

非遗视域下少数民族舞蹈“活态传承”教学模式研究 ——以藏族舞蹈为例

熊文婷

豫章师范学院, 江西 南昌 333000

DOI:10.61369/EST.2025060011

摘 要 : 本文基于非遗视域, 深入探究藏族舞蹈“活态传承”的教学模式, 剖析当前少数民族舞蹈传承面临的挑战, 如教学方法、课程设置及学生文化认知等方面存在不足; 教学方式墨守成规、固定单一, 极大地影响了藏族舞蹈的“活态传承”效果。基于此, 本文提出创新教学方法、优化课程体系及提升师资水平等策略, 旨在构建更具成效的“活态传承”教学模式, 为藏族舞蹈文化的持续传承提供理论支持与实践指导。

关 键 词 : 非遗; 活态传承; 藏族舞蹈; 教学模式

Research on the "Living Heritage" Teaching Model of Ethnic Minority Dances from the Perspective of Intangible Cultural Heritage — A Case Study of Tibetan Dance

Xiong Wenting

Yuzhang Normal University, Nanchang, Jiangxi 333000

Abstract : From the perspective of intangible cultural heritage, this paper delves into the "living transmission" teaching model of Tibetan dance, analyzing the challenges faced in the current preservation of ethnic minority dances, such as deficiencies in teaching methods, curriculum design, and students' cultural cognition. The rigid and monotonous teaching approaches significantly hinder the effectiveness of "living transmission" in Tibetan dance. Based on this, the paper proposes strategies including innovative teaching methods, optimized curriculum systems, and enhanced faculty development, aiming to establish a more effective "living transmission" teaching model and provide theoretical support and practical guidance for the sustainable preservation of Tibetan dance culture.

Keywords : intangible cultural heritage; living heritage; Tibetan dance; teaching model

随着经济全球一体化进程的加速, 文化形式的趋同性日益加剧, 许多少数民族地区的传统文化面临边缘化的风险^[1]。非物质文化遗产以其“活态”特性, 通过口述、身传、心授等方式代代相传, 体现了人类社会的历史进程与伟大文明。然而, 社会变迁与现代化进程的加速对少数民族舞蹈的传承产生了深远影响, 使得“活态传承”成为当前非遗保护工作的核心任务之一。在此背景下, “活态传承”作为一种动态、开放的保护方式, 强调在传承过程中保持文化的生命力与适应性, 对于应对上述挑战具有重要价值。因此, 探索适合藏族舞蹈“活态传承”的教学模式, 不仅是对其文化价值的尊重, 更是对其未来发展的重要保障。

一、藏族舞蹈的文化内涵与特点

(一) 藏族舞蹈的文化内涵

1. 宗教文化影响

藏传佛教作为藏族文化的核心, 对藏族舞蹈的动作、服饰及道具等方面产生了深远的影响, 体现了宗教仪式与舞蹈艺术的深度融合^[2]。在藏族非遗舞蹈中, 许多动作形式直接来源于佛教仪式中的手势和体态。例如, 热巴舞中频繁出现的手印动作, 不仅具

有宗教象征意义, 还通过舞蹈化的表现手法传递出虔诚的信仰情感^[3]。通过这种形式, 藏族舞蹈成为宗教文化传播的重要载体, 使宗教信仰以一种更为生动和直观的方式得以传承。

2. 民俗文化体现

藏族舞蹈在节日、婚丧嫁娶等民俗活动中, 展现出丰富的表现形式, 深刻反映了藏族人民的生活习俗与文化传统。例如, 在藏历新年等重要节日中, 锅庄舞作为一种集体性舞蹈形式, 常常被用于庆祝活动, 其欢快的节奏和热烈的氛围, 充分体现了藏族

人民的乐观精神与团结意识^[4]。通过对这些民俗舞蹈的研究,可以深入理解藏族社会的价值观与伦理观念,从而揭示其在非遗保护中的重要地位。

（二）藏族舞蹈的风格特点

1. 动作风格

藏族舞蹈以其独特的身体姿态、步伐和手臂动作而闻名,这些动作风格不仅展现了藏族人民的生活习惯与审美情趣,还体现了其深厚的文化底蕴。例如,颤膝动作是藏族舞蹈中极具代表性的动作之一,它通过膝盖的连续颤动表现出一种沉稳而富有韵律的美感,同时也反映了高原地区特殊的自然环境对人体动作的影响。这些动作风格的形成,与藏族人民的生产方式、宗教信仰以及自然环境密切相关,构成了藏族舞蹈独特的艺术魅力。

2. 音乐特色

藏族舞蹈的伴奏音乐以其鲜明的节奏与悠扬的旋律而著称,为舞蹈表演增添了浓厚的艺术氛围。其音乐节奏通常以慢板起势,逐渐加快至高潮,这种变化不仅契合了舞蹈动作的发展逻辑,还营造出强烈的戏剧张力。在旋律方面,藏族音乐多采用五声音阶,音调高亢嘹亮,具有浓郁的民族特色,充分展现了藏族人民豪放的性格与对生活的热爱。

