

浅谈儿童舞蹈想象力的培养

王丝雨

北京市东城区史家胡同小学 北京东城 100010

摘要：舞蹈作为一种源自内心、展现于外的情感表达方式，深刻反映了生活中的多元现象，并传递着丰富的情感，进而与观众产生强烈的共鸣。它借助肢体语言、音乐、道具及舞台美术的综合运用，以舞蹈的形式激发并展开想象，成为创作者、舞者及观众之间想象力交汇的桥梁。想象力在舞蹈创作、表演及欣赏过程中占据着不可或缺的重要地位，特别是在对儿童想象力的培养与开发方面，日益受到广泛关注。如今，舞蹈教育已超越单纯的基本功训练与动作模仿，其普及与发展的核心在于学校舞蹈课程的设计，旨在帮助儿童更好地认识自己的身体，并基于他们对世界和社会的认知，激发想象力与创造力，进而通过个性化的肢体语言进行表达。本文将对想象力的定义、想象力对儿童思维发展的重要性，以及如何在儿童舞蹈教育中培养想象力进行深入探讨。

关键词：想象力；思维开发重要性；想象力的培养

一、什么是想象力

想象力是人类在已有的形象基础上，在脑海中创造出新形象的能力。它涉及在思维中构建一个念头或思想画面。作为人类创新与发展的源泉，想象力的缺失将导致我们停滞不前。儿童的想象力尤为丰富；例如，当我们画一个圆并询问孩子们它像什么时，他们可能会回答：“苹果、月亮、西瓜、球”等等。一岁多的孩子吃山楂片，咬了一口后说：“你看，这是月亮”，再咬一口又说：“我又咬了个高跟鞋”。想象力是孩子们的天性。正是由于保持了这种童真的想象力，爱因斯坦才能发现相对论，而牛顿也是因为想象力，才从一个落地的苹果中想到了万有引力这一科学上的重大发现。因此，我们需要积累丰富的物质表象和经验，保持和发展好奇心，同时，要善于对物质进行思维加工和再创造，这样才能不断提升想象空间和能力。

然而，随着年龄的增长，如果忽视了想象力的培养，我们可能会感觉到自己的想象力不如儿童时期。这可能是由于不敢想象，或者想象了却不敢表达或实践。在大学时，我的老师经常指出我们的编创动作或作品缺乏想象力。经过几年的训练和开发，我才逐渐打开了想象力的大门，发现加入想象的舞蹈可以变得如此生动有趣。我也在反思，我们过去接受的教育中，对想象力的培养

是相对匮乏的。学习了舞蹈编导后，我才逐渐对想象力有了更深的认识，并开始有意地思考和培养自己的想象能力。因此，在课堂教学实践和舞蹈作品的编创上，我会更大胆地尝试，更多地从儿童的视角出发进行思考和设计。

如今，越来越多的专家、学者、老师和家长开始重视想象力的培养。因此，我们应该关注并开发儿童时期的想象力，让孩子们保持持续想象的习惯。作为老师，能做的就是经常从孩子的角度观察世界，引导和鼓励他们展开想象。给予支持并创造可创新的环境，为孩子提供各种各样的素材和情境，让他们自由地探索和创造。

二、儿童想象力思维开发的重要性

想象力在个体的学习、工作及生活中扮演着至关重要的角色。在当前这个信息科技、艺术、文化及科学迅猛发展的时代，“想象力”这一概念频繁被提及，且越来越多的人投身于想象力开发的行列之中。家长们对孩子的培养愈发重视，众多专家学者亦纷纷强调“关注孩子的想象力”，其重要性不容忽视。然而，在我们的思维定式与习惯中，往往未能充分意识到想象力的力量，这在一定程度上阻碍了学生发散性思维能力的发展。

在快速变迁的时代背景下，想象力已成为不可或缺的一部分。想象力的开发有助于提升学生的思维训练水平、学习能力，以及面对问题的灵活性与创造力等综合素养，使学生能够以更加宽广的视角审视并解决问题。在想象的天地里，无论是成人还是孩童，首要之务是对

