

非遗舞蹈融入高校舞蹈教学的实践路径与价值

——以云南河口瑶族盘王舞为例

白艾迪 朱致诺

云南民族大学 云南昆明 650500

摘要: 云南省红河州哈尼族彝族自治州河口县的盘王舞作为非物质文化遗产,是瑶族历史文化与族群记忆的“活态”载体。因独特的地域文化与跨境背景,蕴含者丰富的文化价值。以民族非遗的独特价值体系,研究基于文献分析法和田野调查法,系统的对河口瑶族进行实地考察,系统探讨盘王舞繁荣历史溯源,艺术形态和多元价值。

关键词: 非遗舞蹈; 云南河口瑶族舞蹈; 盘王舞; 价值探究

引言

本文以云南河口瑶族盘王舞为研究对象,聚焦非遗舞蹈融入高校舞蹈教学的实践路径与价值。通过分析盘王舞的文化独特性与传承困境以及舞蹈动作及风格,结合现有实践的局限性,提出非遗舞蹈走进高校舞蹈教学的实践路径,在教学体系上,探索文化解读、动作解构、创新重构的三阶教学模式。在方法创新上,开发情景式教学与数字化田野采风相结合的新型手段。在价值挖掘上,重点阐释其在文化传承、学生专业素养提升及跨境文化交流中的多重意义。这一研究不仅为少数民族非遗舞蹈的高校传承提供实证方案,也为跨境民族文化教育的创新发展提供理论参考,最终实现“以舞育人,文化强边”的双重目标。

一、盘王舞的文化意义与艺术特征

(一) 盘王舞的文化意义

盘王舞也称“还盘王愿”是应用于盘王(盘瓠)民俗活动中的全部,旨在缅怀盘王功德,祈求保佑村寨五谷丰登,人丁兴旺,展现瑶族人民对于美好生活的追求。在历史的发展中,逐渐加入了庆祝丰收等色彩,从娱神到娱功能的转变,瑶族盘王舞的溯源大多选自瑶族的度戒仪式,瑶族入教必须举行受戒仪式,一般为10岁的青

年男子,入教仪式称“度戒”,以得到庇佑,得到族群的认可,度戒仪式的主持者一师公和道公,便是舞蹈的表演者。二者在服饰的穿着、道具的运用以及动作的韵律特点和舞蹈的结构形式等方面都有着明显的区别。瑶族在长期的历史迁徙过程中与汉族不断融合,吸收汉族道家到瑶族的信仰体系中,道教舞蹈与瑶族原始祖先崇拜舞蹈盘王舞也紧密结合,自成一个较完整的民族民间舞蹈体系,形成了现在种类繁多的盘王舞。

(二) 盘王舞的艺术特征

云南河口瑶族盘王舞有师公舞和道公舞两个派别,师公跳的舞蹈称“师公舞”,属于武舞,以铜铃、三清令筒、罗帛、花带等为道具。道公跳的舞称“道公舞”,属于文舞,道具以大锣、法钹、三清剑、铜铃等。舞蹈以打击乐为主,与《盘王歌》吟唱,长鼓演奏,特定服饰相结合,构成综合性艺术展演。舞蹈使用的道具有刀、同典、簪、罗白、花带、面具等。舞蹈形式众多,有独舞、双人舞、三人舞、四人舞、群舞等。盘王舞其脚下舞蹈步伐丰富,舞步有行罡步、动鼓步、镇帅步、八卦步、九角步等14种,舞蹈时体态显露出“弓”型的肢体形态,瑶族人民常年居于高山之上,以种植芭蕉为生,播种、摘蕉等动作无不透露着弯腰弓背的体态特征。而民俗仪式中屈膝弓背的体态,是其表达对祖先的敬仰及膜拜之情。舞蹈动律是一顺边的舞蹈动律,这是指左手左脚或右手右脚同时摆动,在手脚来回晃摆的过程中形成的一种“摆”的律动。这也是大部分瑶族舞蹈的基本动律,舞蹈中多为民俗仪式中“跳、颠、颤”的形态,因舞蹈为男士舞,盘王舞主要是民俗活动的舞蹈,所以盘王舞基本是男士跳的舞蹈,其动作刚健有力,粗犷奔

作者简介:

- 1.白艾迪(2002.04-),女,回族,云南开远人,研究生,云南民族大学,舞蹈教育专业研究生。
- 2.朱致诺(2001.02-),女,汉族,山东济南人,研究生,云南民族大学,舞蹈教育专业研究生。

