

最新学习山东秧歌心得体会 东北秧歌心得 体会(大全10篇)

在撰写心得体会时，个人需要真实客观地反映自己的思考和感受，具体详细地描述所经历的事物，结合自身的经验和知识进行分析和评价，注意语言的准确性和流畅性。那么心得体会怎么写才恰当呢？以下是小编帮大家整理的心得体会范文，欢迎大家借鉴与参考，希望对大家有所帮助。

学习山东秧歌心得体会篇一

东北秧歌是中国传统的民间舞蹈艺术形式之一，以其歌舞并进、热情奔放的特点而广受欢迎。在我参与东北秧歌表演的过程中，我深刻体会到了东北秧歌的魅力和文化内涵。下面我将从舞蹈特点、表演技巧、历史传承、文化底蕴和个人收获五个方面来谈谈我对东北秧歌的心得体会。

首先，东北秧歌的舞蹈特点令人难忘。这种舞蹈以高度协调的动作和欢快的音乐为特点，舞者们跃动的身姿和灵活的动作给观众带来了极大的视觉冲击力。而且，东北秧歌凭借其独特的舞蹈动作，往往寄托了对丰收和幸福生活的向往，并通过舞蹈的形式将这种喜悦和美好传达给观众，产生了强烈的艺术感染力。

其次，在东北秧歌的表演技巧中，我发现重视团队配合和舞蹈编排是非常重要的。每一个舞者在舞台上都有着严格的训练要求，需要听从指挥和协作，以保证整个表演的协调与统一。同时，合理的舞蹈编排也对表演的效果产生着重要的影响。通过创新的编舞和丰富的舞蹈形式，东北秧歌呈现出丰富的层次和魅力。

再次，东北秧歌作为一种具有悠久历史传承的艺术形式，承载着深厚的文化底蕴。据说秧歌舞蹈起源于远古时代的部落

祭祀舞蹈，经过历代的发展演变，逐渐形成了独特的风格和形态。而在现代，东北秧歌不仅仅是一种表演艺术，更成为了体现地方文化和民俗的重要组成部分。通过东北秧歌，我更加深入了解了东北地区的民风民俗和人民热情的生活态度。

此外，参与东北秧歌表演给我个人带来了许多收获。首先，我学会了通过舞蹈表达自己的情感和意境，提升了自己的艺术素养和气质。其次，我在团队协作和配合能力方面得到了训练和提高，学会了倾听和理解他人的想法，这对我未来的发展将有着重要的意义。同时，我也深刻体会到了艺术对人们生活带来的愉悦和快乐，激发了我对舞台表演艺术的热爱和追求。

总结起来，东北秧歌是一种具有独特魅力和文化内涵的舞蹈艺术形式。它不仅展现了东北地区人民勤劳向上的精神风貌，更体现了广大农民对美好生活向往的情感寄托。通过参与东北秧歌表演，我不仅对舞蹈的技巧和表现形式有了更深入的了解，也对东北地区的文化和人民的生活有了更全面的认识。同时，参与表演也让我得到了成长和收获，提升了自己的艺术修养和团队合作能力。我相信，东北秧歌将继续为我们传递温暖和力量，让更多的人领略到这一独特的舞蹈艺术的魅力。

学习山东秧歌心得体会篇二

在一次秧歌舞蹈教学活动中，幼儿挥舞着皱纹纸做的彩带，兴趣盎然。突然，杨亮亮小朋友对我说：林老师，你听听，我的彩带能发出声音耶！其余幼儿一听，也都摆弄着手上的彩带，也想让它发出比别人更响的声音来。由于幼儿兴趣，我组织了这次活动。

1. 通过操作实践，运用多种方法体验不同纸质敲击的声音，培养幼儿探索的兴趣。

2. 运用提供的材料进行“乐器”制作,发展幼儿的想象力、动手能力。

3. 选择纸张为乐曲伴奏,享受音乐的美。

1. 白板纸、牛皮纸、皱纹纸、彩箔纸、瓦楞纸、硫酸纸、报纸等。

2. 纸杯、皮筋、剪刀、豆子、毛线、双面胶、蛋糕盒等辅助材料。

一、试一试,说一说。

(1)、提供各种纸张,请幼儿试一试:用哪种方法可以让纸发出声音?

