

Let Childlike Joy and Kindness Grow Naturally: Reflections on Creating the Children's Dance Performance "Springtime Youth"

Shuang Leng

Anshan Cultural Tourism Development Promotion Center, Anshan, Liaoning, 114000, China

Abstract

Let children experience the traditional virtues of "diligence, courtesy, and righteousness" through dance. At the same time, the theme movements and props should be close to children's cognition to easily stimulate their performance interest. Starting with the training of "lifting, sinking, charging, and leaning," to avoid making the children feel bored, each element is explained with a story to guide them. From the "muscle memory" of the body to the "instinctive expression," from the "symmetry and balance" of formations to the "contrast and hierarchy," and from the "harmony between heaven and humanity, humanistic goodness, and patriotic sentiment" to emotions, children can feel the charm of dance and China's traditional culture, finding the expression of modesty and solemnity in children's dance movements through creation. The beauty of benevolence, righteousness, propriety, wisdom, and trustworthiness lies not only in technique but also in emotion and visual imagery. Let the popular education of children's dance break out of the "technique-oriented" approach and return to "growth values."

Keywords

children's dance creation; children's dance aesthetic cultivation; children's dance popular education

让童趣与善意自然生长——创作少儿舞蹈作品《春光少年时》有感

冷爽

鞍山市文化旅游发展促进中心, 中国·辽宁鞍山 114000

摘要

让少儿在舞蹈中感受“勤学、知礼、明义”的传统美德。同时,主题动作和道具都要贴近少儿认知,容易激发她们的表演兴趣。从“提、沉、冲、靠”开始训练,为了不让孩子们感到枯燥乏味,每讲解一个元素,都会用一个故事进行引导,从肢体上的“肌肉记忆”到“本能呈现”,从队形上的“对称与平衡”到“对比与层次”,从情感上的“天人合一、人文向善、家国情怀”等让孩子们感受到舞蹈和中国传统文化的魅力,从创作中找到少儿舞蹈动作表达谦和、庄重体现。仁义礼智信,意境之美,不局限于技术,更重情感与画面感。让少儿舞蹈的普及教育跳出“技巧导向”,回归“成长价值”。

关键词

少儿舞蹈创作;少儿舞蹈审美培养;少儿舞蹈普及教育

1 引言

受到2024年央视春晚中歌曲《上春山》的启发,我脑海里逐渐浮现出了一个画面:沐浴在晨光中的书院,一群小书童开始了勤学苦读的一天。正处于少年的她们对世界万物充满好奇,时而托腮遐思,时而拈花扑蝶,憨态可掬……就这样,小书童的雏形就刻在了我的脑海里。

【作者简介】冷爽(1986-),女,中国辽宁鞍山人,本科,副高级研究馆员,从事群众文化工作。

2 少儿舞蹈《春光少年时》的创作构思与题材选择

为满足少儿舞蹈创作需求,我会从主题选择、动作设计、音乐搭配、服装道具及排练指导等关键方面展开,结合少儿身心特点,确保舞蹈既具观赏性,又能让孩子享受其中。而且少儿舞蹈表演讲究贴合生活经验,少儿的认知主要基于直观的生活体验,原本来说主题应该选择他们“看得见、摸得着、感受得到”的内容。如校园生活中的课间游戏“跳皮筋”“丢沙包”等等。所以想表达好小书童这个形象,对于她们来说很难。“小书童”主题的核心是通过舞蹈展现传统文化中的学习场景与礼仪规范,

让少儿在舞蹈中感受“勤学、知礼、明义”的传统美德。同时，主题动作和道具都要贴近少儿认知，容易激发她们的表演兴趣。所以为了配合小书童的形象，我选择了折扇这个道具。为了解决这一难题，我想到了中国古典舞身韵的教学思路，先从“提、沉、冲、靠”开始训练，为了不让孩子们感到枯燥乏味，我每讲一个元素，都会讲一个故事，找到一个小动物的形象或者看见她们熟悉事物的场景逐渐引导，然后进行“手位和步伐”的练习，给她们设置场景，告诉她们手中的扇子既是书本，拿着手中的“书本”背三字经时如何配合韵律摇头。这时有孩子问我：“老师，为什么古代书生背诵的时候要摇头呢”。还好我早有准备，我告诉孩子们说，古代人背书时摇头，主要是为了辅助记忆、贴合韵律，同时也是一种自然形成的读书习惯，并非单纯的“装样子”。古代书籍多为文言文，且早期没有标点符号，阅读时需要自行断句。摇头的动作能帮助读书人找到句子的停顿和节奏，通过身体的律动加深对文字的记忆，类似现在人背书时会不自觉地打拍子。因为这次扮演小书童的孩子们都是三到四年级的学生了，我一解释，她们立刻明白了^[1]。

3 舞蹈《春光少年时》的创作结构和舞蹈语汇表达

舞蹈创作结构是作品的骨架与灵魂，舞蹈创作结构是作品的骨架，决定其叙事逻辑与情感脉络。常见结构有“起承转合”式，以开篇铺垫、发展递进、高潮爆发、收尾升华呈现完整情感；也有叙事式，按故事时间线串联情节；还有音乐式，随旋律节奏编排动作。好的结构需紧扣主题，让动作、音乐、舞台元素协同，使舞蹈既有美感又具张力。这里我们来谈一谈舞蹈中人物上的确立和塑造。