放，游刃有余，舞蹈刚柔相济，古朴大方，屈膝而下，弹力轻盈，舞者心地虔诚，情感饱满，艺术感染力强，有明显的艺术特征。

二、盘王舞的传承现状

河口瑶族盘王舞蹈传延至今，在面对社会、经济、文化的转型，濒危状况极其严重。一是传承人年老体弱，并且相继去世，人数越来越少，传承尤其艰难；二是跳盘王舞的相关仪式活动逐年减少，传承人参加跳盘王舞机会少，造成动作生疏，不流畅，不规范；三是年轻人外出打工多，接触、学习盘王舞机会少，有机会的因受其他文化影响，都不愿意学习跳盘王舞；四是盘王舞套路多，步伐难，程序复杂，达到并熟练掌握其套路、步伐需要长久学习训练方可掌握，以上都是濒危的因素，需我们重视其舞蹈文化的传承。传统民俗仪式的“小众化传承”依赖师公群体与创新转化的“大众化传播”舞台艺术改编之间存在结构性张力，需通过高校教育构建可持续传承体系。都是濒危的因素，需我们重视其舞蹈文化的传承。

三、盘王舞融入高校舞蹈教学的实践路径

（一）教学体系的构建

随着社会的进步，舞蹈的地位也逐渐的重要，学校应开设《云南河口瑶族盘王舞舞蹈课》这类课程作为教学深度的保障，进行系统性，专题性的教学，全面的传授盘王舞的仪式流程，核心动作和风格特色以及文化背景。并且融入现有的课程体系，将盘王舞的动作组合，风格性片段为重要的章节，融入《中国民族民间舞》主干课程的教学中，除了让学生接触藏、蒙、维、傣、这些五大名族之外等等同等重要的少数民族舞蹈。并且开发与设计其课程，教材是课程内容的物质载体，是保证教学规范性传承性准确的基石，其教材内容应包括盘王舞蹈历史渊源与文化，单一动作，单一短句和单一组。同时加强师资建设，高校教师负责文化理论讲授与舞蹈美学分析，定期赴河口开展田野调研；非遗传承人驻校授课，承担传统套路传习与鼓乐伴奏教学，跨境文化专家通过线上研讨参与课程设计，解读盘王舞的跨境传播路径。

（二）情景式教学方法的创新

教摒弃传统式的老师主导的教学，以文化讲解和动作模仿和情感体验相结合的方式，讲解动作蕴含的文化意义更有助于学生去更好的把舞蹈动作表现出来，比如鬼脚步又称为神脚步，是人与神互通交流的过程，帮助学生建立文化的认知，从动作的单一进行讲解帮助学生

更好的学习其舞蹈动作，同时进行情境体验，通过播放仪式的音乐，讲述盘王的传说，布置简易的场景，模仿度戒的场景，让学生感受到度戒的仪式特征，并且加入舞蹈道具的使用，引导学生代入瑶族文化的情境中，还可以运用到AI的编舞技法和AI的动作的分析，把科技运用到舞蹈课堂当中，从模仿上升到体验，追求形似和神似的统一。

（三）田野采风的教学方法创新

课堂上和舞台上的舞蹈都是需要提炼的，而田野采风就是不可替代的一部分，特别是对于少数民族的舞蹈，也是获得舞蹈最本真的面貌之一，只有亲自去进行田野采风，和当地的传统老艺人学习，和她们一起同吃同住体验当地民族的生活，才能了解真实的舞蹈动作，很多互联网视频上的舞蹈动作都是经过改编过的，失去了一些原生态。组织学生奔赴云南河口进行田野采风，参加盘王节，并且参加度戒仪式，感受盘王舞的舞蹈动作的同时，感受盘王舞的舞蹈魅力。在课堂上对比资料中的瑶族盘王舞和采风之后盘王舞的不同，将田野调查的感受与反馈到舞蹈呈现中，完成从“学习者”到“理解者”的转变。

四、盘王舞融入高校舞蹈教学的价值

（一）文化传承价值

盘王舞进入高校实现非遗的活态传承与保护，通过系统的教学，使得这项古老的技艺从村寨走向高校，形成民间自然传承与校园自觉传承，学生们通过学习盘王舞的过程，深入理解瑶族的历史文化，盘瓠信仰，伦理观念和歷史意义，使其学生们树立了中华民族优秀传统文化的自信，学生能够亲身感受到中华文化的博大精深与各民族文化的独特价值。认识到不同支系的瑶族不同的生活方式，例如蓝靛瑶和门瑶的生活方式，了解到比如咬手恋华人舂粑粑等生活习俗，认识瑶族服装服饰的特点。同时了解度戒仪式，了解成人礼的过程，可通过当地田野调查和观看视频的方式，增强责任心和担当，并且在学习舞蹈动作的过程中了解到瑶族人民的劳动过程，深入感受劳动的不易，云南河口瑶族盘王舞还有其圆圈的形式，通过围圈跳舞的形式，树立学生的团结精神，增强少数民族自信心和爱国的精神。不仅仅是对舞蹈文化价值的学习，也是对音乐艺术的学习，从中可以传播很多的艺术知识