作者简介：王丝雨（1988.12-），女，苗族，二级教师，硕士研究生，研究方向：舞蹈编导、小学舞蹈教学。

世界保持好奇之心，拥有一双善于发现的眼睛与勤于思考的大脑。有时，并非学生缺乏想象力，而是我们在某些问题上未能给予其充分的想象空间，从而束缚了学生发散性思维的发展。这种发散思维对学生而言至关重要，它具备流畅性、变通性、独特性及多感官开发等特征。

想象力和创造力不应被扼杀，创造实则是一种习惯，人人皆具备创造潜能。然而，环境是否允许个体进行创造，将决定其创造能力能否得以发挥与锻炼。若希望孩子能够保持丰富的想象力与创造性，关键在于在初期培养其思考与创新的习惯，这一习惯将在其后续的学习与生活中持续伴随其成长与发展，并对各科学学习产生积极影响。从长远视角审视，我们有必要高度重视儿童想象力的开发工作。此外，舞蹈课程的设置亦能在一定程度上促进学生的想象力开发。

三、舞蹈课中想象力的培养

（一）让学生对自己的身体有所认知

舞蹈是肢体艺术，通过自己的肢体语言来传递信息和情感，我们首先要对自己的身体比较了解，知道如何合理的开发和运用。通常在舞蹈课上我们都会有热身活动，软开度的训练等，但这些都是运用身体表达的基础。但是我们在培养学生想象力时，能不能让学生自如的自然的做出动作这需要老师经过专业的引导和有方法的训练才能达到。如：我们让学生了解身体的内外空间、内空间是我们身体与身体之间的空间运用，外空间是我们身体在空间高低、维度上的运用，不同的空间有不同的表现。其次，要让学生知道我们的身体可以做出我们想要的表达，如情绪地、情感地、对动物、植物、物体的模仿等，都可以通过身体来表现。如：“枯萎的花朵”、肢体表现出收缩、软绵、颓废的感觉，“鲜艳的花朵”肢体表现出有活力、阳光、情绪饱满的感觉。“凶恶的狼”，肢体模仿狼的姿态、手型、表情、移动的补步伐感觉等。“折枝的树”在表现时动作要有断裂、顿挫、关节折断的感觉。不同的事物用不同的动作性质来表现，其舞蹈的想象力就在这些动作里，孩子们了解自己的身体后才会运用身体展开想象。

（二）舞蹈道具想象

舞蹈中会运用到一些道具，生活中很多物品都可以成为舞蹈道具，这就需要学生充分展开想象才能达到，道具想象是通过对道具进行想象和联想，是一个由此物到彼物的创造运用过程，在练习中我们要引导学生将原道具想象为另一种物件，将它作为道具进行全新的发挥

和运用，创造出新的道具形象，产生一物多用的功能。在训练中我们首先要鼓励学生打破习惯逻辑思维，充分、大胆的展开想象。比如：一把绳索，可以想象成拉面、雨丝、手铐、钓鱼竿、抢等等。维吾尔族小花帽可以想象成一面镜子、手鼓、等。道具想象练习，能有效的培养学生的发散性思维，是一项对学生很有帮助的训练方式。

（三）舞蹈音乐想象

舞蹈与音乐是分不开的，音乐为舞蹈创造了很多可能性，音乐也能帮助舞蹈更好传情达意，音乐有清晰可感的旋律，有节奏、节拍、音色、织体的组合，音乐不同给我们不同的感受，同一段音乐，每个人的感受不同，会创造出不同的动作，呈现出不一样的表达，在儿童想象力思维训练中，音乐有很强作用，给予孩子很大的想象空间。比如：一段轻柔的、旋律优美的音乐，让孩子们进行表现，有的孩子会想象自己是一片羽毛、雪花、云朵、棉花糖等等。一段灵动的、活泼、跳跃的音乐，孩子们会想象出一只兔子、小鸟、掉落的乒乓球、同学间在嬉戏玩耍等等。总之，给一段音乐，老师可以给孩子们自由发挥的空间，善于引导和评价以及总结，在必要时帮助孩子们欣赏音乐，梳理舞蹈语汇。很好的将音乐和舞蹈结合起来。

