

我的芭蕾世界

教学感悟



李春华 [著]

MY BALLET WORLD
TEACHING COMPREHENSION

中央民族大学出版社
China Minzu University Press



我的芭蕾世界

教学感悟

李春华 [著]

MY BALLET WORLD
TEACHING COMPREHENSION

图书在版编目 (CIP) 数据

我的芭蕾世界·教学感悟 / 李春华著. —北京: 中央民族大学出版社, 2015. 8

ISBN 978-7-5660-1066-7

I. ①我… II. ①李… III. ①芭蕾舞—教学研究 IV. ①J732.5

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 212850 号

我的芭蕾世界·教学感悟

作 者 李春华

责任编辑 白立元

封面设计 严 兮

出 版 者 中央民族大学出版社

北京市海淀区中关村南大街 27 号 邮编: 100081

电 话: 68472815 (发行部) 传真: 68932751 (发行部)

68932218 (总编室) 68932447 (办公室)

发 行 者 全国各地新华书店

印 刷 厂 北京宏伟双华印刷有限公司

开 本 787×1092 (毫米) 1/16 印张: 13

字 数 240 千字

版 次 2016 年 3 月第 1 版 2016 年 3 月第 1 次印刷

书 号 ISBN 978-7-5660-1066-7

定 价 39.00 元

版权所有 翻印必究



▲ 1972年入学中专一年级



▲ 《天鹅之死》剧照



▲ 《红色娘子军》常青指路



▲ 舞剧《雷蒙达》双人舞



▲ 舞剧《雷蒙达》双人舞



▲ 《天鹅湖》三幕西班牙舞



▲ 舞剧《家》扮演瑞珏



▲ 舞剧《家》扮演瑞珏



▲ 舞剧《睡美人》双人舞



▲ 舞剧《睡美人》双人舞



▲ 《古典女子四人舞》剧照



▲ 《古典女子四人舞》剧照



▲ 大二贾璇老师性格舞授课



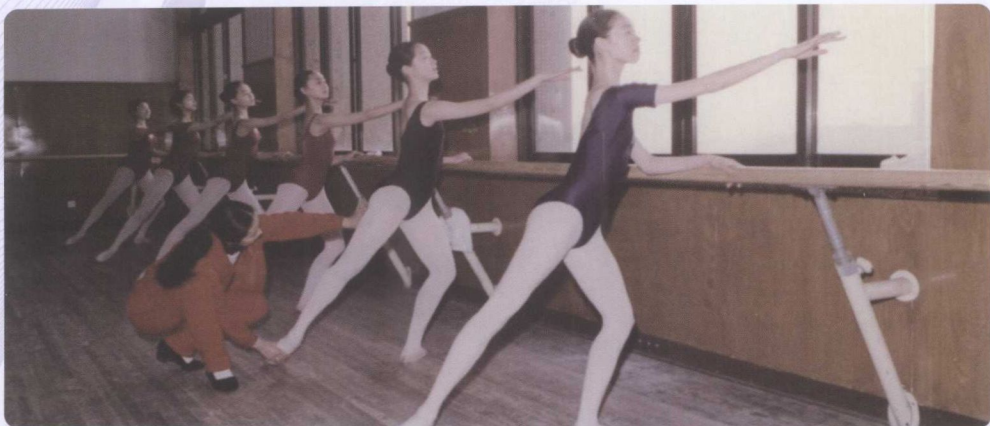
▲ 大三外教授课



▲ 北京舞蹈学院第一届芭蕾舞比赛后李春华、林美芳、欧鹿、唐秀云、王家鸿、合影



▲ 芭蕾舞系首届教育本科生学生宣读论文



▲ 附中课堂授课



▲ 附中课堂授课



▲ 附中教研室研讨



▲ 大学课堂授课



▲ 大学课堂授课



▲ 大学课堂授课



▲ 大学课堂授课



▲ 大学课堂授课

序 言

中国芭蕾已经走过整整 60 年的历程，在世界的异国东方突起，创造了一个又一个的非凡奇迹，谱写了一页又一页的光辉篇章，赢得了国际上普遍的赞誉与尊重。这是一代又一代中国芭蕾人披荆斩棘、艰苦奋斗，不懈努力的结果。倘若要是提起其中有突出贡献的功臣的名字，我们绝不能不提一个人，她就是北京舞蹈学院的李春华教授。