（二）提高学生专业素养

在高校中融入云南河口瑶族舞蹈，还能显著提高学

生的专业素养,云南河口瑶族盘王舞蹈下肢动作丰富,可训练其下肢的协调性,脚腕的灵活性和大腿肌肉等等的控制能力,比如文武步,一踩地的动作强调动作的刚劲有力,对于腿部肌肉的控制力有明显要求。同时许多的动作,比如舞蹈道具在舞蹈中式常见的项目,瑶族舞蹈道具丰富,可训练道具与身体的协调配合,同时在学习花带的组合时强调道具与身体之间的强韧有力,在学习鼓的组合的时候,边击鼓边舞蹈的方式,训练其学生对节奏的控制力和音乐的相配合,同时训练学生手腕的灵活性,配合花带的道具进行左右梭步,手顺时针或逆时针在身体前花圈,训练其手腕的灵活性,其舞蹈动作还有罗白的身体舞动,跳时舞者脖子挂罗白(类似哈达)站在坛前,从上屈膝,以膝盖部动作带动全身两边颤动,越跳越低,基本到地上,身体呈现画圆的律动,训练其身体的柔韧性,舞蹈动作时,眼随手动,头随手动,训练了脊椎的灵活性。

(三) 促进跨境舞蹈交流

云南河口是边境的城市,云南河口瑶族舞蹈也属于一个跨界的民族,支系众多,从唐宋朝代形成一个独立民族共同体,后因战乱和自然灾害不断向中国南方迁徙,到民国时期已分布在中国、越南、老挝、泰国等国家。两国瑶族有着共同的文化根脉,盘王舞是其中之一。保护好、传承好盘王舞这个一瑶族文化表现形式,对促进边疆稳定繁荣,民族和谐有着极为重要的国际意义,是我国文化软势力的具体体现,在国际上凸显了我国民族政策的先进性和优越性,践行中华文化各民族公平的普世价值,高校通过系统化、学术化的整理与传承基础,更能打造一个权威的,标准化的文化传播中心,使得高校成为向跨境瑶族社区展示文化的保护成果,重振文化自信的窗口,通过学习盘王舞,高校的教学活动能够有效的激活跨境瑶族的共同文化基因,在“一带一路”的背景下,将盘王舞从一个地方非遗性,提升为跨文化交流,增强中华文化国际的影响力。

(四) 提高教师组合创新能力

盘王舞复杂多变的节奏和粗犷奔放的动作风格,可

为高校舞蹈教学提供差异化素材,在编创教学组合的过程中进行反复的修改,动作与动作之间的连接具有一定的研究性,可进行传统元素与现代编舞技法结合的方式,进行一定节奏和方向与位置的变换,创作出融合传统与当代审美的作品,既保留鬼脚步和游表步等核心动作符号和动作要领以及动作风格,又通过舞台灯光、队形编排增强视觉表现力。这种创新实践不仅拓展了舞蹈专业课程资源,还培养了学生的文化转译能力,将民俗仪式中的动作改编为校园文化节表演片段,实现传统艺术的青年化表达。

结语

非遗舞蹈对于如今的社会具有无比重要的价值,将河口瑶族盘王舞融入高校舞蹈教学,是一项兼具理论与实践意义的积极探索。它成功地将高校的教育职能与非遗的保护使命相结合,形成了一种“教学相长、文化共生”的共赢模式。并结合了盘王舞的现状对于盘王舞的舞蹈风格以及文化意义和盘王舞的价值功能,运用到高校的盘王舞的具体实施中具有一定的可行意义,并提出具体的实践意义。盘王舞融入高校课堂能够成为一个可资借鉴的范式,为更多非遗表演艺术融入现代教育体系照亮前路,共同为中华民族优秀传统文化的永续传承注入不竭的活力。

参考文献

- [1] 佟伟. 非遗舞蹈融入高校舞蹈教学的实践路径[J]. 参花, 2025, (29): 156-158.
- [2] 李美虹, 陈宇. 非遗传统舞蹈在高校舞蹈教学中的保护与传承[J]. 齐齐哈尔高等师范专科学校学报, 2024, (03): 135-137+148. DOI: 10.16322/j.cnki.23-1534/z.2024.03.038.
- [3] 肖文朴. 瑶族“还盘王愿”仪式舞蹈概述[J]. 艺术探索, 2009, 23(06): 28-30.
- [4] 王林, 刘宇晴. 云南瑶族舞蹈及其舞蹈文化的分析研究[J]. 中国文艺家, 2022, (04): 58-60.