

高职院校舞蹈表演基本功技术技巧在剧目中的应用研究 ——以蒙古族舞蹈表演为例

赵鸿远

科尔沁艺术职业学院，内蒙古 通辽 028000

DOI: 10.61369/VDE.2026080036

摘 要： 高职院校舞蹈表演专业以培养应用型人才为宗旨，教学质量好坏直接影响到文化艺术领域的人才供给。本文从蒙古族舞蹈入手，对它的基础动作和技艺在剧目创作、舞台表演中实际运用的价值进行系统的探究。研究表明科学的舞蹈基础训练可以给准确地表现蒙古族舞蹈马背韵律、雄鹰体态等风格特点赋予技术上的支持，并且也是舞蹈技艺演绎升华成文化内涵表达的关键环节。本文以《草原小妹妹》、《骑兵》、《永恒的牧歌》等蒙古族舞蹈经典和当代剧目为依托，从人物塑造、情感传递、文化表达三个方面来分析基础舞蹈技法具体的应用方式。根据内蒙古自治区北疆文化建设的发展背景，本文提出了夯实技术基础、融入文化赋能、实现实践转化的培养思路，给职业院校舞蹈专业服务地方文化发展提供理论上的借鉴。

关 键 词： 高职院校；蒙古族舞蹈；基本功训练

A Study on the Application of Fundamental Dance Techniques and Skills in Performance Repertoires at Vocational Colleges —Taking Mongolian Dance Performance as an Example

Zhao Hongyuan

Horqin Art Vocational College, Tongliao, Inner Mongolia 028000

Abstract： The major of Dance Performance in vocational colleges aims to foster practical talent, and the quality of its teaching will directly affect the supply of talent for the cultural and artistic industry. Mongolian dance is selected in this paper to study how to use the basic skills and techniques of Mongolian dance for repertoire creation and performance. According to research, scientific basic training for Mongolian dance can help to precisely express the stylistic features of Mongolian dance, such as the "rhythm of horseback riding" and the "posture of eagles", and also provides a necessary link in advancing the concept of technical demonstration for cultural expression. Based on the classic and contemporary repertoire of Mongolian dance, such as Little Sisters of the Grassland, Cavalry and Eternal Pastoral Song, this paper will explore the specific application of basic skills in three aspects: character portrayal, emotional transmission and cultural expression. Under the background of "Northern Border Culture" construction in the Inner Mongolia Autonomous Region, it puts forward a path of talent cultivation for vocational dance education, which includes the foundation of technical skills, cultural inheritance and practical application.

Keywords： higher vocational colleges; mongolian dance; basic skills training

一、舞蹈基本功训练体系的演进与民族化实践

（一）国际视野下的基本功体系发展

现代舞蹈训练体系发端于欧洲古典芭蕾，历经数百年发展，才形成了开、绷、直、立四项基本功为训练标准的科学体系。该体系用标准化的训练程序来开发舞者的柔韧性、力量和控制能力，给全世界的舞蹈教育打下了共同的基础。值得指出的是，在不同的文化背景之下，它都会产生出具有成效的本土化过程，俄罗斯芭蕾把深厚民族叙事传统同古典技巧巧妙地融合起来，塑造

出一种雄伟的艺术风貌，美国芭蕾则勇于吸纳现代艺术的养分，创造出一种带有时代特征的新古典主义流派。成功的范例表明，科学基本功体系有很强的文化适应性、艺术包容性^[1-2]。

以俄罗斯芭蕾学派为例，在保留了法兰西芭蕾技术精华的基础上，又加上了斯拉夫民族特有的深厚情感和宏大的叙事。经典舞剧天鹅湖里，群鹅舞段保留了芭蕾阿拉贝斯克的基本形态，在手臂的细微变化和整体的和谐之中表现出俄罗斯艺术对于自然美独特的认识。技术本位和文化表达的完美融合，给民族舞蹈发展提供宝贵的经验。