李春华是在“文革”期间中断 6 年招生之后于 1972 年进校的第一批学生。凭借她天生的身体条件和刻苦钻研的学习。1978 年以优异的成绩毕业并留在北京舞蹈学院青年舞团任演员，主演了《天鹅湖》中的奥杰塔、《家》中的瑞珏、《红色娘子军》中的琼花等，成为新一代芭蕾新秀中的佼佼者。然而当新中国招收第一期芭蕾本科时，她毅然放弃，诱人的演员生涯，重新坐到课桌前，而正是这一选择决定了她此后的命运走向。1988 年，李春华非常出色地完成了本科四年的学习并理所当然地留在母校任教。由于教学成绩突出，1991 年被破格提升为高级讲师，1993 年被授予北京市优秀教师称号，同年又被授予全国人民教师奖章。然而又有多少人知道，在这些耀眼的光环背后，这位年轻的芭蕾教师付出了多少汗水与心血。由于师生和工作关系，我和李春华有多年的紧密接触，亲眼看见了 she 踏踏实实、认认真真、全心全意地投入每天的教学工作。她的教学风格是非常严谨而细致，非常投入而执着，非常热情而严厉，更难能可贵的是她刻苦钻研、敢于挑战自我、敢于创新。不仅培养了一批在国际国内芭蕾比赛上取得优异成绩的学生，而且也逐步形成了自己的“李氏”特色的教学风格，她的课程于 1998 年成为北京舞蹈学院首届院级优质课程。

1997年，李春华走上了系里领导岗位，并从2001年正式接受系主任工作，成为名副其实的芭蕾学科带头人，对学院芭蕾学科的发展做出了重要贡献。我们要特别强调“名副其实”这四个字，首先是因为不一定做了系主任就等于自然而然成为学科带头人。你必须积累一定的“资本”，必须有一定的权威才有资格承担此项重任。而李春华积累的“资本”可谓相当厚实，7年芭蕾附中学习，6年芭蕾主要演员的经历，4年芭蕾本科学习，10余年的芭蕾教学实践，加在一起也有20多年的“资本”积累了。其次是因为有了“资本”也不一定能成为权威，而李春华在担任系主任时，已经成为全国最优秀的女班芭蕾教师之一，至少在中国最高舞蹈学府北京舞蹈学院也是称得上Number1。所以说，光有20来年的“资本”积累，还远远不够的，更重要的是如何把这笔“资本”转化成事业上成功，而能做到这一点除了智慧和能力以外，还需要付出比别人更多的努力和更大的代价。李春华以十年如一日奋斗在教学第一线，不惜自己、不惜一切、不断努力、不断付出。她把芭蕾教学视为自己的全部生命，把培养学生当成自己神圣的使命，所以才会取得事业上的成功，才会成为芭蕾学科领军人物。在她领导下的芭蕾舞系取得了长足的进步，在我看来主要表现在三个方面：一是大大培养了与世界芭蕾的国际交流，采取了走出去请进来的方法，加强了教学与学术上的国际交流，取得了显著效果；二是根据学院的部署实现了芭蕾舞系从单一教学型向教学型与学术型并进的转化，取得了一批丰硕的科研成果；三是为了实现教学与艺术实践更加紧密的结合，大力加强了中外剧目的创作与演出，其中有2000年与2008年的中国舞剧《断桥随想》和《陈白露》，2004年与2009年的古典芭蕾舞剧《睡美人》《唐吉珂德》等。由于工作成绩非常突出，李春华曾被评为“全国教育系统劳动模范”、北京市优秀骨干教师，2007年被中国舞协授予“舞蹈家特别贡献奖”。

近10年来李春华编著了多部教材，而现在就在我们面前的新著《我的芭蕾世界——教学感悟》是她从教30年来的一些收获与体会，也可以说是“李氏”教学的更深层次的思考与感悟，相信它会给我们带来新的启迪，同时也祝愿李春华教授在今后的工作中取得更大的成绩，给我们更多的惊喜！

