

基于壮族舞蹈特点的教学路径探索

雷荣欢

广西百色靖西市职业技术学校, 广西 百色 533800

DOI: 10.61369/VDE.2025050030

摘要： 新时代下，人们对舞蹈艺术的审美观念与需求发生了新的变化，部分民族舞蹈在教学传播上遇到了许多问题。为了确保壮族舞蹈的传承与发展，相关教师应基于壮族舞蹈特点，创新探索新的教学路径。基于此，本文将浅析壮族舞蹈的特点，以及基于壮族舞蹈特点的教学路径，并探讨学生学习壮族舞蹈中存在的问题及解决对策。

关键词： 壮族歌舞；舞蹈特点；教学路径

Exploration on Teaching Paths Based on the Characteristics of Zhuang Nationality Dance

Lei Ronghuan

Jingxi Vocational and Technical School, Baise, Guangxi 533800

Abstract： In the new era, people's aesthetic concepts and needs for dance art have undergone new changes, and some ethnic dances have encountered many problems in teaching and communication. In order to ensure the inheritance and development of Zhuang dance, relevant teachers should innovatively explore new teaching paths based on the characteristics of Zhuang dance. Based on this, this paper will analyze the characteristics of Zhuang dance and the teaching paths based on them, and discuss the problems existing in students' learning of Zhuang dance and the solutions.

Keywords： zhuang song and dance; dance characteristics; teaching path

引言

壮族是中华民族中的重要组成民族之一，古代的壮族先人“靠山吃山”，依靠山林间的丰富资源与耕地，代代相传延绵至今。壮族人们对于自然风光、农耕劳作始终抱有一颗敬畏之心。在此背景下，壮族舞蹈以其欢快的动作节奏、夺目的独特风格和别具一格的深厚文化，展现了壮族人民的民俗特点与地域风情。当前，相关教育人员，应基于壮族舞蹈的特点，对壮族舞蹈教学路径进行创新改革，推动壮族舞蹈在现代社会收获更多观众的喜爱。

一、壮族舞蹈的特点

（一）动作节奏

结合相关研究可知，壮族舞蹈的韵律特质呈现出内敛与舒展的辩证统一关系。壮族舞蹈艺术在节奏速率、肢体延展度及情感表现强度方面并不追求极致，而是借助细腻、克制的动态语言传递其深层意蕴。当这些动作元素有机组合时，便形成了温婉、协调的韵律特质，这正是壮族舞蹈内敛性的典型表现。基于这一特性，舞蹈编排中鲜少出现如空翻、旋转等高难度技巧动作。从外部表现形态观察，舞者要准确传达内敛特质，必须保持四肢动作的韵律协调，由此印证了内敛与舒展的统一性^[1]。值得注意的是，壮族舞蹈与其伴奏音乐存在紧密关联，通过音乐分析可知，其韵律往往需要展现原始、质朴、豪放的特质，以此传递壮族特有的文化韵味。例如，许多壮族舞蹈的律动都来自对劳动生活的模仿，比如扁担舞中，演员手拿扁担，并用扁担左右击打的动作

来再现农民在劳动时进行的所有工作，比如犁地、播种、浇灌、收割、脱粒、磨面等。采茶舞就再现出了壮族人民在采茶的过程中出现的一系列动作，包括抓取茶叶、提篮走路等，具有十分浓厚的生活气息。

（二）风格独特

壮族舞蹈的艺术特质与传统舞蹈的柔美风格形成鲜明对比，其独特魅力源自自然景观的雄浑与灵秀交融。从创作层面来看，这种舞蹈艺术具有极高的自由度，壮族民众将日常生活中的所见所感转化为丰富的舞蹈语汇。由于创作素材的多样性，早期各支系舞蹈呈现出明显的风格差异，但随着文化交流的深入，这些原本各具特色的舞蹈元素逐渐相互渗透，最终演变为现今广为流传的现代壮族舞蹈形态。这种经过融合创新的舞蹈形式，既能展现群峰巍峨的磅礴气势，又能传递溪流潺潺的婉约之美^[2]。值得注意的是，壮族舞蹈的多样性还体现在其丰富的表现形式上。以双人舞为例，表演者通过性别分工，男性舞者着重表现雄浑刚健的

特质，女性舞者则侧重展现柔美灵动的韵味，二者相辅相成，共同构成完整的艺术表达。此外，壮族舞蹈的独特还体现在色彩鲜艳、丰富多样的服饰。壮族舞蹈服饰的主色调主要为红、蓝、黑，这些鲜明的颜色组合在一起，形成强烈的视觉冲击，展现出壮族人民热情奔放的一面。

