**中国古典舞基础训练课**

**课程简介**

中国古典舞是建国后由舞蹈工作者提炼、整理、加工、创造并经过较长时期艺术实践的检验，流传下来的被认为是具有传统典范意义的和古典风格特点的中国舞蹈。而身韵是古典舞授课中的一部分，主要训练风格、韵律与审美内涵，是能够体现民族精神的一门训练风格的主干课程。通过我们这门精品网络课程能够使学生初步了解古典舞身韵内容，掌握古典舞身韵的元素等，并在风格韵律及审美等方面有准确了解。而现在我们使用的中国古典舞基础训练课“身韵训练内容”由北京舞蹈学院李正一教授、唐满城教授创建于1980年。我校教材中“身韵”内容也是我校中国古典舞的核心课程，所以在本次课程教学中身韵内容贯穿始终。内容秉承了“形神兼备”、“气韵生动”、“中和之美”、“阴阳互为”、“圆流周转”等中国传统美学的原则，运用“元素提炼”、“短句强化”、“组合表现”等的训练程序方法，展开古典舞身韵基础教学。本次精品网络课程，我们是依据教学内容按坐姿、站姿、行姿三大类的顺序进行教授。三大类中有分为9个小分项。“盘坐”、“跪坐”、“卧鱼”、“八字步”、“丁字步”、“弓箭步”、“圆场”、“花帮步”“匀步”9个分项。具体内容中还贯穿有动律元素、气息、手脚步位，晃手、盘手、穿摇臂、旁提漫步，云间转腰、云手、风火轮，以及步伐慢步、快圆场步、花帮步、趟步与行步等等古典舞特有内容。将中国古典舞舞者能舞、能柔、能潇洒的特质展现得淋漓尽致。本课程是为艺术学校表演艺术类专业开设的一门专业课，共36学时，在专业课程体系中占有举足轻重的地位。与表演艺术其他专业课程不同，古典舞基础训练课是以培养学生肢体能力为主导，以全面培养学生的艺术修养、人文素质为目的，并为学生就业提供必要的职业技能。