

民族民间舞蹈教学中的文化渗透

陈欣如

(武昌职业学院, 湖北 武汉 430202)

摘要: 本文深入探究了深化舞蹈艺术内涵,促进舞蹈技艺与文化的融合、增强民族文化自信,促进文化传承与发展、促进综合素质提升,培养全面发展的人才等意义,也深入分析了民族民间舞蹈教学中藏族舞蹈教学、蒙古族舞蹈教学、融合民族文化于烟盒舞教学、藏族舞蹈编排、维吾尔族舞蹈教学等策略,旨在更好地将民间舞蹈与文化进行融合,使学生在在学习舞蹈的同时能够使文化也得到更好的发展。

关键词: 民族民间舞蹈; 藏族舞; 蒙古舞

引言: 《关于进一步加强非物质文化遗产保护工作的意见》阐释挖掘民间文学的时代价值、社会功用,创新表现方式。提高传统音乐、传统舞蹈、传统戏剧、曲艺、杂技的实践频次和展演水平,深入实施戏曲振兴工程、曲艺传承发展计划,加大对优秀剧本、曲本创作的扶持力度,增强表演艺术类非物质文化遗产的生命力。推动传统体育、游艺纳入全民健身活动。继续实施中国传统工艺振兴计划,加强各民族优秀传统手工艺保护和传承,推动传统美术、传统技艺、中药炮制及其他传统工艺在现代生活中广泛应用。将符合条件的传统工艺企业列入中华老字号名录,支持符合条件的传统医药类非物质文化遗产代表性传承人依法取得医师资格。丰富传统节日、民俗活动的内容和形式,深入实施中国传统节日振兴工程。民间舞蹈作为其中的一部分,高职院校应该更高地重视,这样才能够促进民族民间舞蹈传承与发展。

一、民族民间舞蹈教学中文化渗透的意义

(一) 深化舞蹈艺术内涵,促进舞蹈技艺与文化的融合

民族民间舞蹈作为中华民族传统文化的重要组成部分,承载着丰富的历史记忆、民俗风情、宗教信仰和社会生活等多方面的文化内涵。首先舞蹈不仅仅是身体动作的组合,更是文化精神的体现。其次,学生在掌握舞蹈动作技巧的同时应了解并融入相关的文化背景知识,着可以使学生的舞蹈表演更加自然流畅、富有感染力。此外,在深入理解舞蹈文化内涵的基础上,学生能够更加灵活地运用舞蹈语言进行创作和表演,形成独特的艺术风格的同时通过对不同民族舞蹈文化的比较和学习,能够提高审美鉴赏能力,为舞蹈艺术的创新和发展提供源源不断的灵感。

(二) 增强民族文化自信,促进文化传承与发展

在全球化日益加深的今天,民族民间舞蹈教学中的文化渗透还有助于促进国际文化交流与理解。学生可以通过在社交平台上展示和分享本民族的舞蹈文化,增进自身对其他民族文化的了解和尊重,促进不同文化之间的交流与融合,让其他国家的人们也能够能够在社交平台中深入地了解 and 感受不同文化的独特魅力,从而增进彼此之间的了解和尊重,甚至国外友人还可以与学生进行沟

通和交流,使学生对国外文化也有一个深刻的了解。这种跨文化的交流与理解不仅有助于构建更加和谐的世界文化格局,也为民族文化的国际化传播提供了新的机遇和平台。

(三) 促进综合素质提升,培养全面发展的人才

学生在学习民族舞蹈的过程中,可能会遇到各种困难与挑战,这就使他们在一次次挑战自我的过程中,能够培养出坚韧不拔、勇于探索的精神品质,使学生在不同的团体中能够更好地融入其中,具备一定的社会交往能力,使学生们即使到了不同的领域中,也能够有更好的适应能力。学生能够在不同舞蹈的学习之中,了解到不同舞蹈文化的内涵,更加灵活地运到各个舞蹈的编排与创作当中,这不仅会使学生在舞蹈领域实现个人价值的最大化,也能够为他们在科技创新领域的发展提供重要的支撑。