（三）文化深厚

壮族舞蹈形式丰富多样，各类舞蹈在壮族传统社会生活中承担着特定的功能。以战争题材的舞蹈为例，表演者通过夸张的肢体语言和强烈的表现力，生动再现战场上的激烈场景，这种充满力量感的舞蹈风格与日常舞蹈形成鲜明对比。在众多生活类舞蹈中，采茶舞以模拟采茶动作为核心，展现了壮族人民对美好生活的追求；绣球舞则将舞蹈艺术与体育竞技完美融合，以其独特的艺术魅力广受欢迎；而源自捕鱼劳作的捞虾舞，其创作理念与绣球舞有着异曲同工之妙，都是对生产活动的艺术化再现^[3]。此外，壮族的婚礼、丧葬等民俗活动也都有相应的舞蹈。婚礼中欢快欢喜的舞蹈是表达对新人良好的祝福，葬礼仪式中端庄正式的舞蹈是表达对逝者深深的哀悼和对生命的敬畏。民间舞蹈是壮族婚丧习俗的一部分，与壮族独特的民间祭祀方式一起，呈现壮族特色的传统文化面貌，表达壮族在不同日常生活中所流露的情感和文化的传承^[4]。

二、基于壮族舞蹈特点的教学路径分析

（一）挖掘壮族舞蹈文化元素，完善教学内容

首先，深入挖掘与研究壮族舞蹈的原始形态与演变过程。壮族舞蹈多来自农耕文化，如“绣球舞”是表达男女之恋爱之情的活动。教师可与专家学者合作，搜集民间艺人通过口头传来的关于舞蹈动作、服饰特征与配乐场景等方面的原始形态资料，建立壮族舞蹈文化档案库，以丰富舞蹈教学内容的真实性、原初性。其次，从舞蹈动作中提炼出的文化寓意性信息，转化为具体实用的教育模块。在壮族舞蹈中时常出现的“三道弯”“横摆步”姿势，可以在模仿秧苗迎风摆动或是溪水蜿蜒前行时作为“仿生”练功模块；“铜鼓图形”手势，则可以在舞组合中嵌入，学生通过模仿这些手势可以领会到早期壮族人民对生活的热爱与追求^[5]。此外，也可以借用壮族“歌圩”的观念，将舞蹈与民间活动如对歌、抛绣球等相糅合，形成沉浸式戏剧化教学，强化文化体验的一致感。再者，教师在教学中应实现教学语言的“文化转译”，避免技术术语“消解”壮族舞蹈的文化内涵。比如可用“模仿山风拂过竹林的韵律”帮助学生理解“颤膝”动作，而不局限于肌肉控制；又如以“踩云步”替换“小碎步”表达壮族人民对于云绕山丘的诗歌意境，或是将壮锦上的菱形、回字纹等壮族服装图案做成舞蹈道具，以“火塘”“鼓楼”布置教室空间，以建立视觉性文化情景^[6]。同时，教师还可以构建动态性的传承教学体系，使传授的舞蹈教学内容与新时期审美需求相适应。对此，教师可以邀请非物质文化遗产传承人参与到教学设计当中，拍摄动作分解视频、文化解说音频；鼓励学生以壮族舞蹈元素为基础进行改编，在运用电子音乐与街舞节奏呈现“师公舞”，或以新媒体艺

术展示“扁担舞”，以实现壮族舞蹈的创新传承。

（二）优化壮族舞蹈音乐教育，强化学生节奏感知

首先，应解构壮族音乐节奏素材。壮族的音乐特征有“长短错落、稀疏有致”，比如“天琴”的表演就是以“三拍子+切分”的混合节奏进行，时而与“春米舞”的脚步节奏相呼应；而“铜鼓”演奏的音乐“强弱更迭”，则暗含着“蚂拐舞”的模仿青蛙跳跃时的停顿感。教师可以联合壮族音乐家利用当今音乐分析软件提取出壮族音乐的核心节奏类型，建立“节奏档案库”，为教学活动提供科学的信息资源支持。其次，创设“音乐-舞蹈”联动感知教育模式来提升对节奏感的具象化训练。一方面，创设一种“听觉-动感”转换的游戏，如播放一首壮族歌谣，并要求学生根据“波浪步”“甩手舞”等舞蹈动作作出与音调高低起伏相应的身体律动。另一方面，采取“节奏分割-整合”教育模式，如“师公舞”的“慢-快-急”的三段式的节奏进行分割成单独段落，并由学生敲击竹子、拍手等方式反复学习直到其熟练完整地整合为一段舞蹈^[7]。同时，采用数位化工具，开发设计“壮族节奏训练软件”，运用视觉化的音频图表及动作追踪的功能，实时反映学生节奏准绳度及躯体协调度。此外，教师还可尝试开辟新的方式进行节奏练习，激活学生的创意思维。譬如可以组织一个“壮族节奏电子化”的工作坊，让学生尝试将铜鼓节奏与电子节奏混合编配，形成一种与时俱进的舞蹈音乐；或组织“光影化节奏剧场”的活动，运用投影技术将云雷纹、蛙形纹等壮族图案的动作形态与舞蹈的节奏一同呈现，使学生获得视觉、听觉上更加深入的沉浸式参与体验。