项目信息：本文系：科尔沁艺术职业学院校级课题资助项目，课题题目：高职院校舞蹈表演基本功技术技巧在剧目中的应用研究——以蒙古族舞蹈表演为例；课题主持人：赵鸿远；课题编号：KYZKT202511。

（二）中国民族舞蹈的训练体系创新

中国舞蹈教育者在引进西方训练体系的时候，一直致力于民族化改造的探索。经过几代人的努力，逐渐形成了具有中国特色的民族舞蹈训练体系。该体系在保持科学训练原则的基础上，创新发展出符合各民族审美特征的训练内容，形成了一种“通用基础+民族特色”的新式训练模式^[3]。

以蒙古族舞蹈训练为例，在借鉴芭蕾“外开”训练的基础上，创造性地发展出有蒙古族舞蹈动态特点的马步专项训练。该种训练不但要使舞者学会基本的蹲立动作，还要使舞者对膝关节屈伸节奏、重心起伏变化有细致的控制。在骑兵剧中舞者要经过不断的马步练习，在快速移动的时候才能使上身保持稳定，真正地表现出骑兵在草原上驰骋的英姿。在肩臂训练上，蒙古族舞蹈在基本控制训练时，创造性地把模仿雄鹰飞翔的“柔臂”动作加入进去。该种训练要求舞者用肩作为轴心，依靠背部肌肉的协调发力来带动手臂做连续的波浪式运动。舞者在表演永远的牧歌的时候，必须经过系统的柔臂训练，才能表现出雄鹰展翅的流畅和力量，把草原民族的图腾崇拜变成优美的身体语言^[4-5]。

（三）基本功在剧目创作中的基础性作用

蒙古族舞蹈剧目的创作和表演当中，基本功水平直接决定着艺术表现力的深浅、宽窄。以经典剧目《吉祥颂》为例，在作品中出现的密集的“集体马步跳”段落，对舞者的腿部爆发力要求很高，但是更重要的是要求他们有很强的同步控制能力。每一个跳跃动作起落的高度、滞空的时间、落地的缓冲都要保持一致，只有经过系统的基础功训练才能达到。

技术难度大的《永远的成吉思汗》里，基本功的作用更加明显。剧中出征段落里高难度的跳跃转体动作，需要舞者在空中完成复杂的旋转之后，仍然能保持稳定落地的姿态。高水平的技能表现要靠长时间的“核心力量训练”、“空中姿态控制”、“落地缓冲技巧”等专项基本功的训练。只有经过大量的重复练习，才可以让舞者把技术要领变成肌肉记忆，在表演过程中仍然可以保持动作的准确性、优美性^[6]。

基本功训练的价值不只是在完成高难度技术的时候体现出来，在把握舞蹈风格上也有所体现。在排练时舞者必须要进行基本功的刻苦训练，以达到在极端的体态中保持蒙古族舞蹈风格的目的。在表现暴风雪中艰难前行的段落的时候，虽然动作形态发生了变形，但是肩部的韵律特征、身体的轴向控制等风格要素仍然需要保持，而这些表现能力又不能离开基本功的支撑。

二、基本功技术在不同类型剧目中的差异化应用

（一）红色主题剧目的力量表达

红色主题剧目用革命历史、英雄事迹作为创作素材，用舞蹈艺术来表现红色文化的精神。此类剧中基本功技术大多是为了人物形象塑造以及革命精神的传递而存在的。

在经典剧目《草原英雄小姐妹》的“暴风雪跋涉”这一段里，舞者把控制技术和重心移动技术融合起来，很好地表现出人物同自然抗争的艰苦过程。专家称之为“控制的失控”，即依靠

基本功支撑，同时又要求舞者把技术变成戏剧表现。^[7]具体来说，舞者要以蒙古族舞蹈的基本风格为根基，在重心有意偏离、动作幅度有意识放大这两种方式的配合下，表现出在风雪之中举步维艰的艺术效果。看似简单实则复杂的艺术创造中技术处理的基础性作用就体现出来了。

