

# 少儿民族民间舞兴趣培养实操路径与课堂设计

张雪

哈尔滨青年宫，黑龙江省哈尔滨市，150010；

**摘要：**本文聚焦于少儿民族民间舞兴趣培养，深入探讨其实操路径与课堂设计。通过分析少儿民族民间舞兴趣培养在促进身体发育、传承民族文化、培养艺术素养等方面的重要性，提出营造文化氛围、个性化教学、激励与评价等实操路径。同时，从课程目标设定、教学内容选择、教学方法运用和教学环节安排等方面详细阐述了课堂设计要点，并制定了兴趣指标和技能指标的实施效果评估体系。旨在为少儿民族民间舞教学提供科学、可行的指导，以提升少儿对民族民间舞的兴趣和学习效果。

**关键词：**少儿；民族民间舞；兴趣培养；课堂设计

**DOI：**10.64216/3080-1516.26.02.057

民族民间舞是我国传统文化的瑰宝，蕴含着丰富的历史、文化和艺术价值。在少儿教育中引入民族民间舞教学，对于传承和弘扬民族文化、促进少儿全面发展具有重要意义。然而，如何培养少儿对民族民间舞的兴趣，提高教学质量，是当前少儿民族民间舞教学面临的关键问题。本文将围绕少儿民族民间舞兴趣培养的实操路径和课堂设计展开研究，以期为相关教学实践提供有益的参考。

## 1 少儿民族民间舞兴趣培养的重要性

少儿正处于身体快速发育的阶段，民族民间舞具有丰富多样的动作和步伐，涵盖了伸展、扭转、跳跃等多种形式。这些动作能够全面锻炼少儿的肌肉群，增强肌肉力量和柔韧性。例如，在蒙古族舞蹈中，常常会有耸肩、抖肩等动作，这对少儿肩部和颈部的肌肉锻炼效果显著；而傣族舞蹈中的下腰、三道弯等动作，则有助于提高少儿的腰部柔韧性和身体协调性。通过长期参与民族民间舞学习，少儿的身体各部位得到均衡发展，骨骼发育也会更加健康，从而为其未来的身体成长奠定良好的基础<sup>[1]</sup>。

民族民间舞是民族文化的重要载体，每一种民族民间舞都蕴含着特定民族的历史、传说、习俗和信仰。通过学习民族民间舞，少儿能够深入了解不同民族的文化特色和精神内涵。例如，维吾尔族舞蹈热情奔放，其独特的旋转动作和丰富的手部姿态展现了维吾尔族人民乐观开朗的性格和对生活的热爱；藏族舞蹈则庄重肃穆，体现了藏族人民对宗教的虔诚和对自然的敬畏。

## 2 少儿民族民间舞兴趣培养的实操路径

### 2.1 营造文化氛围

营造浓厚的民族民间舞文化氛围是培养少儿兴趣的重要基础。在教学场所的布置方面，可以张贴各民族

的舞蹈图片、展示民族服饰和舞蹈道具等，让少儿在潜移默化中感受民族民间舞的魅力。例如，在教室的墙壁上挂满蒙古族、藏族、傣族等民族的舞蹈剧照，在展示柜中摆放维吾尔族的手鼓、朝鲜族的长鼓等乐器，让少儿一进入教室就能沉浸在民族民间舞的文化氛围中。

此外，还可以通过举办民族文化活动来增强少儿对民族民间舞的了解和兴趣。例如，组织民族文化节，邀请专业的民族舞蹈演员进行表演，让少儿近距离欣赏到高水平的民族民间舞演出。同时，还可以安排民族文化讲座，向少儿介绍不同民族的文化背景、舞蹈起源和发展历程等知识，让他们对民族民间舞有更深入的认识。在活动中，还可以设置互动环节，让少儿亲身体验民族舞蹈的动作和乐趣，激发他们的学习热情。

