

# 陕北秧歌高校开展情况研究

景慧艳 陈兵 李寿邦

(西安石油大学 体育系 陕西西安 710065)

**摘要:**习总书记强调着重发展中华优秀传统文化,传统体育在历史的使命和时代竞技体育的冲击下,需要进行文化的挖掘,这种活态文化是传统体育的灵魂所在。全面健身在如火如荼的进行,陕北秧歌是陕北地区特有的中国传统体育项目,也是大众参与度喜爱度最高的休闲体育之一。陕北秧歌蕴含着深厚传统文化,为促进陕北秧歌的发展和继承,必须深挖其内在的文化脉络和底蕴。通过文献阅读、逻辑分析方法对陕北秧歌现有研究进行整合发现参与的人群过于单一,不利于传承人的培养的问题。本文对地方高校开展陕北秧歌特色课程进行研究,分析其开展情况,是否可以引申到其他高校,希望对陕北秧歌的传承人进行培养、有助于发展和继承陕北秧歌、更多的人创新改编更符合新时代特征的陕北秧歌。

**关键词:**陕北秧歌;高校;发展;继承;可行性

陕北秧歌属于特色的体育文化形式,做好继承发展工作是我国文化建设的重要内容<sup>[1]</sup>。对于陕北秧歌的保护应该全面贯彻国务院的文件指示,“发展”是原则和指导方向,发展不能离开“传承”<sup>[2]</sup>。传统体育文化具有活性,当你参与传统体育项目,就可以感受到其内在力量,这种感染无形无味无感,用心才能体会到其内在的强大脉搏,这种传统体育中的民族精神需要我们一代一代人进行发展和继承,才能为全国人民提供精神动力,才能为实现伟大的中国梦而注入动力。

## 1. 陕北秧歌是历史多元文化的展现

五千多年以来,中国人民广泛开展着各种各样形式的传统体育活动,这些体育活动植根于文化,其体现的社会状态和精神、健康价值在不同时期、不同人群中都具有重要的指导和借鉴意义。数据显示,有些非物质文化遗产已经消亡或正在消失<sup>[3]</sup>。不仅是技艺、技术方面的流失,更是传统体育内在的精神动力和内涵底蕴的消弭。

### 1.1 陕北秧歌是非物质文化遗产

2006年,陕北秧歌成为非物质文化遗产。2019年11月,绥德县文化馆获得陕北秧歌项目保护单位资格。2008年2月,李增恒和绥德黄土地艺术团的40多名演员参加了国家级首批非物质文化遗产代表性传承民间歌舞专场汇报演出。

### 1.2 陕北秧歌是传统体育项目

中国的56个民族共有900多种形式的传统体育锻炼活动。从古至今,这些活动被作为文化交流、娱乐和商业化体育表演等形式,对我国体育事业蓬勃发展添砖加瓦。陕北秧歌作为体育项目,通过手持绸扇、彩伞,上肢做向心运动和离心运动,下肢做前后转动的过程中,对身体的协调性和平衡性素质方面有积极作用,对心血管系统、呼吸系统等身体运作系统有改善效果。

### 1.3 陕北秧歌是陕北特色民俗项目

陕北秧歌是陕北民俗文化之一,主要在陕北延安、绥德、榆林等地进行表演,绥德县是陕北秧歌之乡,绥德县秧歌会盛大热闹,各个乡镇,中学都有自己的秧歌队;每遇喜庆事、婚丧事、重大活动、重大节日,陕北地区都会有大大小小的秧歌队进行秧歌表演,传递着美好日子下陕北人民的精神状态。如果有一批像鲁艺那样的工作者,老老实实地去发掘、去实践,才能对陕北秧歌做出实质性的贡献<sup>[4]</sup>。在高校开展陕北秧歌课程是发展和继承的重要路径。

## 2. 陕北地区高校开展陕北秧歌特色课程现状

陕北秧歌是集民俗、节庆、娱乐、竞赛、健身于一体的非物质文化遗产形态体育文化。素质教育被提出之后,在教学中融入传统文化被强调<sup>[5]</sup>。将中华传统体育项目进入体育课堂,在丰富学习生活和提升传统文化素养有积极作用。延安大学和榆林学院将陕北秧歌设为体

育选修课程,教学内容主要是教授大场秧歌的基本道具和基本动作<sup>[6]</sup>。在延安大学选修陕北秧歌课的学生中,大部分都是陕北籍学生<sup>[7]</sup>。其实我们鼓励更多的全国各地的学生进行学习,如果可以强制要求每个班级安排5个学生进行学习,这样可以在学校政策的支持下,强有力的开展陕北秧歌的教学,才能够更快的传播到中国的各个地方。