（三）藏族舞蹈的历史发展脉络

藏族舞蹈的历史可追溯至古代象雄时期,其发展历程经历了多个阶段的演变,形成了今天独具特色的艺术形式。在早期阶段,藏族舞蹈主要与原始宗教仪式相结合,用于祭祀祖先、祈求丰收等活动,这一时期的舞蹈形式较为简单,但已初步具备了藏族舞蹈的基本特征。随着藏传佛教的兴起,舞蹈逐渐与宗教仪式深度融合,形成了以热巴舞、锅庄舞为代表的一系列宗教性舞蹈形式。近年,随着社会经济的发展与文化交流的加深,藏族舞蹈开始吸收外来文化元素,并在保持传统特色的基础上进行了创新与发展。

二、藏族舞蹈“活态传承”教学模式的现状

（一）高校教学中的成果

近年,随着非遗保护意识的增强,高校在藏族舞蹈的教学与传承方面取得了显著成果。许多高校已将藏族舞蹈纳入专业课程体系,逐步形成了较为系统的教学内容和教学方法。例如,部分院校通过开设藏族舞蹈基础课程、专题研究课程及实践演出课程,为学生提供了全面学习藏族舞蹈的机会。此外,一些高校积极邀请藏族舞蹈非遗传承人或专家参与教学工作,以确保教学内容的原汁原味和文化的真实性^[5]。这些努力不仅培养了大量具备扎实舞蹈技能的专业人才,也为藏族舞蹈的“活态传承”奠定了坚实的基础。

（二）存在的问题

首先,教学方法单一的问题由来已久。传统的教学方式虽然能够帮助学生掌握基本的舞蹈技巧,却难以激发其对藏族舞蹈文化内涵的深入理解。其次,课程设置的合理性也制约了“活态传承”的有效实施。在高校的舞蹈课程体系,藏族文化相关课

程往往缺失或不足,导致学生缺乏对藏族历史、宗教、民俗等背景知识的系统了解,进而影响了他们对舞蹈文化的全面把握。最后,部分高校在课程设计上未能充分考虑“活态传承”的需求,忽视了实践教学与理论学习的有机结合,使得学生难以在实际表演中真正实现文化的传承与创新。

（三）学生对传统文化的认知度

学生对藏族文化的认知程度直接影响了“活态传承”教学模式的效果。然而,当前高校学生普遍存在对藏族文化了解不足的现象。一方面,由于课程设置中文化课程的缺失,学生缺乏接触藏族文化的机会;另一方面,现代社会的多元文化冲击及信息获取方式的碎片化,使得学生对传统文化的关注度逐渐降低。一项针对高校舞蹈专业学生的调查显示,超过半数的学生对藏族舞蹈的文化内涵仅停留在表面认识层面,对其背后的宗教信仰、民俗习惯等深层次内容知之甚少。这种认知度的不足,不仅限制了学生对藏族舞蹈的学习深度,也对“活态传承”目标的实现构成了严峻挑战。

三、影响藏族舞蹈“活态传承”教学模式的因素

（一）师资力量

教师作为知识传播的核心主体,其对藏族舞蹈文化理解的深度与专业技能水平,直接决定了“活态传承”教学模式的质量和效果。在当前高校舞蹈教育中,部分教师虽然具备一定的舞蹈教学能力,但对藏族舞蹈背后的宗教、民俗及历史文化的理解仍显不足,藏族舞蹈中的许多动作与仪式均深受藏传佛教的影响,若教师未能深入掌握这一文化背景,则无法准确传递其精神内核。

此外,教师的专业技能水平也至关重要,尤其是在模仿和演绎藏族舞蹈独特风格时,如颤膝、甩袖等动作的表现力。然而,目前高校舞蹈教师中,真正具备藏族舞蹈专业技能背景的人才相对匮乏,在一定程度上限制了教学内容的深度与广度。因此,加强师资队伍建设和提升教师对藏族舞蹈文化的认知水平与专业技能,是推动“活态传承”教学模式发展的关键所在。

（二）教学资源

教学资源是支撑“活态传承”教学模式的重要物质基础,包括教学场地、道具等多个方面。一方面,藏族舞蹈通常需要较大的空间以展现其舒展的动作与群体表演的形式,而部分高校的舞蹈教室面积有限,难以满足实际教学需求。另一方面,舞蹈道具的使用对于还原藏族舞蹈的文化氛围至关重要。例如,藏族舞蹈中常用的面具、经幡等道具不仅是舞蹈表演的重要组成部分,更是其宗教与民俗文化的象征。然而,由于道具获取成本较高且维护困难,许多高校在教学中往往简化甚至省略了这一环节,从而削弱了学生对藏族舞蹈文化的直观感受。