(2)、把自己的做法和感受告诉大家。

二、比一比,想一想。

(1) 请幼儿互相比较,体会各种不同的纸发出的不同声音。

(2) 引导幼儿想一想,同一种纸张用什么方法,纸的声音会有不同的效果。鼓励幼儿大胆尝试,互相合作,体验各种纸的音色特点。

三、听一听,找一找。

请幼儿分别欣赏一段抒情、缓慢、安静的3/4拍的乐曲和一段欢乐、喜悦的2/4拍的乐曲,根据自己对音乐的感觉,找一种与乐曲相配合的纸;来进行配乐演奏,并引导幼儿说出选择的原因。

四、打击乐“铃儿响叮当”。

幼儿自由选择喜欢的纸张和“演奏”方法，看节奏谱进行打击乐练习。活动中，鼓励幼儿不断交换纸张或变换方法进行“演奏”。

引导幼儿根据教师提供的纸杯、皮筋、剪刀、豆子、毛线等辅助材料，进行纸“乐器”制作并进行合作演奏。

将科学教育与各领域的有机整合，是幼儿园科学教育活动发展的一个趋势，本次活动在这方面进行了大胆的尝试。活动中，科学教育与音乐教学的渗透非常自然，它们的结合是有效的，互补的。教师设计的生动活泼的音乐游戏为幼儿探索提供了一个愉悦的氛围和安全的心理环境，使幼儿在科学探索活动中获得美的享受。感受音乐——节奏训练——乐器制作，这三个环节促进了幼儿不同能力的发展，并把活动引向课堂之外。

学习山东秧歌心得体会篇三

秧歌是我国北方地区流传至今的一种民间艺术形式，它以独特的形式展示着中国文化的魅力。近日，我有幸参与了一场秧歌表演，深深地感受到了秧歌所传递出的强烈的节奏感和热情洋溢的情绪，让我对秧歌有了更深的理解和体会。

首先，秧歌给人一种强烈的节奏感。秧歌的表演以鼓点为基础，配合上各种乐器的演奏，形成了独具特色的节奏感。在表演过程中，演员们随着节奏的变化，手舞足蹈，身姿矫健，既展示出柔美的舞姿，又呈现出豪放的力量感。整个表演过程中，鼓声高亢，动作协调一致，让观众感受到一种强烈的魅力和冲击力。这种强烈的节奏感让人仿佛置身于一场视觉和听觉的盛宴中，让人陶醉其中。

其次，秧歌表演洋溢着热情和活力。在表演中，演员们脸上流露出的笑容洋溢着自信和喜悦，身姿舞动间呈现出的力量感和激情，仿佛能够穿越时空，把观众带入一个充满欢乐和

幸福的世界。无论是表演者还是观众，都被秧歌表演中散发出的热情所感染，被秧歌的活力所吸引。每一个动作的完成，每一架乐器的演奏，都充满了掌声和欢呼声。这种热情和活力让人感受到了秧歌的魅力，也让人在欢笑声中感受到了秧歌所传递出的愉悦的心情。

然后，秧歌表演中那浓厚的文化氛围使人感受到了中华传统文化的魅力。秧歌作为我国北方地区的传统文化艺术形式之一，蕴含着深厚的历史文化底蕴。在表演中，观众们能够感受到历史悠久的文化底蕴，了解到秧歌的起源和发展。表演中的服饰、舞姿、音乐、歌曲等方面都展示出了传统文化的独特魅力。观众们在秧歌表演中不仅可以欣赏到精彩绝伦的艺术表演，同时也能够感受到自己身处于中国传统文化的沃土之中。

最后，我对秧歌的体会是，秧歌让人们在欢乐中感受到生活的美好。秧歌表演给观众带来了愉悦和欢乐，让人在表演中忘却了生活中的烦恼和压力。观众们面对表演，用眼、用耳，全身心地投入其中，与演员们一同舞动、一同欢笑，享受着这份来自艺术的愉悦。秧歌中的欢乐和庆典气氛透过表演，渗透到每一个观众的心底，让大家感受到生活的美好，唤起对人生的热爱。

总之，通过这次秧歌表演，我深深地感受到了秧歌所传递出的强烈的节奏感和热情洋溢的情绪。秧歌不仅给人一种强烈的魅力和冲击力，同时也让人在表演中感受到生活的美好。秧歌为观众带来了欢乐和愉悦，让人在观看中忘却了生活中的烦恼和压力。它也展示了中国传统文化的魅力，让我们能够感受到深厚的历史文化底蕴。秧歌是一种独特的艺术形式，它的表演给人们留下了深刻的印象，也唤起了人们对传统文化的热爱和探索的欲望。

学习山东秧歌心得体会篇四

大家上午好!