### 2.2 个性化教学

每个少儿都有自己独特的性格、兴趣和学习能力，因此在民族民间舞教学中，采用个性化教学方法至关重要。教师需要在教学初期对少儿进行全面的了解和评估，包括他们的身体条件、舞蹈基础、兴趣爱好等方面。根据评估结果，为每个少儿制定个性化的学习计划和教学方案。

对于身体柔韧性较好、舞蹈基础较强的少儿，可以安排一些难度较高的舞蹈动作和技巧训练，如蒙古族舞蹈中的硬腕、软腕动作，傣族舞蹈中的孔雀舞技巧等，以满足他们的学习需求，激发他们的挑战欲望。而对于身体协调性较差、舞蹈基础较弱的少儿，则需要从基础的舞蹈动作开始训练，如站立姿势、步伐移动等，逐步提高他们的舞蹈能力。同时，教师还需要关注少儿的兴趣爱好，将他们感兴趣的元素融入到教学中。例如，如果某个少儿喜欢动物，可以将动物的形象和动作融入到舞蹈教学中，让他们在模仿动物的过程中学习舞蹈动作，

提高学习的积极性<sup>[2]</sup>。

### 2.3 激励与评价

激励与评价是激发少儿学习兴趣和提高学习效果的重要手段。教师在教学过程中要及时发现少儿的进步和优点，并给予充分的肯定和鼓励。可以采用口头表扬、奖励小贴纸、颁发荣誉证书等方式，让少儿感受到自己的努力和付出得到了认可。例如，当少儿成功完成一个舞蹈动作时，教师可以及时说：“你做得太棒了，这个动作非常标准，继续保持！”并给予一个小贴纸作为奖励。

同时，建立科学合理的评价体系也是非常必要的。评价内容不仅要包括舞蹈技能的掌握情况，还要考虑少儿的学习态度、进步幅度等方面。在评价方式上，可以采用教师评价、学生自评和互评相结合的方式。教师评价要客观、公正，既要指出少儿的不足之处，又要提出改进的建议和方法。学生自评可以让少儿对自己的学习情况进行反思和总结，发现自己的优点和不足。学生互评则可以让少儿学会欣赏他人的优点，同时也能从同伴的评价中获得启发和帮助。

## 3 少儿民族民间舞课堂设计

### 3.1 课程目标设定

课程目标是课堂教学的核心和方向，在少儿民族民间舞课堂设计中，需要根据少儿的年龄特点和学习需求，制定明确、具体、可操作的课程目标。课程目标可以分为短期目标和长期目标。短期目标主要是针对每一次课程的教学内容，如让少儿掌握某个民族舞蹈的基本动作、节奏和韵律等。长期目标则是从整个教学阶段的角度出发，培养少儿对民族民间舞的兴趣和热爱，提高他们的舞蹈技能和艺术素养，让他们能够独立完成一些简单的民族舞蹈作品表演。

在设定课程目标时，要充分考虑少儿的实际情况，目标既不能过高，让少儿感到压力过大而失去学习兴趣；也不能过低，无法满足少儿的学习需求。例如，对于年龄较小、舞蹈基础较弱的少儿，课程目标可以设定为掌握一些简单的舞蹈步伐和手部动作，培养他们的节奏感和身体协调性；而对于年龄较大、舞蹈基础较好的少儿，则可以设定更高的目标，如学习复杂的舞蹈组合和技巧，提高他们的舞蹈表现力和创造力。

### 3.2 教学内容选择

教学内容的选择直接影响到少儿的学习兴趣和学习效果。在选择教学内容时，要遵循趣味性、多样性和文化性的原则。首先，要选择具有趣味性的舞蹈内容，能够吸引少儿的注意力和兴趣。例如，可以选择一些以