肖苏华

2014.12 于北京

编者的话

可能会有人问我为什么要在此时出这样的一本书？也可能或许是执教学26年载的缘故吧。有人经常有学生会问道：“老师您的课，是否都是一样的？”我想说：“教学和舞蹈艺术是一样的，除了基础规范训练外，没有也不可能会有是一样的应该不会是一成不变的模式，或者说是没有可照搬照抄的完美的范本。芭蕾舞的训练、演出、教学和研讨等赋予了我们一个个的挑战，就如同我们的生活一那样，丰富多彩而又坚韧不拔意义非凡。”芭蕾舞在大多数人的眼中是陌生高尚而却又是遥不可及知之甚少的，但对于我来说，却是生命中不可缺少的一个组成部分。一直以来，我都想发自肺腑地感谢芭蕾，我感谢你！因为它你让我成长，给了我一切思想，它让我成长，它也让我身心内外变得更加“美丽”。至今我现在回想起来，我与芭蕾的结缘是在我的出生地青岛，当那年小学三年级的我正在做课间广播体操的领操时，被曲皓、汪润章老师慧眼识看中，经过层层筛选最终被报送成为中央五七艺术大学的首批芭蕾舞专业的学生。在此之前，我们几乎无人接触过，我是一点也不了解的，甚至于从未听说过“芭蕾舞”这种舶来舞蹈。还记得是在1972年2月，我十岁的生日还差两天，都在没有父母的相伴之下，我们青岛的十五个小伙伴，乘着北上的火车来到了北京这个陌生而又向往的首都城市，开始了我的新生活，我就是这样在命运的安排之下步入了芭蕾舞的殿堂。在1979年，我从北京舞蹈学校毕业（现在改为北京舞蹈学院），先去了中央芭蕾舞团当学院附中到演员，从演员到大学生，从大学生到教员之后又回到了北京舞蹈学院，成了第一届的芭蕾舞本科生，毕业后留校当了一名芭蕾舞系的教员。整整43个年头，我与芭蕾舞结下来不解之缘，从一个懵懂的孩子，凭着对芭

蕾的执着和热爱，终于成长为一位职业的芭蕾舞教员。最终，我怀着对芭蕾舞的无比热爱，又回到了梦开始的地方——北京舞蹈学院，成了一名芭蕾舞老师。

1972年至1978年，我以优异的成绩毕业于北京舞蹈学校。毕业之后我进入北京舞蹈学院青年芭蕾舞团，任主要演员。出演了很多芭蕾舞剧，其中有《红色娘子军》《天鹅湖》《天鹅之死》《葛蓓莉亚》《舞姬》等。这个过程中许多老师给予了我无私的帮助和耐心指导，让我在艺术上有了升华。1984年，我告别了舞台生涯，毅然决然地重返校园，成为北京舞蹈学院的一名本科生（中国第一批芭蕾舞教育专业本科生）。我想这是一个对自己再认识、再学习的过程。其间，许许多多老师传授了我很多的芭蕾舞知识，他们深深地影响了我，让我对芭蕾舞有了很高层次的追求。大学生活让我由内而外地改变，四年的学习，可以说是痛并快乐着。芭蕾舞基训课、教学法课、国内外的芭蕾舞比赛，各种知识、各种经历让我更加饱满。这些都一直影响到我的工作，老师们对我的影响、和谐的工作环境，让我快乐而又充实，造就了如今的我。

1988年，我从北京舞蹈学院大学毕业，由于成绩突出，留校在附中任教，从“跳”到“教”是一个很大的跨度。我担任芭蕾训练课、脚尖课、剧目课及外国民间舞课的任课老师。在附中一共教了两届毕业生，我想这对于我来说，是一个不可多得的经验。1993年我的第一班，有侯宏澜、马南、芦亚莉等学生，班里九个学生都非常优秀，如今也都在芭蕾舞事业的各个岗位上。正是因为有了这三年的努力，1991年我破格提升为高级讲师。1993年被授予“全国教育系统劳动模范”“北京市优秀教师”光荣称号。伴随着老专家们的指导帮助，让我学会了如何当一名称职的芭蕾舞老师、如何因材施教、如何合理地运用教材等。可以说，为我今后的教学之路打下了坚实的基础。在这里我要感谢所有帮助过我的老师，在不同的时间和阶段给予了我不同的养分。这种精神的食粮，让我有质的飞跃。