鲜花伴着希望尽情绽放，歌声载着心愿随风飞扬。在全区上下深入开展党的群众路线教育实践活动，满怀豪情投身全面建成小康社会新蓝图的关键时刻，我们相聚在河东乡，共同举办第四届敦煌行“丝绸之路国际旅游节暨“皇台杯”第六届凉州民间文艺大赛河东片复赛。在此，我谨代表河东乡党委、河东乡人民政府对各位领导和各位朋友的到来，表示最热烈的欢迎!对向本届比赛提供大力支持的甘肃皇台酒业股份有限公司表示最衷心的感谢!同时，我也代表全体来宾，向今天参赛的全体演职人员表示最美好的祝愿!

推动社会主义文化大发展大繁荣是党中央作出的重要决策部署。人民群众是文化的创造者、传播者和分享者，创造的活力在人民，创新的希望在基层。我们欣喜地看到，河东乡作为传统文艺之乡，焕发出新的光彩，民间文艺改变了河东人民群众的精神面貌，提高了河东人民的道德素质，促进了河东经济社会又好又快发展，营造了政通人和的喜人局面。

文化搭台、经济唱戏。文化是一种软实力，它与经济发展处于同样重要甚至更为重要的地位。今天，我们在这里隆重举行凉州区第六届民间文艺大赛河东片区复赛，这既是一次思想文化觉醒，也是一次文化创新实践;既是河东片区5个乡镇文化成果的集中展示和检阅，也是打造河东片群众文化品牌的一次很好的尝试。河东乡党委、政府将按照党的指明的方向，围绕当前开展的群众路线教育实践活动，坚持一切为了群众，一切依靠群众，从群众中来，到群众中去，结合人民群众的文化需求，以促进经济发展、维护社会和谐为目标，以建设文化人才队伍，创作优秀文化作品，完善公共文化服务网络为重点，让群众广泛享有优质的公共文化服务，把河东打造成为具有鲜明时代特色、富有深厚文化底蕴的经济强乡、文化强乡。

在此，我衷心地希望广大党员干部及人民群众让经济插上文化的翅膀，进一步推动文化建设与经济建设、政治建设、社会建设以及生态文明建设协调发展，为继续解放思想、坚持改革开放、推动科学发展、促进社会和谐提供坚强思想保证、强大精神动力、有力舆论支持、良好文化条件，把我们共同的家园建设得更加美好。同时，希望今天参赛的各位演职人员用心去演、用情去演，尽情的展示自己的才艺，为观众奉献一台高质量、高水平的文艺节目。希望全体评委和工作人员遵循公开、公正、公平的竞赛原则，赛出友谊、赛出风格，赛出水平！

最后，预祝各代表队取得优异成绩，预祝此次比赛取得圆满成功！祝各位领导、各位来宾、父老乡亲们生活幸福，万事如意！

学习山东秧歌心得体会篇五

秧歌作为中国传统文化的一部分，具有丰富的内涵和独特的艺术魅力。在看过一场精彩的秧歌表演后，我深深感受到了秧歌所传递的力量和情感。秧歌不仅是一种表演形式，更是一种民族精神的象征，是中华民族优秀传统文化的重要载体。通过观赏秧歌，我们可以感受到浓厚的民族情感和团结力量，以及丰富的艺术形式和技巧。秧歌之美让我深感赞叹，也让我对秧歌的价值有了更深的理解。