动物为主题的民族舞蹈，如傣族的孔雀舞、彝族的老虎笙等，让少儿在模仿动物的过程中感受到舞蹈的乐趣。

其次，教学内容要具有多样性，涵盖不同民族、不同风格的舞蹈。这样可以让少儿接触到更丰富的民族文化和舞蹈形式，拓宽他们的视野。例如，可以选择蒙古族的筷子舞、藏族的弦子舞、维吾尔族的赛乃姆等不同民族的舞蹈进行教学。同时，还可以将民族民间舞与现代音乐、舞蹈元素相结合，创造出新颖独特的舞蹈作品，让少儿感受到民族民间舞的时代魅力。

最后，教学内容要具有文化性，能够体现民族文化的内涵和特色。在教学过程中，要向少儿介绍舞蹈所蕴含的民族文化知识，让他们在学习舞蹈的同时，了解和传承民族文化。例如，在学习朝鲜族舞蹈时，要向少儿介绍朝鲜族的文化习俗、音乐特点和舞蹈风格等知识，让他们明白朝鲜族舞蹈中每一个动作和姿态所代表的意义。

### 3.3 教学方法运用

在少儿民族民间舞教学中，采用合适教学方法能够提高教学效果，激发少儿的学习兴趣。常用的教学方法包括示范教学法、游戏教学法、情境教学法等。

示范教学法是最基本的教学方法之一，教师通过亲自示范舞蹈动作，让少儿直观地了解舞蹈的形态和要领。在示范过程中，教师要注意动作的规范、准确和优美，同时要放慢速度、分解动作，让少儿能够清晰地看到每一个动作的细节。例如，在教授傣族舞蹈的手型时，教师要先示范正确的手型，然后将手型分解成几个步骤，让少儿逐步学习和掌握<sup>[3]</sup>。

游戏教学法是一种将游戏与舞蹈教学相结合的教学方法，能够让少儿在轻松愉快的氛围中学习舞蹈。例如，可以设计一些舞蹈接力游戏、舞蹈模仿游戏等，让少儿在游戏中练习舞蹈动作，提高他们的学习积极性和参与度。在游戏过程中，教师要及时给予指导和鼓励，让少儿在游戏中不断进步。

情境教学法是通过创设特定的情境，让少儿在情境中感受和理解舞蹈的情感和内涵。例如，在教授藏族舞蹈时，可以创设一个藏族牧民在草原上放牧的情境，让少儿想象自己是藏族牧民，在草原上欢快地跳舞。通过这种情境教学法，能够让少儿更好地理解舞蹈的情感表达，提高他们的舞蹈表现力。

### 3.4 教学环节安排

合理的教学环节安排能够保证课堂教学的顺利进行，提高教学效率。一般来说，少儿民族民间舞课堂教学可以分为导入、新授、练习、巩固和总结五个环节。

导入环节是课堂教学的开始，其目的是吸引少儿的注意力，激发他们的学习兴趣。可以通过播放民族音乐、展示民族舞蹈视频、讲述民族故事等方式进行导入。例如，在教授维吾尔族舞蹈时，可以先播放一段欢快的维吾尔族音乐，让少儿跟着音乐的节奏拍手、跺脚，感受维吾尔族音乐的热情奔放，然后再展示一段维吾尔族舞蹈视频，让少儿欣赏舞蹈的优美动作，从而激发他们的学习欲望。

新授环节是课堂教学的核心，教师要在这个环节中向少儿传授新的舞蹈知识和技能。在新授过程中，要采用循序渐进的教学方法，先从简单的动作开始教起，逐步增加难度。同时，要注重讲解和示范相结合，让少儿在理解的基础上进行学习。例如，在教授蒙古族舞蹈的硬腕动作时，教师要先讲解硬腕动作的要领和发力方法，然后进行示范，让少儿跟着练习。

练习环节是让少儿对新学的舞蹈动作进行巩固和提高的环节。在练习过程中，教师要给予少儿充分的时间和空间，让他们自由练习。同时，要加强巡视和指导，及时发现少儿存在的问题并给予纠正。例如，在少儿练习舞蹈动作时，教师要观察他们的动作是否规范、节奏是否准确，对于存在问题的少儿，要及时进行指导和帮助。