我从任教到现在，附中十年，大学十六年，教了很多的班级。附中、大学97级、98级、02级、06级、09级、10级等每个班都有每个班的特点。附中的教学是整齐划一的，大学的教学是各种专业的交织，二者是有所区别的。附中的学生如同一张白纸，生源条件都非常好。本科的学生来自于全国各个艺校，有附中的、上海舞蹈学校的、西安的、广州的等。他们的基础有所不同，学生也被分为表演班、教育班、表教班，这些班级的学习对象不同，课

例也不相同。面对这些不同的学生，我的教学方案也发生了变化。

我一直教授女班，在恪守的传统及前辈们的经验之外，我一直在寻找适合不同年龄、不同程度、不同阶段的教学方法和教学手段，如何做到因材施教，如何做到有的放矢，如何把自己的所思所想用简洁有效的措施表现出来，是我这么多年来一直坚持不断追求的目标。“因材施教”是第一要义，首先要抓住学生的整体共性，再慢慢了解其个性所在，要先分析学生的性格，在进行有效的心理引导是如今老师必须达成的共识。在此基础上，不断地训练才能使学生的专业能力有质的提高，并且能够取得长远的发展。让学生快速地领会老师的意图，在芭蕾舞技术技巧提高的同时，让学生们由内而外地喜欢芭蕾舞、热爱芭蕾舞。面对本科的学生条件相对不好，又来自不同的学校，但是对于他们来说，芭蕾舞的审美是一致的，美的传达和传递是一致的。对于我来说，我把每一堂课都当成考试课来准备，认真地传授给他们每一点知识。我坚定不移地是传授给学生们学习知识的一种正确方法，这种方法，能够使学生们到不同的工作岗位上，进一步提高完善自己，为社会服务。我想只有这样，自己的行为举止才可以去影响每一个学生。对于一名芭蕾舞老师来说，不仅仅是教会学生芭蕾舞的技术技巧，还要教会学生做人，我想这是一种责任。芭蕾舞对于美的呈现是高贵、梦幻的。与此同时，它有是一门残酷、追求尖端的艺术。一直以来，我不仅是在教会学生们学习芭蕾舞，同时还在教会他们一种品德。

我喜欢并且早已习惯每天进到教室的样子，看到了洁亮的镜子，扶把热身和那不十分平坦的地板，特别是一批批学生那充满活力和不解的情缘，以及无法说清楚每一位合作过的钢琴伴奏老师，至今让我想起都觉得是件幸福的事情，是他们满足了我，是他们成就了我，更是他们让我学会了坚持坚韧和不断追求完美。我喜欢教课，因为它让我学会了在寂静中充满活力、充满激情地去传授着芭蕾舞带给我们的“美丽”。每当音乐响起，我会情不自禁地由内而外喜欢随着它一起起舞。26年的教学，让我在这几十平方米的空间，慢慢地变得自然、自信和自由。使我的人生也在这几十平方米的空间中，变得更加坚定、更加坚强和更加美好！我由衷地感谢我的老师，感谢每位相遇的学生，更感谢芭蕾舞让我更加学会了追求完美！

对芭蕾，继承传统兼博采众长。

对教学，一心一意重踏踏实实。

对学生，以心会心求以神传神。

对自己，献身艺术更追求理想。

我衷心地希望这本书的出版，能为中国芭蕾舞教育事业的发展尽一点微薄之力。在此，我将我的这份心意，以及我多年的教学成果，献给所有帮助过我的老师。

李春华

2014 年岁末于北京

目 录

上篇：师生情

师生缘	3
致我“最最最”亲爱的春华老师	5
李老师对于我的那些“第一次”	9
我尊敬的李春华老师	12
她教授给我的不仅仅是芭蕾舞——我的老师李春华教授	14
您是我的榜样	16
爱的蒲公英——献给我的恩师李春华	18
润物细无声	23
幸福地遇到了您	25
是您让我变得与众不同	27

下篇：教学课例

1998 年 97 级大二下学期芭蕾基训课	31
1998 年 97 级大二下学期芭蕾基训课	50
2008 年 06 级大三上学期芭蕾基训课	66
2009 年 06 级女班毕业课	90

2011 年 08 级女班毕业课 126

2012 年 10 级大二下学期考试课 147

2013 年 10 级女班毕业课 161

2014 年北京名师大师课 178

上篇 师生情