第二段：秧歌的表演形式和艺术特色

秧歌作为一种传统民间舞蹈，具有独特的表演形式和艺术特色。它不仅注重舞蹈的动作和节奏，更强调肢体的展示和舞者的表达能力。在表演过程中，舞者们舒展着肢体，伴随着激昂的音乐节奏，展现出矫健的舞姿和优美的舞蹈动作。他们的表演充满了力量感和韵律感，给观众带来了独特的视觉享受和艺术感受。每一个细节的精心设计和把握，都体现着舞者们对秧歌艺术的热爱和追求，让我深深为之折服。

第三段：秧歌的情感和氛围

秧歌不仅是一种表演形式，更是一种情感的释放和传递。在观看秧歌表演时，我深深感受到了舞者们身体中蕴含的力量和情感。他们用舞蹈表达出对祖国的热爱和对生活的激情，用舞姿展示出对人民的衷心祝福和对和谐社会的追求。在这种氛围下，观众们也被秧歌的情感所感染，用热烈的掌声和欢呼声回应舞者们的表演，共同营造出一种团结、热烈和欢乐的氛围。秧歌的情感和氛围给我留下了深刻的印象，也让我更加热爱这种优秀的传统文化形式。

第四段：秧歌的历史与文化底蕴

秧歌作为一种传统艺术形式，历史悠久，承载着丰富的文化底蕴。它具有深厚的历史渊源和丰富的民俗特色，融汇了多种文化元素和艺术风格。秧歌的起源可以追溯到古代的祭祀活动，后来逐渐发展成为一种娱乐、祈福和寓教于乐的艺术形式。在秧歌中，我们可以感受到中华民族的文化传承和精神追求，了解到乡土风情和传统生活的变迁。秧歌的历史与文化底蕴让我更加珍视这一传统文化宝库，也让我更加渴望了解和传承这一优秀的艺术形式。

第五段：秧歌的价值与未来

秧歌作为一种传统艺术形式，不仅有着丰富的艺术价值，更具有弘扬民族精神和强化社会凝聚力的深远意义。通过秧歌的表演和传播，我们可以传承中华民族优秀的文化遗产，弘扬民族精神和价值观念，强化对祖国的热爱和对和谐社会的追求。同时，秧歌的艺术形式和表演技巧也可以为舞蹈艺术的发展提供新的思路和启示。从一个艺术形式来创新和演绎，可以让秧歌焕发新的生机和活力，也为舞蹈艺术的繁荣发展贡献力量。秧歌的价值与未来让我充满希望和憧憬，也鼓舞着我积极参与和推动传统文化的传承和创新。

总结：

通过观看秧歌表演，我更加深入地了解并欣赏了这一传统艺术的独特魅力和价值。秧歌不仅仅是一种舞蹈形式，更是一种民族精神的体现和传递。秧歌的表演形式和艺术特色充分展示了舞者们的热情和才艺，秧歌的情感和氛围让观众们深受感染和沉浸其中。秧歌的历史与文化底蕴让我更加珍视和传承这一优秀的传统文化，秧歌的价值与未来鼓舞着我积极参与和推动传统文化的发展。通过观赏秧歌，我深刻体会到了秧歌的魅力和价值，也对中华民族优秀传统文化有了更加深入的了解和认识。

学习山东秧歌心得体会篇六

- 1、学习秧歌步、秧歌十字步基本步伐
- 2、知道秧歌是一种传统的民间活动以及它的种类、用途等知识
- 3、体验舞蹈的乐趣，培养幼儿美的表现力和创造力

活动准备：

- 1、舞蹈录象、录音资料
- 2、秧歌道具手巾花、绸带等
- 3、十字步图谱

活动过程：

幼儿在《纤夫的爱》的音乐中进入活动场地

一、观看录象，东北秧歌，引出课题

1、师提问：有谁能告诉我这个舞蹈的名称？录象中看到了什么？（师小结：秧歌舞最早流行在东北，东北地区的人们在喜庆的日子里，就会用扭秧歌的形式来庆祝，后来我们江南的人们把秧歌改变成地方秧歌，因此手里的道具呢，用的最多的是阿姨们用手绢花，叔叔们呢则用绸带。）

2、在看一次，提出要求：仔细看，试着学一学。（试试手，脚的动作）

二、学习秧歌十字步

1、师：今天我们也来学一学秧歌的基本步伐，它有一个好听的名字叫“秧歌十字步”（出示秧歌十字步大图示，为幼儿讲解图示的看法，并让幼儿试着看图自己先走一走，老师指导理解图谱意思）

