策，我们应积极地进行实践分析并总结出问题及应对策略，借鉴国内外中学舞蹈教育已有的经验，发挥出舞蹈教育对中学生全面发展的重要作用，在各级各地的共同努力下，改革的硕果必定会日渐显现，从而培养出一批又一批的全能型的、适应时代发展大潮的综合性人才。

(一) 发挥舞蹈教育的带动作用

经有关资料查阅，在“双减”政策的颁布下，北京市各中学的校园舞蹈教育得到了更为显著的发展：如北京市第八十中学，其早在2004年就率先开启了校园舞蹈教育的探索之路，发展至今，经过不断的推陈出新，已经形成了自己独特的“启发式多元化”教学法；北京实验学校，为更好的提升美育教育，定期为学生们举办魅力舞蹈讲坛，并邀请如黄豆豆在内的舞蹈家来为学生们进行舞蹈文化内涵的普及，增强学生的核心素养，培养学生的审美能力；再如北京景山学校，举办了自己的舞蹈特色教学，并由学校的专业舞蹈教师合力编写了舞蹈校本教材。北京市因所处地理位置的优越性、便利性，故教育发展的进程也较为前沿。本次调研活动的对象——达州市第一中学，通过对一个市级中学舞蹈教育开展情况的分析，也可从侧面映衬出我国处于中等教育发展水平的学校，在政策下舞蹈教育开展较为缓慢的情况。针对此问题，希望美育教育发展较为丰富、全面的地区——如北京市等，能够继续加强校园舞蹈教育的开展，将舞蹈教育的多样价值显现，以此作为模范，来带动其他地区中等学校的认可及仿效，从而达到将

舞蹈教育进行由上至下层层渗透的目的。

(二) 加大舞蹈教育的建设投入

影响中学舞蹈教育发展缓慢的两个内部原因：一是在师资力量上的匮乏。当前，我国还未设立独立的中学舞蹈教师资格证，这极大的限制了舞蹈专业毕业生的就业选择，将优秀的舞蹈人才引入中学课堂，也能促进中学舞蹈教材的编写[4]。另一原因是教学设施、场地的匮乏，笔者在进行实践调研活动时，就深切的感受到场地的缺乏对于舞蹈活动开展的限制性。故希望地方政府能够看到中学舞蹈教育的开展在师资储备、场地设施方面的不足，从而加大建设投入，支持舞蹈人才引进中学课堂，有了这些基础的保障，舞蹈教育的发展势必会迎来可喜的收获。

达一中因受条件的限制，在短时间内将舞蹈引入课堂较为困难，这种现象在其他类似中学可能也普遍存在。针对此问题，学校可根据当下现有的条件，将学生的课间操进行特色改编，引进当地或临近地区保留下来的特色舞蹈，发展成为“舞蹈特色课间操”。位于甘肃酒泉的敦煌中学，就因地制宜开展了敦煌舞课间操，舞蹈由敦煌莫高窟上的壁画二次创作而来。不仅弘扬了敦煌的传统文化，同时也增强了学生的身体素质。达州市第一中学可将达州市内或邻近地区的非遗舞蹈引入校园，进行简单动作改编后融入课间操：如达州市宣汉县的传统民族舞蹈——土家族摆手舞，利用舞蹈群体性强、规模庞大的特点，来增强学生的集体互动性、培养学生的团队意识；如达川区安仁乡的国家级非遗“龙舞”——安仁板凳龙，利用其舞姿的矫健敏捷、刚劲有力，训练学生的精气神韵；再如川东北非遗民间舞蹈——翻山饺子，借舞蹈道具“饺子”的使用，来增强中学生对道具的掌握能力、协调能力。通过学习不同风格类型的舞蹈，能促使中学生更加深入的认识舞蹈，感受舞蹈的魅力。在身心愉悦的同时，也继承了我国优秀的传统文化，增强了民族自豪感，为今后校园舞蹈课程的普及打下基础。

(三) 正视舞蹈教育的普及性质及文化引领作用

现今，我国大多数的中等学校普遍将舞蹈教育的概念进行狭隘界定，认为只有从事舞蹈专业的学生才应该接受舞蹈教育，这样的想法显然是片面的。专业的舞蹈教育面向的是少数人，是为了培养专业的舞蹈艺术家。但是作为美育教育的舞蹈是为了培养全面发展的人，面向的是全体学生。专业与普及二者并不冲突，我们提倡舞蹈教育更多的是提高学生精神层面、视野层面的认知，即引导学生不给自己设限，挖掘自我多样的潜力，发挥舞蹈在精神力量上的引领作用。学校能否正确的认识普及舞蹈教育的性质，这一点对校园舞蹈教育推行起到了尤为关键的影响。

重视舞蹈的综合性特性，发挥舞蹈教育的文化引领作用，是舞蹈教育发展路上的前进方向。舞蹈中蕴含着丰厚的历史文化，其由最初求生存进行的肢体劳动动作，经社会发展，在各朝代的政权交替下集成演变，最终形成当下丰富多样的舞蹈局面，可以说舞蹈的历史就是从古至今历史的流变史。舞蹈也是一门学科，在学习的过程中，能够与其他学科进行知识的碰撞及融会贯通，发挥交叉学科的显著优势，更能促进学习者对知识的全面掌握。中学舞蹈教师在向学生教授舞蹈技能的同时，还应关注动作本身的内涵与价值，可多组织中学生观看优秀的舞蹈作品，引导学生产生对舞蹈作品背后人文历史内涵的感悟、领会和阐释。以此，方能循序渐进、因材施教、长善救失，最终达到立德树人、知行合一、全面发展的教育目的，使学生成为一个完整的人，将舞蹈教育的多样价值显现。

4. 结语

教育的目的是为了培养全面发展的人，要求学生在德智体美劳各个方面都应得到均衡发展。受中国应试教育的影响，很多学校美育教育的发展还不够全面，缺乏相关的设施设备及师资力量等硬性条件，这是一个亟待解决的问题。一个人的发展不应仅仅停留在学生时期，教育是为了人的长足发展，不能为了教育而教育，应当培养一个有大爱大德大情怀的社会主义建设者和接班人[5]。希望通过此次的调研

究,能够为中学舞蹈教育的发展提供一些建议,帮助学生更好的成长。但此次研究更多是涉及在理论层面,后续还将继续进行实践和检验,争取将理论落到实处,切实推动中学舞蹈教育的发展。中学舞蹈教育之路道阻且长,还需继续探索,以求更好的创新和发展。

致 谢

在此特别感谢我的指导老师:陈子瑶老师,在本次项目实践调研、论文修改的过程中,都给予了我许多的帮助,最终在共同的努力下顺利完成项目的结题工作。

基金项目

四川文理学院大学生科研项目资助;项目类别:人文社科类(项目编号:X2021R032)。

参考文献

- [1] 陈彤. 舞蹈教育在中学基础教育中的作用[J]. 新课程(中), 2017(9): 127.
- [2] 林云霞. 美育功能在青少年舞蹈教学中的运用[J]. 考试周刊, 2016(76): 186-187.
- [3] 中华人民共和国教育部. 义务教育艺术课程标准(2022年版)[S]. 北京: 北京师范大学出版社, 2022.
- [4] 左欣然. 素质教育背景下中学舞蹈教育存在的挑战及对策[J]. 艺术评鉴, 2022(12): 113-116.
- [5] 李曼. 舞蹈教学对青年学生成长发展的影响[J]. 农村青年, 2019(2): 89-90+92.