舞蹈中的人物，根据作品的内容要求，在舞台上构成各种各样的舞蹈画面。这些舞蹈画面的形成和变化是靠舞蹈移动线来连接的。没有舞蹈移动线的出现，就不可能有舞蹈画面的转换，而没有舞蹈画面的变化和更换也就不需要也不会产生舞蹈移动线。二者相辅相成，不断发生连接和变化为表现舞蹈作品的主题思想，生动塑造完美的舞蹈形象，充分发挥舞蹈艺术特有的表现力，起着重要作用^[2]。

任何一个舞蹈编号在他设计和安排舞蹈构图时，无论是学习和继承我国优秀民族民间舞蹈构图方法，借鉴和吸取外国舞蹈的构图长处；还是通过对现实生活观察。概括、加工、提炼后进行的新创造，都是自觉或不自觉地受到舞蹈构图的规律整齐一律，平衡对称，比例，调和对比，多样统一所制的。

考虑到这次创作的题材靠近生活类，也考虑到孩子们理解作品的局限性，我首选考虑用“起承转合”式作为这个舞蹈作品的结构。那么舞蹈的开头怎样突出小书童这个“小”字呢？我大胆的设想，从古至今的儿童都是淘气的，对世界充满好奇的。我想到了春天的早晨，春雨淅淅沥沥，它踏着脚尖来了。它不像夏雨那样急着敲窗，只是轻轻拂过屋檐，

顺着瓦缝滴落在青石板上，溅起一点点湿痕。风裹着雨丝，吹醒了墙根的草芽，也吹软了枝头的柳丝。那些憋了一冬的花苞，被雨润得鼓鼓的，像藏着满心的期待，就等一个晴天，把春天炸开。泥土里飘出淡淡的腥甜，混着雨雾的清冽，吸一口，连肺里都像是被洗过一样。这雨不大，却把整个世界都泡得软软的、嫩嫩的，连心情都跟着变得湿润又明亮。然后伴着课堂里朗朗的读书声：“好雨知时节，当春乃发生，随风潜入夜，润物细无声……”。孩子们手拿课本（道具折扇）摇头晃脑的大声朗诵着。

通过舞台调度表现时空变化，天空放晴，小鸟在窗外叽叽喳喳的叫，孩子们的天性活泼好动不时地被各种事物吸引，她们时而互相嬉闹，时而看着窗外的小鸟，时而逗弄落在书桌上的蝴蝶，时而打个瞌睡，整个画面都在描述小书童的天真可爱和活泼好动。并给观众一种层出不穷的观感，看似静止的画面，又在静止的画面中叠加诸多的可能性。这就引出了一个创作的基本条件——构图^[3]。

舞蹈中的构图指的就是舞者在舞台上移动的路线，它对于整个作品主题的表现、气氛的渲染和人物形象的塑造都有重要的作用，更能增强舞蹈作品的艺术感染力，或是利用画面调度来烘托主要形象。舞蹈的构图服务于作品的主题思想的表达与人物形象的塑造。艺术的生命力在于不断创新，舞蹈构图形式需要不断地丰富，也必须要从美术构图中去发现借鉴。

开篇的场景运用完毕，也等于整个舞蹈的人物形象已经在舞台上立住了。观众也已经接收到了我想表达的作品情感。其实少儿舞蹈的创作困难就在最初期，孩子们的专注程度差，学习动作速度慢，再加上手中的折扇的运用就更加难上加难了。让我没想到的是，最简单的扇子的“开”跟“合”的单一训练就足足练习了一周多的时间，那如何“开”的潇洒，“开”的利落，如何“合”的干脆，“合”的神采飞扬，都需要下功夫每天不停的练习。

开合扇练习好了，又出现了新的问题，当孩子们整齐划一站成四排举起折扇挡在脸前，折扇高度和距离身体远近的画面又乱套了。怎么解决？我想起了舞蹈是肌肉记忆的体现。舞蹈中的“肌肉记忆”并非指肌肉本身具备记忆能力，而是人体神经系统通过长期重复训练，形成的对特定动作模式的自动化反应机制。它能让舞者在无需刻意思考动作细节的情况下，流畅、精准地完成复杂舞步，是舞蹈从“刻意学习”到“本能呈现”的核心桥梁。不断的重复，不断的摆放动作，孩子们不像成人能够自觉练习，只能靠我这个编导老师不断的纠正，在不断的纠正中形成肌肉记忆。少儿骨骼、肌肉仍在发育，动作设计需遵循“安全、简单、形象”三大原则，同时根据她们的年龄段调整难度。

