



北京民族教育丛书

MINZU WUDAO
JIAOYU DUBEN

民族舞蹈 教育读本

北京市求实职业学校 编著

民族出版社

北京民族教育丛书

民族舞蹈教育读本

北京市求实职业学校 编著

民族出版社



图书在版编目 (CIP) 数据

民族舞蹈教育读本 / 北京市求实职业学校编著. —北京: 民族出版社, 2013.8
(北京民族教育丛书)

ISBN 978-7-105-12960-7

I. ①民… II. ①北… III. ①民族舞蹈—中国—中小学—教学参考资料
IV. ①G634.951.3

中国版本图书馆CIP数据核字 (2013) 第257551号

民族舞蹈教育读本

策划编辑 罗 焰 康厚桥

责任编辑 康厚桥

出版发行 民族出版社

地 址 北京市和平里北街14号 邮编:100013

网 址 <http://www.mzcbs.com>

印 刷 北京迪鑫印刷厂

经 销 各地新华书店

版 次 2013年11月第1版 2013年11月北京第1次印刷

开 本 787毫米×1092毫米 1/16

字 数 230千字

印 张 15.5

定 价 58.00元

书 号 ISBN 978-7-105-12960-7/G · 1881 (汉 901)

该书若有印装质量问题, 请与本社发行部联系退换
汉文编辑—室电话: 010-64271909 发行部电话: 010-64224782

北京民族教育丛书

夏铸

夏铸：藏族，原教育部民族教育司司长、国家副总督学，
现中国少数民族教育学会副会长兼秘书长。

北京市人民代表大会常务委员会

《北京民族教育丛书》编委会全体同志：

值《北京民族教育丛书》出版之际，谨表示热烈的祝贺！向参加过丛书编写工作的每一位同志致以崇高的敬意！

《北京民族教育丛书》是对多年来首都民族教育事业的发展，首都发挥民族教育的窗口作用和辐射作用的全面总结与理论提升。

祝贺《北京民族教育丛书》的出版，相信这部书一定会为首都民族教育整体水平的提高提供强有力的理论支持，并为巩固和发展平等、团结、互助、和谐的社会主义民族关系，维护民族团结，促进各民族共同繁荣与发展发挥重要作用。

国 家 总 督 学 顾 问
联合国教科文组织协会世界联合会副主席
亚太地区联合国教科文组织协会联合会名誉主席
中国民办教育协会会长
中国教育学会副会长



2009年11月16号

《北京民族教育丛书》编辑委员会

主 任：刘利民 申建军

副主任：陈 宏 罗 洁 牛 颂 佟志衷 喜饶尼玛

编 委：（按姓氏笔画排序）

于洪武 马万成 王兰芳 王秀琴 王 静

田 琳 司永成 米君兰 李士成 李 奕

邹国祥 沙宪余 周秀兰 郝日达 徐 华

徐建姝 梁平捷

《北京民族教育丛书》项目组

组 长：罗 焰 康厚桥

《民族舞蹈教育读本》编委会

主编：林安杰

编委：（按姓氏笔画排序）

朴永光（特约） 闫苓 曹春花

崔 莹 曹秋红 崔 莹 刘 芳 崔 莹

崔 莹 崔 莹 崔 莹 崔 莹 崔 莹

崔 莹 崔 莹 崔 莹 崔 莹 崔 莹

崔 莹 崔 莹

编目：《民族舞蹈教育读本》

崔 莹 崔 莹 崔 莹

努力开创首都民族教育工作新局面

(代总序)

民族教育是整个教育事业的重要组成部分，也是党和国家民族工作的重要内容。北京是全国政治、文化和国际交往的中心，是我国各民族的首都，也是多民族散杂居的地方。首都民族教育工作关系到少数民族群众的根本利益，关系到首都乃至全国的稳定，关系到民族团结和国家的统一。

为全面落实国务院《关于深化改革加快发展民族教育的决定》(以下简称《决定》)和第五次全国民族教育工作会议精神，北京市教育委员会、北京市民族事务委员会于 2002 年就共同提出应从以下八个方面加速推进首都民族教育的改革与发展。

一、提高认识，加强对民族教育工作的领导

民族教育是整个教育事业的重要组成部分，也是党和国家民族工作的重要内容。北京是全国政治、文化和国际交往的中心，是我国 56 个民族的首都，也

是多民族散杂居的地方。首都民族教育工作关系到少数民族群众的根本利益，关系到首都乃至全国的稳定，关系到民族团结和国家的统一。各级领导要从讲政治的高度、从大局和战略的高度，提高对民族教育工作重要性的认识，把民族教育工作摆到重要位置来抓。要认真学习、领会第五次全国民族教育工作会议精神，学好《决定》，结合实际，认真总结民族教育工作的基本经验，分析民族教育发展中遇到的新情况、新问题，提出新形势下做好民族教育工作的新思路。要进一步贯彻落实《北京市少数民族权益保障条例》和有关的民族政策，把发展民族教育纳入法制轨道。