### 2.1 榆林学院开展课程登上短视频APP,得到广泛好评

2021年3月31日,榆林学院学生扭秧歌视频被火热传播,被观看175万次,被转发83次,评论113条,最多的评论是学生们跳的好开心,愉悦身心,其实这就是陕北秧歌的灵魂所在,源起就是为了追求美好生活而被民众整理且流传下来。院校负责人表示2006年9月就将陕北秧歌设置为大学二年级体育选修课教学内容,每学期都有五六百人选修此课程,非常受学生们的喜欢。

2021年4月27日的一条微博是关于榆林学院运动会240名学生进行扭秧歌表演,这个视频观看次数5.4万次,转发8次,评论都是正向的,有人觉得有特色,应该被一直传承,有人表示想学习陕北秧歌,也有人表示表扬,夸奖学生扭得不错。

2021年6月24日,为庆祝中国共产党百年华诞,榆林学院通过创新陕北秧歌,千人师生集体参与演绎,通过红色旋律、秧歌步,使用大场景、大场面,不断变化造型和队列,呈现出“100”、“中国”等集体造型,为原本小范围演出的传统秧歌,打开了新的大门。这个视频有1.5万次观看,转发7次,其中阳光网、安康环境、陕西文艺、金台法院、陕西省文化和旅游厅、陕西发布进行转发。

### 2.2 延安大学持续积极开展师生秧歌比赛,创新表演内容

“陕北秧歌大学堂”活动是延安大学艺术节长期开展的活动之一,每次都会有上百名学生报名,持续4天左右。该活动主要是让学生学习秧歌步伐和套路动作让来自全国的大学生感受到陕北黄土文化的独特魅力的同时发展它,继承它。延安大学的教职工也会定期举办陕北秧歌比赛,每支代表队都精心编排秧歌形式。传统秧歌和新秧歌交替展现,角色众多,花样百出,还有社火节目、安塞腰鼓等混合表演。据统计,1943-1944期间创作并演出了三百多个秧歌剧,观众达八百万人次<sup>[8]</sup>。举办秧歌比赛,可以集思广益,进行陕北秧歌的改编和创新,从而寻找适合新时代审美需求的表演形式和表演内容。

2.3 延安职业技术学院学生积极参加比赛,为传播陕北秧歌做出努力

延安职业技术学院开设陕北秧歌课程,学生参加了大量的文艺演出比赛活动,还多次参与延安市春节联欢晚会;以陕北秧歌为元素编创的舞蹈《那是一个谁》曾荣获第二十八届陕西省大学生艺术

节舞蹈大赛铜奖<sup>[9]</sup>，通过逆向教学实践提高了学生的表演水平。同时与合作企业进行人才资源共享、文艺演出共担、协议就业等合作形式<sup>[10]</sup>。在学生习学秧歌技能的基础上，促进其就业，间接为减轻国家的就业压力。

### 3. 陕北秧歌传承人断层，急需储备力量注入

陕北秧歌的传承人已经老龄化，基本是 40-60 岁的中老年人，有些已经去世，比如国家级代表性传承人李增恒，也叫“六六旦”于 2008 年去世。这些传承人、秧歌老艺人的相继离世，表示能起传帮带作用的秧歌手所剩无几。陕北秧歌这种传统体育是需要口传心授、言传身教的，优秀的传承人才能使得其真正得到广泛的发展和继承。现在的学生主要受到西方体育文化和现代竞技体育的耳濡目染，对三大球、三小球等运动比较喜欢，对传统体育项目仅仅是偶然机会的视觉接触或者从未听过，更没有过多的身体接触和体会。我们需要不断寻找和培养陕北秧歌的继承者和传统体育文化的推动者，拓展更多样的路径让陕北秧歌以活力的状态扎根生存、繁荣发展，更深层的加强对我国的非物质文化遗产的保护及传承的信念和意识。

#### 3.1 利用学生力量将陕北秧歌发展成为陕北地区的品牌

陕北秧歌在发展过程中缺乏陕北秧歌的“形象代言人”<sup>[11]</sup>。作为传统体育，缺乏符合独具特色的文化品牌和代表人物。在提倡交融学习的前提下，更要求其创新创立自己的风格特色和地区适应性，就如买豆腐干去甘泉，吃苹果去洛川、富县、白水，看腰鼓去安塞，陕北秧歌缺乏这种让人过耳不忘的品牌影响力和宣传力。在高校中开展陕北秧歌课程就是希望在培养传承人的前提下，寻找陕北秧歌的“有缘人”。2021 年 12 月 17 日，榆林一小学跳秧歌视频发布，观看 323 次，表示陕北秧歌应该从娃娃抓起。高校开展此门课程，规避了小学生的爱玩爱闹的天性，利用了大学生的超强的学习能力和传播能力。