巩固环节是对整个课堂教学内容的总结和回顾，让少儿对所学的舞蹈知识和技能有更深刻的理解和记忆。可以通过组织少儿进行舞蹈表演、小组竞赛等方式进行巩固。例如，在巩固环节中，可以让少儿分组进行舞蹈表演，互相欣赏和评价，然后教师再进行总结和点评，指出每个小组的优点和不足之处，提出改进的建议和方法<sup>[4]</sup>。

总结环节是课堂教学的结束，教师要对本节课的教学内容进行总结，强调重点和难点，同时对少儿的学习表现进行评价和鼓励。例如，教师可以说：“今天我们学习了蒙古族舞蹈的硬腕动作和基本步伐，大家都表现得非常棒，希望大家在课后能够继续练习，不断提高自己的舞蹈水平。”

## 4 实施效果评估

### 4.1 兴趣指标评估

兴趣指标评估是衡量少儿民族民间舞兴趣培养效果的重要依据。可以从多个方面对少儿的兴趣进行评估，如参与度、积极性、关注度等。在课堂教学中，观察少儿的参与度，看他们是否积极主动地参与舞蹈练习和活

动；观察他们的积极性，看他们在学习过程中是否充满热情和动力；观察他们的关注度，看他们是否对民族民间舞的教学内容和活动表现出浓厚的兴趣。

### 4.2 技能指标评估

技能指标评估是对少儿民族民间舞学习效果的重要评价。可以从舞蹈动作的准确性、协调性、节奏感、表现力等方面对少儿的舞蹈技能进行评估。在评估舞蹈动作的准确性时，要看少儿是否能够正确掌握舞蹈动作的要领和规范，动作是否到位；在评估协调性时，要看少儿的身体各部位是否能够协调配合，动作是否流畅；在评估节奏感时，要看少儿是否能够准确把握音乐的节奏，舞蹈动作是否与音乐节奏相吻合；在评估表现力时，要看少儿是否能够通过舞蹈动作表达出舞蹈的情感和内涵。

## 5 结语

少儿民族民间舞兴趣培养对于少儿的身体发育、民族文化传承和艺术素养培养具有重要意义。通过营造文化氛围、个性化教学、激励与评价等实操路径，能够有效激发少儿对民族民间舞的兴趣。在课堂设计方面，合理设定课程目标、选择教学内容、运用教学方法和安排教学环节，能够提高教学效果，促进少儿的学习和成长。同时，通过兴趣指标和技能指标的实施效果评估，能够及时了解少儿的学习情况，为教学改进提供依据。未来，随着社会对民族文化传承和少儿全面发展的重视，少儿民族民间舞教学将迎来更广阔的发展空间。在教学实践中，需要不断探索和创新，进一步完善实操路径和课堂设计，提高教学质量。同时，要加强与其他学科的融合，拓展民族民间舞教学的内涵和外延。

## 参考文献

- [1] 黄楚雯. 民族民间舞在校外少儿舞蹈中的运用及发展策略[J]. 尚舞, 2023, (21): 144-146.
- [2] 龚晓璇. 少儿民族民间舞教学创新探究[J]. 尚舞, 2023, (11): 129-131.
- [3] 闫慧君. 浅析中国民族民间舞蹈在中小学课堂的普及[J]. 尚舞, 2023, (06): 162-164.
- [4] 卞峰奇. 非物质文化遗产视域下民间舞蹈的文化传承分析[J]. 文化创新比较研究, 2020, 4(21): 95-97.

作者简介：张雪，出生年月：1985年11月，性别：女，民族：汉，籍贯：黑龙江齐齐哈尔市，学历：大专，职称：中级职称，研究方向：中国民族民间舞教学。