4 舞蹈《春光少年时》编舞过程

人物形象、道具以及舞蹈语汇的雏形都已具备，整体思路也清晰了，所以创作最艰难的部分也已经完成。接下来

就是编舞队形的呈现了,编舞队形是通过舞者在舞台空间中的位置、移动和组合变化,服务于舞蹈主题表达、视觉美感呈现及舞台氛围营造的核心设计环节,其本质是“动态的空间叙事”。所有队形变化都需围绕三个核心目标展开,避免单纯追求“队形花哨”而脱离舞蹈本身。

队形需兼顾“对称与平衡”“对比与层次”。对称队形(如八字形、双排对列)显庄重整齐,不对称队形(如斜排、三角错位)显灵动有张力;通过舞者站位的前后、高低差,可打造视觉焦点。利用“高低差”打造立体层次除了平面位置变化,可通过舞者的“蹲、站、跳、跪”或借助道具(如台阶、椅子)制造高低差,让队形从“二维平面”升级为“三维立体”。示例:前排舞者半蹲,后排舞者站立,形成“前低后高”的阶梯状,突出视觉焦点。那么我首先用到的是“对比与层次”和“高低差”,通过第一阶段的道具强化性训练,孩子们已经能熟练掌握道具运用自如,24名小书童以每排8人以前后错位插空的方式由前排最低到第四排最高排列。这样能清晰的看到24把折扇,利用音乐的强弱和节拍的快慢,分成若干组不同的组合,每组可能两人或者三人和一人做互动动作,没有动作的小书童任然用扇子挡住自己的面部,呈现出静中有动的舞蹈画面。

基础队形是编舞的“积木”,可通过移动、拆分、重组演变出复杂队形。但少儿舞蹈队形的编排需要简洁有序,突出童真画面感,当孩子们离开静止有层次的画面后,就开始进入分舞段式表演了,每组约六到十人不等,分配不同的表演情绪和不同的造型,让整个画面流动起来,孩子们都有自己专属的动作,让她们觉得既是集体的一员又是独特的自己,表演起来增添的很多趣味^[4]。

舞蹈接近尾声时出现大舞段,大舞段是少儿舞蹈的核心叙事单元,需兼顾“情节连贯性”“动作记忆点”与“体力适配性”,通常以“情境引入—核心互动—高潮升华—收尾呼应”的四段式结构。整个舞段大概八到十个八拍的大幅度动作,虽然动作难度大但也是孩子们进入佳境的时候,手中折扇的动作角度,开合扇的节奏统一,蹲起的高度,经过反复的练习后均能达到标准。

5 通过完成舞蹈作品向舞蹈普及教育继续延申

整个舞蹈编排历时两个月,孩子们在课余时间能高水

准的完成一部舞蹈作品非常不容易,并且在校园舞蹈中体现人文向善,把“善意、共情、尊重、互助”等品质,转化为学生能感知、能表达的舞蹈内容与参与过程,让“善”通过肢体自然传递。我也希望在孩子们提高自己学习成绩之余也能不断的探索自身的潜力,能够齐心合力的完成一件事也是培养她们拥有团队精神和集体荣誉感的一种方式,激发她们的审美与文化感知力。舞蹈艺术普及教育在少年儿童的成长教育中已经成为不可或缺的一部分,少儿舞蹈的普及教育也已经跳出“技巧导向”,回归了“成长价值”。所以我很高兴能成为完成这一使命中的其中一员。

通过创作《春光少年时》这个舞蹈作品,我感受到的创作核心就是“不把孩子当‘小大人’”——让舞蹈成为他们表达快乐、传递善意的载体,而不是负担。少儿的情感表达很直接,一个舞蹈只传递一种情绪:快乐、感恩、好奇、互助,把抽象动作转化为“游戏化表达”:比如表现“善良”,不用刻意“温柔抬手”,而是设计“给小伙伴递糖果”(伸手递出+微笑)、“扶起摔倒的同学”(弯腰+轻拉+拍灰尘),动作有场景感,孩子跳的时候会自然带入情绪,而不是一味的让孩子们咧嘴笑。遵循“短平快+有画面”的编排逻辑抓牢注意力,结构遵循“开头吸引→中间有小情节→结尾正能量”的叙述顺序,用不“说教”的情感传递,让孩子自然流露。

这个作品把中国传统文化内涵融入校园舞蹈普及,能让艺术教育更有根脉,核心是围绕“天人合一、人文向善、家国情怀”三大核心,落地到具体文化元素中。核心文化范畴适配舞蹈表达,通过舞蹈动作表达谦和、庄重体现。仁义礼智信,意境之美,不局限于技术,更重情感与画面感。

参考文献

- [1] 哈樱芷.对儿童舞蹈创作中若干问题的思考[C]//广东省教师继续教育学会.广东省教师继续教育学会教师发展论坛学术研讨会论文集(十六).吉林艺术学院,2023:921-927.
- [2] 林燕妮.少儿舞蹈创编人才培养模式存在的问题及解决对策分析[J].尚舞,2022,(24):96-98.
- [3] 李畅.音乐学专业学生舞蹈创编能力的培养实践[J].黑河学院学报,2023,14(06):91-93+152.
- [4] 吴亚楠.浅析小花戏元素在少儿舞蹈创编中的应用[J].戏剧之家,2023,(26):141-143.