#### 3.2 高校开展陕北秧歌课程的可行性分析

##### 3.2.1 陕北秧歌内在的身后文化底蕴，熏染学生

有学者调查得出 47.3% 的学生认为高校开展陕北秧歌可以增强学生上体育课的兴趣，有 34.2% 的学生认为高校开展陕北秧歌可以提高学生上体育课的积极性<sup>[12]</sup>。对陕北秧歌进高校进行可行性分析，得出以下几点结果。首先陕北秧歌是非物质文化遗产，其蕴含的丰富的地域特色，可以让全国各地的学生了解陕北的风土人情，感受文化特色，发扬延安精神；作为文化遗产，它表现了陕北人们的热情和乐观的精神状态，传递了告诉的团结精神和凝聚力，值得一代人民学习并践行，而且通过扭秧歌，传递人们热爱生活、热爱民族和国家的精神动力。

##### 3.2.2 陕北秧歌的韵律性和动感性，吸引学生

陕北秧歌具有很强的韵律和趣味，非常具有感染性，这种特征的民俗体育深受学生的喜爱；陕北秧歌根据人民群众锻炼需求的变化，对秧歌表演进行各方面的创新。如表演者着淡妆，头饰简洁、大方、美观；穿着衣物简单富有设计感；传统的道具锣鼓、唢呐等乐器与现代音乐伴奏相结合，加入歌手歌唱的元素，而不拘泥于陕北地区方言或者小调，韵律感、美感、设计感更符合人们的新要求、新认知；表演人员拿着彩色扇子和红绸等元素也进行颜色渐变，形状特制等，增加舞蹈的美感和欣赏价值，同时融合现代舞蹈，在“扭”的基础上，协调全身各个部位，强调协调性，体现出灵动，但不妖娆的感觉。这种有特色的娱乐方式会被学生们好奇，并且愿意尝试

它。

##### 3.2.3 陕北秧歌的运动功能，锻炼学生

陕北秧歌作为传统体育项目，属于有氧运动，它的健身效果也比较突出。秧歌动作中腰部动作最多，随着音乐和鼓点的节奏扭动自如，做到力度、幅度和谐统一<sup>[13]</sup>。既要灵活和松弛，又要有力量控制。前后扭动的过程中，腹直肌、腹斜肌等核心能够进行练习，从而增加其功能性；“十字步”是陕北秧歌最主要的步伐，下肢的协调性、敏捷性能够得到提升；而且在改善心肺功能、提升运作系统功能，减少脂肪、增强韧带的柔韧性、提高机体协调能力和塑形方面也有积极作用。

### 4. 总结

基于陕北秧歌在延安大学、榆林学院、以及延安职业技术学院的开展情况，说明高校开展陕北秧歌此类传统体育项目课程具有很大的可行性，陕西的高校有 95 所，如果每个学校都可以开展特色体育课程，在传承和发展传统体育项目及文化方面将有巨大的作用，对于学生内在的文化自信会有明显的增强。这些举措的进行需要陕西省政府及各市政府，陕西省教育局及各市教育局协同而作，在课程设置、教学设置方面统筹安排，培养专业的体育老师等方面做更多的努力。

#### 参考文献：

- [1] 扎西江措. 论陕北秧歌的传承发展[J]. 延安大学学报(社会科学版), 2016, 38(01): 121-124.
- [2] 牛爱军. 非物质文化遗产视角下民族传统体育的保护、传承与发展[J]. 体育科研, 2009, 30(06): 56-58.
- [3] 刘冉, 梁秀. 论非物质文化遗产视角下陕北传统体育的保护、传承与发展[J]. 经济研究导刊, 2017(01): 31-32.
- [4] 薛晓旭. 陕北秧歌初探[J]. 延安大学学报(社会科学版), 2008, 30(06): 81-83.
- [5] 林树清. 初中体育教学中弘扬中华民族优秀传统文化的策略[J]. 试题与研究, 2020(31): 47-48.
- [6] 于丽. 论陕北秧歌的学校教育传承现状[J]. 大众文艺, 2015(05): 239.
- [7] 常静. 陕北秧歌的风格特征与教学的研究[D]. 西安体育学院, 2011.
- [8] 《延安文艺丛书·秧歌剧卷·前言》，第 2 页，湖南人民出版社 1985 年版。
- [9] 唐丽娟. 高职院校开展陕北秧歌传承教学的实践——以延安职业技术学院艺术教育为例[J]. 延安职业技术学院学报, 2020, 34(05): 95-97. DOI: 10.13775/j.cnki.cn61-1472/g4.2020.05.026.
- [10] 赵一鸣. 高等院校开展陕北秧歌传承教学的实践探析[J]. 陕西教育: 高教版, 2021(10): 2.
- [11] 于丽. 论视觉文化时代陕北秧歌的发展路径[J]. 农业考古, 2011(06): 383-385.
- [12] 李婷婷, 杜学工, 周凯. 高校开展陕北秧歌的可行性探讨[J]. 科技资讯, 2009(11): 218. DOI: 10.16661/j.cnki.1672-3791.2009.11.101.
- [13] 郭秦岭, 苏力. 陕北秧歌引进高校健美操课程研究[J]. 时代文学(下半月), 2010(01): 184-185.