2、老师示范秧歌步动作

秧歌步：第一拍，左脚起步向前交叉方向走，第二拍，右脚向前交叉方向走，第三拍，左脚向后交叉方向走，第四拍，右脚向后交叉方向走。注意，准备的时候，双脚站在小脚印上，走步时，可以根据图谱上的口令提示走。注意脚步和颜色的对应。

3、幼儿学习秧歌十字

师：小朋友们别着急，我们随着秧歌十字步图示，老师和小朋友一起来学习，很快就能学会了！

幼儿人手一块十字步图谱，幼儿练习老师观察辅导

4、鼓励幼儿跟随音乐边唱边练习秧歌十字步，老师个别辅导。

5、小朋友们快看，老师给你们带来了道具，手巾花、绸带

男小朋友拿绸带，女小朋友拿手绢花，双手自由舞动听音乐练习。

三、尝试听音乐男女对舞，鼓励幼儿创编造型。

四、小朋友们跳得真好，让我们回家表演给爸爸妈妈看好吗？

学习山东秧歌心得体会篇七

东北秧歌是中国传统文化中的一颗璀璨明珠，充满了浓郁的地方特色和民族文化，它时刻在我们心中承载着对家乡的思念和对传统的热爱。参与学习、表演和观赏东北秧歌的经历让我更加了解了这一独特的艺术形式，也使我对它有了更深的体会。在与东北秧歌相伴的日子里，我领略到了它的魅力和独特之处，深深地爱上了这个让人心旷神怡的艺术。以下是我对东北秧歌的一些心得体会。

首先，东北秧歌的节奏感强烈。每一次表演，东北秧歌都以强烈的节奏和鲜明的旋律引起观众的共鸣。在舞台上，舞者们用优美的舞姿和饱满的情感展现了东北秧歌的独特韵律。跳动的脚步声与欢快的音乐相互交织，形成了一幅美妙的画面。这样的节奏感让观众们仿佛身临其境，感受到了浓烈的东北风情。

其次，东北秧歌的表情丰富多样。正是由于东北秧歌表演者对角色和情感的深入理解，他们能够将各种表情充分融入到舞蹈中。当他们跳跃、旋转、摆动时，脸上的表情时而庄重严肃，时而天真烂漫，使观众们能够更好地理解舞蹈背后的深层含义。这种表情的刻画，不仅能够增强观赏者的审美享受，更能够让人更好地感受到东北民族的骨子里所蕴含的独特气质。

再次，东北秧歌所传达出的文化内涵值得深思。东北秧歌是东北地区百姓生活的真实写照，其中融入了丰富的民间故事

和传说。无论是表达对大自然的崇敬，还是对天灾人祸的抗争，东北秧歌都通过生动的舞蹈形式向观众们展示了东北人民的智慧和勇敢精神。观看和学习东北秧歌，使我对东北地区的人文风情，对东北人民的生活方式都有了更加深刻的了解。

最后，东北秧歌是中华民族传统文化的重要组成部分，也是东北地区人民的精神寄托。在如今文化多元化的时代，东北秧歌更是承载着与时俱进的历史使命。通过对东北秧歌艺术的传承和创新，东北地区正不断发扬光大着这一传统艺术。参与表演或欣赏东北秧歌的过程，让我倍感骄傲和自豪。这不仅是东北地区人民对自身文化的认同和表达，更是中华民族文化传统的延续和弘扬。

在东北秧歌的世界里，我感受到了浓厚的家乡情怀和对传统文化的热爱。东北秧歌不仅在舞台上展现了独特的艺术魅力，更在我们的心中播撒了一颗爱国爱家乡的种子。让我们共同传承和弘扬这一中华民族的瑰宝，将东北秧歌的美妙艺术带给更多的人，让更多的人爱上东北秧歌，爱上我们的祖国。

学习山东秧歌心得体会篇八

“瑶瑶，快起床。”我睁开眼一看是姐姐在叫我起床，我穿好衣服发现奶奶不在家便问姐姐：“姐，奶奶呢？”“去参加一年一度的秧歌大赛了。”姐姐接着说：“快点起床，一会去比赛现场观看比赛。”我飞速洗完脸、梳完头，连饭都顾不上吃就和姐姐去比赛现场观看比赛了。

