

金华学街舞江北校区：婺江西路28号时代商务中心3楼 孙盈舞蹈

产品名称	金华学街舞江北校区：婺江西路28号时代商务中心3楼 孙盈舞蹈
公司名称	金华市育蕾艺术培训有限公司
价格	面议
规格参数	
公司地址	金华市婺城区双龙南街1258号龙腾·铭德广场C07-C13、C16-C19、C21-C23室
联系电话	18858905499

产品详情

金华少儿舞蹈班 专业学少儿舞蹈 金华本地学民族舞

孙盈舞蹈为您分享：

民族舞表现特征的把握

- 1、民族舞形式在民族舞的艺术特征中，动作形式特征也是其中的一部分民族舞表现特征的把握民族舞表现特征的把握。舞蹈艺术在某种程度上和绘画艺术有很多的相同之处，就是勇敢对于人物的视线范围内的外部形象进行塑造，从而对于人物的精神面貌或者是艺术的效果在线条或者是形体中进行表现，体现生活的本质以及人物中的思想感情。民族舞蹈的动作比较大，呈现着瞬息万变的状态，就舞蹈本身能够得到较为深刻的开发和引导，给人带来更多的想象并且触动人们的情思。
- 2、民族舞动律动律，是民族舞蹈至关重要的内容，通过民族舞蹈动律实现民族文化和民族特色传播。通过对民族舞动律的认识也能够进一步掌握民族舞细节特征。通常民族舞蹈中都包含着丰富的情感，希望通过舞蹈表达内心愿望，或通过舞蹈形式体现民族文化，这就是民族舞蹈内在的民族精神。
- 3、民族舞神韵。神韵是一种理想的艺术境界，是一种独特的美学特征。在艺术评价中对民族舞表现特征总结为“神韵”，是十分重要的总结.民族舞在表现过程中其核心宗旨就是通过形象的表演实现使人们感受到舞蹈的神韵民族舞表现特征的把握民族舞。为更好把握民族舞神韵，要加强自觉意识培养，通过意念对肢体表现形式进行控制，切记盲目组织与支配，要对舞蹈内在含义深刻了解，通过规律和特征领会到舞蹈的深刻含义。在民族舞蹈表现过程中，舞者要对舞蹈本身有着自己的认知和了解，并实现与舞蹈神韵的交流，最终实现人与舞融为一体。

金华少儿舞蹈班 专业学少儿舞蹈 金华本地学民族舞

孙盈舞蹈为您分享：

民族舞之踩鼓舞和板凳舞

“踩鼓舞”是苗族民间舞蹈形式之一，同时也是祭祀舞蹈。伴奏的乐器为铜鼓和木鼓。舞者一般围成圈，内圈女性，中心置一大鼓，由一至二人手持鼓棒击鼓，舞者面向圈内，随鼓点节奏，缓慢变换不同的舞步，双手自然摆动，民族舞的基本动作，闻鼓而舞。鼓点节奏多为4/4、3/4拍，显得欢快、轻松、活泼，表现了苗族人民节日祭祀祖先和丰收后的喜悦心情。

“板凳舞”是苗族纯自娱性酒后热情奔放的、寓体育运动于舞蹈的形式之一。由一人或数人持板凳相击为鼓点，众人围于外而舞。鼓点多采用4/4、3/4拍节奏，众人时而聚拢，时而散开，且舞蹈动作较大，显得粗犷、豪放、激扬，表现了苗族人民豪放、热情好客的气质。

龙腾校区：金华市双龙南街1258号龙腾铭德广场3楼

江北校区：金华市婺江西路28号时代商务中心3楼

万达校区：金华市万达金街115号

浦江校区：浦江县换成南路191号

孙盈舞蹈艺术培训中心为您分享：

民族舞基本功压腿

这是舞蹈基础训练中最为基本的训练内容，分别为压前、旁、后腿。压腿的练习有助于打开学生腿部关节的韧带。压腿时要注意腿部关节的直立，脚背向外打开绷直，并保持上半身的直立。向下压至上半身和腿部之间的没有缝隙。个别学生韧带太紧，在压腿的过程中不要苛求一定要压下去，保持正确的姿态，日积月累就可以拉长韧带，达到要求。特别注意的是胯部要端正。压旁腿和后腿的时候学生最容易出胯和斜胯，需要及时矫正。在压旁腿时，同侧的手扶住把杆，金华学中国舞江北校区：婺江西路28号时代商务中心3楼，另一只手臂紧贴在耳边，向腿上靠近并尽量向远处伸展，拉长旁腰。压后腿时，注意肩膀端平，颈部不要缩，撑住头部别掉下去，并向后伸展。

金华学街舞江北校区：婺江西路28号时代商务中心3楼-孙盈舞蹈由金华市育蕾艺术培训有限公司提供。金华市育蕾艺术培训有限公司（www.jhsywd.com）是浙江金华教育、培训的翘楚，多年来，公司贯彻执行科学管理、创新发展、诚实守信的方针，满足客户需求。在育蕾艺术学校领导携全体员工热情欢迎各界人士垂询洽谈，共创育蕾艺术学校更加美好的未来。