（二）生态主题剧目的意境营造

生态主题剧目以表现草原自然风光、生态理念为主，重视意境营造、情感抒发。此类剧目对基本功技术有特别之处，最明显的是动作是否连贯，呼吸是否协调。

生态主题剧目代表作《永远的牧歌》，其基本功技术运用有特点。剧中大量运用的“柔臂”、“圆场步”等技术，用细致的刻画、准确的控制，很好地表现出了草原的广阔。舞者肩背柔韧控制、手臂延伸感、步伐流畅性等由于基本功训练而形成的，一起构成剧目诗意化的基础。尤其值得注意的是，该剧中对于呼吸的控制有特殊的讲究，舞者要经过专门的训练才能达到气息和动作的统一。在表现草原晨雾段落时，舞者用深呼吸、缓慢的柔臂动作再现自然的节奏，这样的艺术效果不能缺少系统的基功训练^[8]。

（三）民俗主题剧目的风格把握

民俗主题剧目是以展示蒙古族传统习俗、文化记忆为主旨的剧目，对于舞蹈风格的准确性、文化内涵的深刻性有更高的要求。此类剧目的表演要求舞者有较好的基本功、丰富的文化知识。

江格尔传是史诗性民俗剧目，基本功技术的运用有代表性。剧中表现出贵族仪态的段落，需要舞者在保留蒙古族舞蹈特点的同时，表现出庄重严肃的气度。艺术效果要靠细致基本功的训练来达成，即对头部角度的准确把控、眼神沉稳的表现、步伐的从容驾驭等等每一个方面。舞者只有经过不断的练习，把技术要领变成自然的、有表现力的舞蹈^[9]。

（四）当代主题剧目的创新探索

当代主题剧目以反映现实生活、时代精神为特点，在基本功技术的运用上表现出更多的创新性。这类剧目在保持蒙古族舞蹈本质特征的同时，又大胆地吸收了其它舞种的元素，产生出具有时代感的艺术语言。

《草原新曲》属于当代主题剧目，其基本功技术的使用有值得借鉴之处。编导把传统蒙古族舞蹈语汇同现代编舞手段融合起来，凭借动作质感的改变以及空间安排的革新，表现出现代草原牧民的生活画卷。剧中很多的动作对比（快速的肩部动作和缓慢的柔臂对比、剧烈的马步和缓和的圆场步交替等等），很好地保留了蒙古族舞蹈的特点，又增添了不少时代气息。

三、北疆文化建设背景下的人才培养路径

（一）当前教学实践中的挑战

高职舞蹈教育在迅速发展的过程中，也存在着许多亟待解决的问题。技术训练同文化教育相脱离的情况比较普遍，学生可以完成技术动作，但是不能领悟其中的文化意义。以柔臂训练为例，学生一般可以掌握动作的技术要领，但是对这一动作和蒙古

族鹰崇拜文化的关系知之甚少，造成表演缺少文化内涵。

其次，课堂训练同艺术实践相脱离的情况比较明显。很多院校的教学活动只停留在教室空间里，学生没有在真实的舞台上使用技术的机会。此种教学模式所培养出来的学生，在进入院团工作之后需要较长时间的适应期，不能很快地完成剧目的排练和演出工作。另外教师队伍的文化素质还须提高。部分专业教师虽然掌握了舞蹈技术的教学方法，但是对蒙古族的历史文化了解不够深入，在教学过程中不能很好地将技术与文化有机地结合起来。这就直接影响到教学质量，影响到人才培养水平的提高。

（二）教育改革的实践方向

创建起技术加文化的双轨课程体系就是改革的中心。基本功训练过程中，应该把文化讲解融入到技术教学的全过程之中。马步练习时教师既要讲授动作的要领，也要向学生说明该动作与游牧生活之间的联系，让学生明白动作文化起源的原因。该种教学方式可以使得学生在学习技术的同时也认识了民族文化。