还没开始比赛就已经人山人海了。我和姐姐像两只小耗子似的挤进人群中，走到了第一排，比赛情形一目了然。比赛开始了锣鼓喧天，鞭炮齐鸣。

比赛的节目分三类，一类是舞龙；一类是高跷，还有一类是秧歌儿，舞龙的节目只有一队，是由十几人人组成的，这条

龙每一段就会有一根杆子。他们一个人一个杆子，左右摇动，他们的动作那么协调、那么有序，把龙舞得活灵活现的。

高跷的节目也只有一队，他们衣着整齐，站在高跷上如履平地，近看他们的服装你就会知道他们平时有多么累了。

轮到奶奶的队伍出场了，他们一场就响起阵阵欢呼声，叫喊声连成一片。他们个个精神饱满、神采飞扬，他们穿着整齐的服装，奶奶带着红帽子，穿的是绿色上衣和裤子，上衣还绣着一条龙，亮眼极了。随着锣鼓声轻盈的舞动着手中的扇子和手绢，现在的奶奶好象年轻了二十几岁。我和姐姐都暗暗的想：奶奶一定会进前三名的。我们看见奶奶就向她招手此时的奶奶笑着更加灿烂了。

最后爷爷、奶奶们用实力告诉我们他们是最棒的。人们都说：“最美不过夕阳红。”他们让我看见最绚丽多彩的夕阳红。

学习山东秧歌心得体会篇九

随着岁月的流转，中国传统文化逐渐淡出人们的视野，但有一种艺术形式却一直在传承，并以其独特的形式和魅力吸引着我——那就是秧歌。近日，我参加了一次秧歌课程，不仅收获了艺术技巧，更体会到了秧歌所传递的精神内涵。以下，我将从个人感悟、技能提升、秧歌的魅力、文化传承和艺术追求这五个方面展开，分享我对秧歌课的心得体会。

首先，通过参加秧歌课，我有了一些个人感悟。秧歌不仅是一种艺术形式，更是一种精神追求。在秧歌的舞蹈中，我能感受到舞者们对生活的热情和对美好的渴望。每一个动作都蕴含着对生命的礼赞和对幸福的追求。在参与其中，我不仅发现了自己对艺术的热爱，更收获了对生活的一种积极态度。秧歌的精神追求也启发了我对其他事物的思考，让我明白只要我们怀着一颗积极向上的心态，无论在什么环境中，都能找到属于自己的快乐。

其次，参加秧歌课给我带来了技能的提升。秧歌舞蹈要求舞者掌握一系列的動作，需要舞者具备良好的舞蹈技巧和协调能力。在课堂上，老师耐心教授我们每一步的動作要领，细致的指导让我受益匪浅。通过不断的练习，我逐渐掌握了一些秧歌的基本技巧，从舞姿的端正到舞步的灵活，从手势的饱满到节奏的把握，我都感受到了自己在不断成长过程中的进步。这种技能的提升不仅让我更加热爱秧歌，也增强了我对自身能力的自信。

秧歌的魅力也是我在参加秧歌课中深刻体会到的。秧歌作为一种民间艺术形式，以其独特的韵律和动感的舞姿吸引着人们的眼球。在课堂上，老师为我们播放了不少优秀的秧歌表演视频，让我们能够欣赏到这门艺术的魅力之所在。从舞者们的激情飞扬到动作的精准与默契，每一次的表演都给人以震撼。正是这种魅力让秧歌得以在千年不衰的岁月中传承下来，并在现代也吸引了越来越多的年轻人去加入其中。

秧歌作为中国传统文化的重要组成部分，既承载着历史文化的瑰宝，也呈现了中华民族勤劳智慧的结晶。参加秧歌课让我体会到了这份文化传承的责任感。秧歌不仅是一种舞蹈形式，更是代表了一种价值观念和民族精神的传承。在课堂上，老师向我们讲解秧歌的起源、发展历程以及文化内涵，让我们更加深入地了解这门艺术。作为当代的年轻人，我们应该传承和弘扬秧歌这一优秀的传统文化，在秧歌的舞蹈中承载着历史的记忆，将其继承下去。