要切实加强对民族教育工作的领导，树立民族教育优先发展的观点，将民族教育事业的发展纳入教育发展的整体规划之中，将民族学校的建设纳入基础设施建设计划，给予优先安排。要在部署、总结年度工作时把民族教育工作作为一项重要内容，把民族教育工作开展情况列入教育督导检查项目，并建立通报制度。各区县要有相应的机构和人员负责民族教育工作，确保民族教育工作的政策、措施落到实处。

二、优化资源配置，办好每一所民族学校、幼儿园

根据经济和社会发展的需要及人口和生源变化情况，进一步加强民族学校的规划与建设，合理调整民族学校布局，促进教育资源的优化配置。对于一些生源少、办学规模过小，继续办学较为困难的民族学校可采取与相邻办学条件较好的学校合并的方式进行调整，调整后仍可保留民族学校的牌子。布局调整后保留的民族学校要依据新的办学条件标准加强建设，要建设一所，达标一所。凡撤并、置换民族学校，需做好当地少数民族群众的工作，并征得区县民族工作部门同意后分别报市教委、市民委备案。要加强民族职业学校和回民中学示范高中建设，适当发展寄宿制学校，满足少数民族群众多层次的教育需求。

要积极发展少数民族学前教育，在少数民族聚居区，至少要办好一所市颁标准的民族幼儿园。

三、加强队伍建设，提高干部、教师的素质和水平

要把干部、教师队伍建设摆在民族教育发展的优先位置。采取倾斜政策，优先为民族学校（幼儿园）配备优秀师资，优先考虑民族学校（幼儿园）骨干教师的培养。2003年起，市教委、市民委通过依托有关部门举办民族学校骨干校长、教师研修班；适时选派优秀干部、教师国内考察，出国培训；组织北京市城区学校与郊区县民族学校对口支援等多种形式，提高民族学校干部、教师的能力和素质，培养一批民族教育骨干教师和学科带头人。要继续组织好“民族教育烛光杯奖”评选表彰活动，激励民族教育工作者立志民族教育工作，无私奉献，扎实工作，勇于创新。各区县也要从实际出发，紧密结合教学改革对教师教学思想、业务知识、教学能力提出的新要求，做好民族学校教师培养、继续教育和培训的工作。加强民族学校校长队伍建设，提高校长依法治校和科学管理的意识、能力和水平。

四、深化教育教学改革，增强办学活力

从少数民族群众需求出发，积极探索与民族经济和社会发展相适应的民族学校办学模式。抓住当前基础教育课程改革的契机，从课程设置、教学内容、教学组织形式、管理方式、教试制度等方面深化改革，办出少数民族教育的特色，使民族教育切实为提高少数民族人口素质服务，为民族地区经济和社会发展服务。

要积极引导各级各类民族学校深化办学体制、管理体制改革，通过改革提高自身发展能力。进一步调动社会各界关心民族教育，支持民族教育的积极性，鼓励和支持社会力量办学，形成以各级政府办学为主，多渠道办学的格局。

加强民族教育的教科研工作，发挥民族教育研究会的作用，以课题研究的方式，运用科研成果提高全市民族教育的水平。

五、广泛深入开展民族团结教育活动，搞好民族团结教育

要将民族团结教育列为中小学教育工作的重要内容。充分利用相关学科的社会实践基地，课外、校外民族传统活动等灵活多样的方式，有重点、分层次、有针对性地在中小學生中开展民族团结教育。要将民族团结教育列为爱国主义教育、公民道德教育的重要内容，重点加强马克思主义民族观、宗教观和党的民族、宗教政策的教育，加强我国各族人民为中华民族统一多民族国家的形成而浴血奋斗的历史教育，加强各民族人民在党的领导下建设社会主义伟大国家的教育，使各族师生进一步增强“汉族离不开少数民族，少数民族离不开汉族，少数民族之间也相互离不开”的思想，牢固树立自觉维护国家统一、反对民族分裂的思想意识，增强学生的社会主义法制观念、道德观念。

六、加大投入，进一步增强对民族教育的扶持力度

市教委将继续在市级教育附加费中设立民族教育专项经费，用于支持民族学校改善办学条件。全市组织实施的示范高中建设、农村中小学建设、教育信息化建设等项工程也要对民族学校给予倾斜。