二、民族民间舞蹈教学中文化渗透的策略

(一) 藏族服饰文化: 舞蹈教学实践与文化传承

教师在“藏族舞”的教学实践中,可以利用藏族丰富多彩的服饰文化作为切入点,通过实物展示或虚拟现实技术,向学生全方位展示藏族宽大的男士藏袍的设计不仅适应高原地区温差大的气候特点,也蕴含着藏族人民崇尚自由、宽广的精神世界;女士以宝石蓝、翠绿等新鲜色彩为主,搭配精美的银饰和刺绣体现的是藏族人民对美好生活的向往和对自然之美的崇尚,让学生通过细致观察地观察藏族服饰的方式,来探讨这些服饰元素与藏族人民的生活环境、宗教信仰及历史传统之间的深刻联系,这可以使学生在深刻理解藏族服饰文化内涵的基础上,能够更加准确地把握藏族舞的动作韵律和情感表达,使舞蹈与服饰风格更好地结合。基于此,高职院校可以举办一场“多彩民族风”的舞蹈展示活动,让学生可以根据自己所穿的服饰的风格特点,演绎一段原汁原味的藏族舞蹈(热情奔放的锅庄舞或柔美细腻的弦子舞),还可以将不同的物种进行融合,让学生能够在这其中体验到舞蹈与服饰的完美融合的同时还能体会到不同舞蹈之间的融合,以此来激发他们对藏族乃至中华民族传统文化的浓厚兴趣和自豪感,从而更好地激发学生保护与传承优秀传统文化的意识。

（二）蒙古族舞蹈教学：技能提升与文化品格培养

在民族民间舞蹈教学的广阔舞台上，蒙古族舞蹈不仅为学生提供了学习丰富舞蹈动作、独特韵律和鲜明节奏的平台，更成为培养学生文化品格的宝贵资源。教师在讲授蒙古舞蹈时，可在完成蒙古族舞蹈的基础教学后，安排一次以“蒙古族文化探索”的项目作业，鼓励学生走出课堂，利用图书馆、网络资源或实地探访的方式，深入探究蒙古族舞蹈背后的文化内涵。在课堂上教师会组织一次“蒙古族文化分享会”，首先让学生将挖掘到的蒙古族的历史故事、宗教信仰、生活方式以及传统节日等进行讲述，有的学生可能会讲述成吉思汗的传奇故事对蒙古族舞蹈风格的影响，还有的可能会展示蒙古族的服饰演变，以及这些服饰如何反映着蒙古族人民的审美追求和自然环境的适应策略。在学生分享后，教师会播放蒙古族舞蹈的经典片段，让学生以小组的方式进行学习，以此来感受蒙古舞蹈的艺术魅力，感受它承载的历史记忆和文化价值。教师通过这样的教学活动，不仅能够提升学生的舞蹈技能，还能够拓宽学生的文化视野，增强文化自信，逐步形成包容多元、尊重差异的文化观念，让学生能够成为具有深厚人文底蕴和广阔国际视野的新青年。

（三）融合民族文化于烟盒舞教学：激发认同

教师在将民族文化与民族民间舞蹈教学融合的过程中，应该具备高度的文化敏感性和传统意识，深刻理解民族文化不仅是舞蹈动作的背景，更是其生命力的源泉。教师在讲解“云南彝族烟盒舞”之前可详细介绍彝族烟盒舞起源于云南省中部和南部彝族聚居区，起初是彝族青年在夜晚聚会时，手持烟盒弹跳娱乐的一种形式，后来逐渐发展成为一种集歌唱、舞蹈、乐器演奏于一体的综合性艺术形式。烟盒舞的动作丰富多变，既有模拟动物形态的舞蹈，也有表现劳动生活、爱情故事的情节，其独特的节奏感和韵律感，充分展现了彝族人民的乐观精神和创造力。当学生对彝族的历史、生活习俗以及“烟盒舞”的起源和发展有一定的理解之后，教师还会通过播放“云南彝族烟盒舞”文化相关纪录片的方式，让学生直观感受到烟盒舞背后深厚的文化底蕴，学习到烟盒舞的具体动作和技巧，以此来进一步加深学生对于烟盒舞及其内涵的理解，提升学生舞蹈的技能，激发他们的文化认同感，促进对多元民族文化的尊重与欣赏。