（四）舞蹈与其他学科建立起想象联系

我们的身体是有很多可能性的，我们的想象力会随着这种可能性变化和发展，舞蹈与其他学科相结合会碰撞出很多火花，创造出有意思的舞蹈动作，舞蹈造型，舞段，舞蹈作品等，如舞蹈与美术的结合，运用线条，色彩的美感等，舞蹈与雕像或建筑的结合，摆出一些类似的有意味的造型，或者是小组合作的形式在原型雕塑建筑的基础上，自己发展出新的造型，并赋予一个新主题。还可以让学生根据一首喜欢的诗歌设计动作，边朗诵边舞蹈，加深对诗歌的理解和记忆。因此，舞蹈跟音乐、戏剧、诗歌、书法、戏曲、科学、生物、语文、数学等各类学科都能建立起联系，在实践过程中学生乐于参与，给与引导和评价孩子们会创造出更多的惊喜。

（五）舞蹈想象力培养课程实例

舞蹈创新思维的培养，在舞蹈中有着重要的作品，可以提高学生的思维能力，用身体语言来表达的能力，让学生更了解自己的身体和空间，有利于培养学生的创造力以及团结协作，小组配合的能力。舞蹈《健身羊咩咩》属于小学低段舞蹈综合性表演课，课程中融入了即

兴表演、形象捕捉、模仿、想象、创编等方式,表现草原上的小胖羊们集体运动健身的场景。舞段中的小胖羊通过跑步、做操、跳跃、游泳等学生能想象到并能用肢体表现出的体育锻炼项目,变成了健美羊。在教学过程中,小羊脚下步伐为开发重点,学生通过体验、创编、互相评价,解放脚下步伐,开发更多的脚下动作。在整个教学过程中注重开发学生思维,引导学生展开想象,充分调动学生的肢体语言,通过身体语言来呈现舞蹈故事。并在表演和学习过程中学会观察,学会思考,学会互相配合。

1.小羊造型

首先情境带入,通过造型来体验和捕捉小羊形象,在老师语言引导下,对造型进行细化和加工,准确把握小羊的形象。小羊的动作舞蹈化,夸张化,拟人化。(注意小羊的形象,体态、羊蹄、羊角。)

2.小羊健身

带领学生为小羊运动设计相关动作,引导学生开发动作,特别是小羊的脚下动作和步伐的开发,学会规整和提取动作,展开想象。用舞蹈动作来表现。

3.小羊运动项目拓展

在跑步动作开发基础上,扩展几项体育运动,开发学生思维,增强小组合作,以小组形式完成动作创编,进行小组展示。如:滑冰、游泳、跳绳、举杠铃、跳街舞等,分组进行设计,每组两个八拍的动作,展示后对小组的动作进行评价。

4.舞段完整展示

学生跟随音乐完整展示,记住动作顺序及自己设计出的动作。完整呈现小羊健身的故事,提高学生综合表演能力。

在本课设计中运用情境导入,从捕捉形象入手,引发学生学习兴趣,通过启发式教学,让学生敢于自己编创和设计动作,脚下步伐的开发,解放学生脚下动作缺乏的特点,让学生灵活运用脚下步伐开发动作,锻炼身体的协调性,通过不同运动的发展,拓展学生思维,学会思考,学会小组配合,展开想象,并能用舞蹈语汇呈现想象的效果。通过尝试、体验、提炼、编创、想象、模仿等方式,提高学生的自信心及综合表现力。这是一堂引导学生思维,启发学生用拟人化的思维、夸张的手法来进行舞蹈创编思维训练的课程,教学过程中学生参与度很高,积极跟随老师,配合老师引导,有些学生自己编创和设计的动作很有意思,能抓住动作的要求,发展出属于自己的并很有特点的舞蹈动作,学生在编创和展示中学会欣赏和互评,在欣赏和互评中也能启发学生思考,是学生与学生间的思维碰撞。舞蹈想象力思维课的设计可以让学生逐渐形成创造思维,提高自己的思维能力和身体协调性。

参考文献

- [1]艾瑞克·詹森.艺术教育 with 脑的开发[M].北京:中国轻工业出版社,2005:122.
- [2]许岩.谈儿童舞蹈训练中中学生想象力培养[J].辽宁:辽宁师专学报(社会科学版),2010,03:91-92