推行项目制教学是又一重要措施。把真实的剧目排练带入课堂，在艺术实践的过程中提高学生的技能运用水平。以《草原英雄小姐妹》的排练为例，教师可就剧目技术要求设计有针对性的训练内容，在解决问题的过程中提高学生的专业技能。该种教学模式可以调动学生学习的积极性，还可以培养学生综合的艺术素质。加强校地合作，创建起稳定的实践基地，是提高人才培养质量的保证。组织学生到牧区去体验生活、参加基层文化演出、进行民俗文化调研等，使学生对北疆文化有更直观的认识。

（三）人才培养目标的重新定位

在北疆文化建设的背景下，高职舞蹈教育要重新确定人才培养的目标，努力造就具有双重要素的专业人才。一方面学生要扎实掌握蒙古族舞蹈的各项专业技术，另一方面学生要能准确地把握

文化内涵传递给观众，用舞蹈去讲述北疆故事，传播地区形象。

定位要求教育过程不能只看重技术水平的提高，还要重视文化理解能力的培养。在课程设置上增加蒙古族历史文化、草原生态文化、北疆文化建设等课程，使学生有比较全面的文化认识。教学方法上要重视启发式教学，使学生自己去发现技术动作和文化内涵之间的内在联系。另外还要重视学生创新能力、跨文化沟通能力的培养。随着北疆文化传播范围的扩大，舞蹈人才要具有把传统艺术和现代审美结合起来的能力，可以创作出既有民族特色又有时代需求的作品。复合型人才的培养会成为高职舞蹈教育服务北疆文化建设的主要途径^[9]。

四、结语：走向技术与文化融合的舞蹈教育

本文对于蒙古族舞蹈基本功训练和剧目运用的研究，有着十分重要的理论及现实意义。把科学训练体系同民族艺术特色融合起来，可以明显改善舞蹈艺术表现力，推进北疆文化传承和传播。新时代北疆文化建设给高职舞蹈教育带来新的发展机遇，也对舞蹈人才的综合素养提出更高的要求，促使传统的舞蹈教学观念和培养方式发生改变。未来高职舞蹈教育要重点做好三个方面的工作，一是创建起科学系统的、带有民族特色舞蹈训练体系，二是把技术训练同文化素养教育融合起来，三是革新实践教学方式，开拓学生艺术实践途径。技术与文化相融合的育人新方式，可以提高舞蹈人才的培养质量，也可以丰富北疆文化的表现形式，促进地域文化的繁荣发展。高职舞蹈教育要主动担负起使命，培养出优秀的艺术人才，为北疆文化建设、构筑中华民族共有精神家园做出贡献。

参考文献

- [1] 谭晓芳. 高职舞蹈表演专业中国古典舞身韵课程数字化策略研究 [J]. 戏剧之家, 2025, (23): 145-147.
- [2] 王黎娜. "以赛促教" 高职舞蹈表演人才培养模式的探究 [J]. 戏剧之家, 2024, (32): 184-186.
- [3] 陆颖, 余婧. 高职舞蹈教学中 "以赛促学" 人才培养模式研究 [J]. 戏剧之家, 2025, (25): 175-177.
- [4] 姚叙彤. "以赛促教" 视域下高职舞蹈表演人才培养研究 [J]. 山西青年, 2025, (05): 94-96.
- [5] 李梦瑶. 高职院校舞蹈表演专业青年教师教学能力提升路径研究 [J]. 山西青年, 2024, (02): 156-158.
- [6] 刘诗敏. 中国传统文化在高职舞蹈教育中的应用 [J]. 艺术大观, 2024, (01): 113-115.
- [7] 孙延泽. 产教融合视域下高职舞蹈表演专业学生核心能力培养研究 [J]. 教育信息化论坛, 2023, (07): 81-83.
- [8] 彭美娜, 王栗. 舞蹈表演专业艺术表现力提升的新教学思路研究 [J]. 艺术评鉴, 2023, (10): 116-119.
- [9] 程冬. 高职舞蹈教学中培养学生情感表现力的策略探究 [J]. 尚舞, 2022, (13): 162-164.