（四）藏族舞蹈编排：技艺锤炼与文化创新的深度融合

舞蹈的编排不仅仅是技艺的锤炼，更是文化与创新思维的碰撞融合，其要求学生不仅能够熟练地掌握舞蹈动作，还能够深刻地理解舞蹈背后的民族文化精髓，这样才能够创造出既符合舞蹈艺术规律，又能深刻反映民族特色的舞蹈作品。教师在编排藏族舞蹈的时候，鼓励学生结合藏族人民的宗教信仰、生活习俗、自

然环境等元素，设计出既能体现藏族舞蹈“颤、开、顺、左、绕”五大特点，又能深刻反映藏族文化精神的舞蹈动作。比如：教师可以告诉学生借鉴藏族人民转经筒、献哈达等日常行为，将其融入舞蹈动作之中，通过肢体的延展与旋转，展现出藏族舞蹈特有的流畅与和谐；将藏族舞蹈中快慢相间、强弱对比与藏族音乐节奏进行紧密结合，这样才能够更好地表达出藏族人民的情感。教师通过这样的编排，不仅能够加深学生对藏族舞蹈动作技巧的理解与掌握，也能够让他们在创作的过程中体验到藏族文化的魅力，从而促进学生舞蹈编排能力的发展，增强他们的文化认同感和文化自信。

（五）维吾尔族舞蹈教学：释放神韵

教师在讲授“维吾尔族舞蹈”的时候，可能会看到有一些学生常常会遇到虽然能够准确记忆舞动动作，但在表演时难以展现出维吾尔族舞蹈应有的韵味和风情。教师针对这个问题对学生进行分析发现很多学生是因为缺乏对维吾尔族文化的理解，导致体态和韵律无法与舞蹈动作完美融合。基于此教师播放维吾尔族的生活纪录片、传统节日庆典视频，以及经典的维吾尔族舞蹈表演，让学生能够身临其境地感受维吾尔族文化的独特魅力。如：维吾尔族舞蹈中常见的“移颈”“翻腕”“弹指”等动作，都是对维吾尔族人民细腻情感和丰富生活体验的生动再现。当学生观看结束后，教师会让学生根据自己的理解再跳一遍，发现确实有更多的学生进步了。教师通过这样的教学方式，不仅能够使学生掌握维吾尔族舞蹈的技艺，还能够在舞蹈中真正释放出维吾尔族舞蹈的神韵与魅力。

三、结束语

随着教学的深入，学生们逐渐意识到，每一个舞蹈动作背后都承载着深厚的文化意义与民族情感。因此，学生应该更好地学习民族舞蹈，就爱那个民族舞蹈发扬光大，让民族舞蹈能够在更广阔的舞台上展现出独特的文化魅力与自信风采，从而推动民族民间舞蹈教学的发展。

参考文献：

- [1] 孙思晗. 民族文化渗透于民族民间舞蹈教学中的策略分析[J]. 大观(论坛), 2024, (04): 153-155.
- [2] 李韵葳. 高校民族民间舞蹈教学与传统文化的融合研究[J]. 尚舞, 2023, (07): 90-92.
- [3] 李诗雨. 做心灵的舞者——谈高校民族民间舞蹈教学中的文化渗透[J]. 戏剧之家, 2022, (08): 115-117.
- [4] 陈思杨. 基于高职高专民族民间舞蹈教学中的民族文化渗透对策分析[C]// 福建省商贸协会. 华南教育信息化研究经验交流会 2021 论文汇编(四). 铜仁幼儿师范高等专科学校; 2021: 4.