（三）创新壮族舞蹈实践展演，促进传承弘扬

教师在壮族舞蹈教学中可以创新壮族舞蹈实践展演活动，并大胆融入现代元素，赋予壮族舞蹈新的活力。在舞蹈编排上，可以借鉴现代舞蹈的编舞技巧，运用新颖的肢体语言组合、复杂的空间调度，打破传统壮族舞蹈的动作范式与队形变化。例如，教师可以将壮族舞蹈中的蛙形舞姿与街舞中的地板动作有机融合，创作出兼具民族风情与现代时尚的舞蹈片段。在音乐创作方面，教师可以将壮族音乐与流行音乐、电子音乐等现代音乐相结合。在保留壮族舞蹈音乐中铜鼓、锣等打击乐器的节奏特色的基础上，融入现代乐器编曲，或采用说唱、电子混音等形式重新演绎传统壮族音乐^[8]。例如，教师可以利用电子音乐器材改编壮族三月三对歌的旋律，使传统壮族音乐焕发新的魅力，从而吸引年轻观众的目光。此外，在展演过程中，教师还可以借助全息投影、LED 大屏幕等现代化舞美设计，营造出沉浸式壮族歌舞情境，展现出壮族村寨迷人的自然风光，让演员和观众都能身临其境地感受壮族文化，提升展演活动的视觉冲击力与艺术感染力。除此之外，教师应突破传统舞台展演的单一形式，探索多元化的展演模式。比如采用现场剧场演绎的方式，在壮族特色的村庄或社区活动中心设置演出地点，让观众可以自行走动，到更近的地方欣赏或者亲自上台参与舞剧的表演^[9]。同时，教师也要利用好互联网和社交媒体工具打造线上展演。将高清的学生表演视频上传到抖音、微信视频号以及哔哩哔哩等视频平台上，并用精巧的剪辑、热门的话题吸引更多人关注与转发。同时，也可以录制视频微课

或慕课视频，上传至线上教学平台，让更多人能够在线上学习和鉴赏到壮族舞蹈。

三、学生学习壮族舞蹈中存在的问题及解决对策

互联网时代下，人们对事物的兴趣也变得多元化，然而，壮族舞蹈渐渐被人们淡忘，一些学生在学习的过程中开始消磨热情，随着时间的流逝会将学习兴趣逐渐失去。再加上学习壮族舞蹈是件辛苦的事，也会出现部分学生因学习吃力而选择放弃学习壮族舞蹈的情况，这将会使壮族舞蹈的教学受到严重的影响。同时，缺少演出机会，也会对壮族舞蹈教学造成一定影响^[10]。针对现代多元化事物的影响，教师可用互联网平台进行壮族舞内涵的发布与展演，添加现代的成分去适应现代人的审美要求，让学生深刻理解与接受壮族舞的精神内涵，从而促进其学习的兴趣与热

情，这对于提高壮族舞教育水平十分具有积极意义。再者，针对学生想表现自我的需求心理，壮族舞蹈教学单位可以组织学生开展公益活动，此措施不仅可以实现学生的自我表达需求，还起到传播壮族舞蹈文化的作用。

四、结语

综上所述，通过基于壮族舞蹈特色的创新教学路径，壮族舞蹈教育将突破“口传心授”的传统教学模式，在现代社会发扬壮大，成为连接民族音乐基因、舞蹈语言与文化精神的重要桥梁。在此背景下，教师应更新教育理念，以“壮族舞蹈解码者”的身份，引导学生从一段段节奏、一个个动作中触摸一个壮族人民的文化记忆，使壮族舞蹈教学真正实现“以乐载舞，以舞传文”的深层价值。

参考文献

- [1] 王芳. 桂西南壮族仪式舞蹈研究 [J]. 尚舞, 2024, (24): 99-101.
- [2] 王笛. 基于文化自信视域下壮族舞蹈表演形式创新与非遗保护 [J]. 尚舞, 2024, (17): 111-113.
- [3] 王婵. 壮族特色舞蹈融入高职舞蹈教育专业教学的价值表现及路径——以壮族扁担舞为例 [J]. 广西教育, 2024, (15): 160-164.
- [4] 施聪慧. 新课程标准视域下少数民族地区义务教育阶段的舞蹈地方课程研究——以广西壮族自治区为例 [J]. 尚舞, 2024, (03): 117-119.
- [5] 韦联春. 壮族扁担舞纳入高职学前教育专业舞蹈教学的实践研究 [J]. 戏剧之家, 2024, (03): 115-117.
- [6] 卞蓓蓓. 广西高校体育舞蹈教学融入壮族舞元素的路径探索 [J]. 广西教育, 2024, (03): 160-163.
- [7] 艾芷苓. 广南壮族舞蹈在中小学舞蹈美育中的运用研究 [D]. 云南师范大学, 2023.
- [8] 冯子钰. 族群文化视角下广西壮族舞蹈发展研究 [J]. 歌海, 2022, (03): 10-13.
- [9] 李珊珊. 群众艺术教育 with 民族文化弘扬的契合性研究——以壮族非遗舞蹈“扁担舞”为例 [J]. 新纪实, 2021, (23): 87-90.
- [10] 朱萍玉. 壮族体育舞蹈与民族院校体育教学融合路径分析 [J]. 文化创新比较研究, 2020, 4(05): 62-63.