（三）社会文化环境

社会文化环境对高校藏族舞蹈“活态传承”教学模式的影响不容忽视,其中,社会对藏族文化的关注度以及文化产业的发展尤为关键。社会对藏族文化的整体认知水平,直接影响着高校学生对这一文化的学习兴趣与参与度。近年,随着国家对非物质文

化遗产保护的重视，藏族舞蹈逐渐进入公众视野，在一定程度上提升了其社会影响力。然而，由于文化传播渠道的局限性与大众审美偏好的多样化，藏族舞蹈在现代社会中的接受度仍然有限，使得部分学生在学习过程中缺乏足够的文化认同感与学习动力。

四、“活态传承”教学模式的构建策略

（一）创新教学方法

实践演出法是舞蹈教学中不可或缺的一环，尤其在“活态传承”教学模式中具有显著作用。结合教学实际情况，通过组织实践演出，学生能够在真实的表演环境中将所学知识转化为艺术表现力，并进一步深化对藏族舞蹈文化内涵的理解。因此，在藏族舞蹈教学中，高校应提供多样化的实践演出机会，如校内展演、文化交流活动及参与地方节庆演出等，以丰富学生的舞台经验，提升其综合能力。

（二）优化课程体系

1. 融入藏族文化课程

在藏族舞蹈“活态传承”教学模式中，融入藏族文化相关课程是提升学生文化素养的关键举措。在课程体系中增加藏族历史、宗教、民俗等文化课程，能够帮助学生全面理解舞蹈动作背后的文化逻辑与精神内核。例如，通过开设《藏传佛教与藏族文化》或《藏族民俗与节庆》等课程，学生可以系统地学习藏族文化的基本知识。此外，跨学科课程建设，也为藏族文化课程的融入提供了新的思路，如结合音乐学、美术学等相关学科内容。

2. 完善舞蹈技能课程

完善舞蹈技能课程，是“活态传承”教学模式的核心环节之一，其目标在于根据藏族舞蹈的特点与传承需求，优化课程设置，以提高教学效果。一方面，教师应根据藏族舞蹈的风格特点，如颤膝、甩袖等典型动作，设计针对性地训练模块，帮助学生掌握其技术要领。另一方面，教师应注重舞蹈技能课程与文化课程的有机结合，避免单纯的技术模仿，而是引导学生从文化角

度理解舞蹈动作的意义与价值。

3. 提升师资水平

一方面，加强教师培训。如前文所述，教师作为教学活动的核心主体，其对藏族舞蹈文化的理解深度与专业技能水平，直接影响“活态传承”教学模式的效果。因此，高校应定期组织教师参加藏族舞蹈文化研究与专业技能培训，邀请非遗专家、传承人或学者开展专题讲座与研讨会，帮助教师深入了解藏族舞蹈的文化背景与传承现状。同时，高校可以通过组织教师赴藏族地区进行实地考察与学习，增强其对舞蹈生成语境的直观感受与理解。通过系统化的培训机制，教师不仅能够更新知识结构，还能在教学实践中更好地引导学生进行“活态传承”。

另一方面，引进专业人才。为了进一步充实师资队伍，高校应积极探索引进藏族舞蹈非遗传承人、专家等专业人才的策略。这些专业人才不仅具备深厚的文化积淀与精湛的技艺水平，还能够为学生提供原汁原味的舞蹈教学体验。能够让学生直接学习到传统舞蹈的精髓与技艺。此外，高校还可以通过建立校企合作机制，与地方文化机构或艺术团体合作，共同培养专业人才。这种双重教学模式不仅能够弥补校内教师在民间艺术传承方面的不足，还能为学生提供更加多元化的学习资源与实践机会，从而全面提升“活态传承”教学模式的效果^[6]。

五、结语

综上所述，在非遗视域下，加强对少数民族舞蹈的传承，是一项兼具文化使命与时代意义的重要工作。而藏族舞蹈作为中华民族多元文化的重要组成部分，其“活态传承”不仅关乎文化基因的延续，更折射出中华文明在全球化语境下的生命力。未来，高校需要发挥教育主阵地作用，通过创新教学方法、优化课程体系、提升师资水平等措施，真正实现藏族舞蹈的“活态传承”。

参考文献

- [1] 王睿. 非遗文化传承融于高校艺术教学的实践 [J]. 美化生活, 2024(14): 187-189.
- [2] 林静欣. 论“非遗”舞蹈在高校舞蹈教育中的传承 [J]. 湖北成人教育学院学报, 2023, 29(4): 40-44.
- [3] 敬晓萍. 文化认同视域下藏族非遗舞蹈进校园的传承研究 [J]. 读与写 (中旬), 2021(8): 222.
- [4] 姜杨. 非遗视域下民族传统舞蹈教学体系构建研究 [J]. 大连大学学报, 2022, 43(4): 140-144.
- [5] 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(3): 135-137, 148.
- [6] 李恒子. 浅谈“非遗”舞蹈在高校舞蹈教育中的传承与弘扬 [J]. 当代音乐, 2024(8): 151-153.