最后，我深信艺术的追求是无止境的。参加秧歌课，让我看到了艺术的广阔天地和无限可能。秧歌课的每一次表演都是对艺术追求的探索和挑战。虽然我还只是初学者，但我觉得秧歌给了我一个表达自己的空间，让我能够通过舞蹈将自己的情感和思想传递给观众。在秧歌的舞蹈中，我找到了一种与自己对话的方式，从中得到了心灵的寄托和释放。这种追求艺术的过程是一个不断琢磨、不断进步的过程，我希望通过秧歌这门艺术，不断地挑战自己，展示出更好的自己。

总而言之，参加秧歌课给我带来了很多的收获，从个人感悟到技能提升，从秧歌的魅力到文化传承，以及对艺术追求的体验，都让我对秧歌有了更深刻的认识和理解。我相信只要我们坚持不懈，用心去践行，秧歌这门艺术将一直在我们生活中绽放着最璀璨的光芒。

学习山东秧歌心得体会篇十

东北大秧歌，总是给人们的节日增添了喜庆的气氛，让人们感受到了生活的美好。小编整理了东北秧歌的表演形式介绍，欢迎欣赏与借鉴。

大鼓秧歌在三种形式中流传最广，尤其以辽南地区的营口、海城及盖县等地更为盛行。主要通过使用的道具来与小鼓秧歌区分。

小鼓秧歌分“天津高跷”和“小鼓高跷”两种。表演者脚踩一尺六寸左右的木制跷腿，因为两者都以腰鼓和手锣伴奏，所以统称小鼓秧歌。

地秧歌是一种不踩高跷表演的秧歌，现在我们在课堂上所学的都属于地秧歌。地秧歌又叫“地蹦子”，主要流传于沈阳、抚顺一带。

人们的思想、审美、情感、观念都随着这个社会的快速发展而发展。作为一名舞蹈演员也深刻体会到社会的进步。中国有五十六个民族，汉、蒙、藏、鲜、维等等，可想而知民间舞的丰富多彩，同时也造就了不同的舞蹈风格。而这个风格恰恰就是跳好民间舞的关键所在。东北秧歌也一样，有其特定的风格，失去了这种风格就不再是秧歌舞。今天的东北秧歌形式诙谐，风格独特，广阔的黑土地赋予它纯朴而豪放的灵性和风情，融泼辣、幽默、文静、稳重于一体，将东北人民热情质朴、刚柔并济的性格特征挥洒的淋漓尽致。稳中

浪(活泼)，浪中俏，俏中艮，总体归纳为“艮、俏、浪。同时，花样繁多的“手中花”，节奏明快富有弹性的鼓点，这些是东北秧歌的最大特点。

“艮、俏、浪”在东北秧歌的含义。只具有特殊的指导意义，著作中对于“艮”的介绍，少之又少，而且据我了解这个“艮”有很多人都不知道什么意思，所以我查阅了很多关于东北秧歌的资料但是释义很少。所以我凭自己在学习和实践当中的不断总结我觉得应该是膝盖规律性的“顿劲”和舞动翻转时的“利索劲”结合起来，形成一种特殊的动律，称为“艮(gen)劲”。动作中最能体现东北秧歌特点的是前踢步、后踢步和手绢花。

东北秧歌的前踢步，蕴含了许多特有的风格特征，比如：收回正步移中心的那一瞬间，体现出了女孩特有的细腻与体态表现了柔情似水的美感。其实舞蹈就像一道菜，同样的一道菜，不同的人炒就会炒出不同的味道。因为每个人的理解不一样，所以表达出的情感各不相同！

原来的东北秧歌以“小”为美。但是随着东北秧歌现代发展趋势，对于东北秧歌的动作训练在课堂就已经按照舞台的感觉、人们的审美观和发展趋势来要求。比如：以前东北秧歌有很多幅度大的动作和幅度小的动作，但现在要求幅度“大”的动作要更大。而幅度“小”的动作要更小。使其更能适应现代舞蹈者的内心体验和意境追求。舞蹈是人类心灵的表达，我觉得只有了解东北秧歌才能从内心真正感受到风格。才能将风格展现出来。