各区县在安排教育资金时应当考虑对民族学校的扶持。已经设立专项经费的，要充分发挥资金的使用效益。还未设立专项经费的，要按照国务院的文件要求尽快设立，用于帮助民族学校和民族托幼园（所）加强教师队伍建设，改善办学条件，提高教育质量，解决贫困民族学生就学困难。区县要在分年度实施公用经费达标计划时，保障民族学校优于普通学校率先达到新修订的《北京市普通教育事业公用经费定额标准（试行）》。

七、加快教育信息化建设，为民族教育发展构建现代化技术支撑平台

根据北京市提出的“十五”期间中小学教育信息化建设目标要求，大力推进民族学校办学手段现代化。充分发挥现代化信息技术特有的优势，为民族学校的教学及教师培训服务，推动办学形式、教学模式、学习方式等方面的变革。民族中小学应优先建成校园网，实现校校通；优先做到小学、初中学生平均每人拥有一台计算机，高中学生平均每八人拥有一台计算机。加强对民族学校信息技术骨干教师的培养，促进信息技术在教育教学和管理中的广泛应用。努力提高干部教师应用信息技术的能力和对优质教育资源的共享能力，提高教育管理的现代化程度。

八、继续做好对口支援西部工作，办好北京西藏中学和潞河中学新疆高中班

要按照中共中央、国务院《关于推动东西部地区学校对口支援工作的通知》精神，发挥北京教育资源优势，加大对口支援西部教育的力度。积极开展教育系统与西部地区的合作，扩大在西部地区的招生规模，为西部地区经济社会发展培养急需人才。进一步落实北京与内蒙古教育对口支援、合作项目，提高对口支援的效益。

下力气办好北京西藏中学和潞河中学新疆高中班。要注意总结办校、办班工作的经验，解决办学、招生中遇到的新问题，进一步完善有关管理办法。在资金投入、硬件设施配置、师资配备等方面继续给予政策倾斜。努力把西藏中学、潞河中学新疆高中班建设成为办学条件、管理水平处于全国领先地位的一流的民族教育示范窗口。

近年来，北京市的民族教育有了长足的发展，取得了可喜的成绩。正是在这种背景下，我们组织编写了《北京民族教育丛书》。丛书选编了北京市民族学校进行民族团结教育教学、科研的经验总结，编写了民族体育、民族文学、民族工艺、民族舞蹈、民族歌曲等方面的教学读本，也对各民族学校开展民族团结学科渗透教育的创新教学方式进行了总结。在编写中，从中小学教师教学、科研的需要出发，力争使每一本书都对提高中小学教师科研、教学的素质和水平有所助益，力争为教师们进行民族团结教育提供一些材料，从而更好地推广民族团结教育工作。

本次编写出版工作得到北京市教委、各民族学校的大力支持。相信在大家的共同努力下，本套丛书的顺利付梓出版，将推动民族团结教育的进一步发展！

《北京民族教育丛书》编委会

2009年8月

序

舞蹈是人类迄今为止最古老并且始终伴随着人类社会实践历史发展而存在的艺术形式。舞蹈以人的自身为工具和手段，最直接地体现人内在的情绪、情感和思想的内容。在各民族民间，舞蹈渗透到各民族人民的宗教祭祀、节庆娱乐、谈情说爱、婚丧嫁娶之中。这些民族民间舞蹈有着丰富的表现力，她生动活泼，多姿多变，饱含独特的韵律，富有感情的色彩；她千差万别、各不相同，构成了各民族舞蹈艺术的不同风采；她传达着各民族人民对人生、人与自然、生与死、爱与恨的看法，抒发着人民对未来幸福的追求和向往，成为人民生活中不可缺少的组成部分。

没有任何一种艺术能像舞蹈一样感动人类，也没有任何一种艺术能像舞蹈一样表现出如此鲜明的民族特色。

作为国家级重点职业学校，我们有责任传承中华民族传统文化。在这里我

们向大家介绍中国各民族的民间舞蹈，希望通过展示中华各民族民间的五彩缤纷的舞蹈艺术，呈现出中华民族璀璨悠久的历史文化艺术色彩。

本书由北京市求实职业学校《民族舞蹈教育读本》编委会集体汇编，书中部分图片由本书编写组组织拍摄，其余部分图片由滕俊提供。

《民族舞蹈教育读本》编写组

2012 年 11 月

目录

27\ 苗族舞蹈

33\ 彝族舞蹈

38\ 瑶族舞蹈

44\ 壮族舞蹈

49\ 侗族舞蹈

55\ 黎族舞蹈

汉族舞蹈 /1

蒙古族舞蹈 /6

回族舞蹈 /11

藏族舞蹈 /15

维吾尔族舞蹈 /21

苗族舞蹈 /28

彝族舞蹈 /33

壮族舞蹈 /40

布依族舞蹈 /52

朝鲜族舞蹈 /55

满族舞蹈 /66