

加拿大云南总商会

Nafa Dance Studio

首届“爱心舞蹈支教”活动

2018



加拿大
云南总商会



NaFA
DANCE STUDIO

加拿大
娜法舞蹈工作室



中國東方航空
CHINA EASTERN



云南省歌舞剧院

YUNNAN PROVINCE SONG AND DANCE THEATRE



雀之恋
PEACOCK ART CENTER
艺术培训中心

活动： 首届 Nafa Dance Studio 和
加拿大云南总商会 共同主办
“爱心舞蹈支教” 活动

日期： 2018 年 7 月暑期夏令营

地点： 加拿大安大略省万锦市
中国云南省昆明市
中国云南省普洱市澜沧拉祜族自治县
中国云南省西双版纳傣族自治州

主办单位： 加拿大云南总商会
加拿大娜法舞蹈工作室 **Nafa Dance Studio**

支援单位： 云南省歌舞剧院
雀之恋艺术培训中心

赞助： 中国东方航空公司



加拿大云南总商会

Yunnan General Business Association of Canada

加拿大云南总商会
Yunnan General Business Association of Canada
联系电话: 647-994-1577

加拿大云南总商会于2015年6月在安省注册成立的非营利性组织，是云南省贸促会的加拿大海外联络处、昆明市加拿大旅游营销中心。

会长朱燕女士被聘为中国侨联创新创业联盟首届海外委员、云南省海外交流协会常务委员、云南省侨联海外顾问、昆明市政协海联会常务委员、多伦多华人团体联合总会常委。受邀参加加拿大特鲁多总理的活动，中国国务院李克强总理访问加拿大时受邀参加见面会。

朱燕会长带领下，加拿大云南总商会积极搭建加中两地友好交流的桥梁，2017.11月，独家承办了“文化中国 七彩云南”加拿大云南文化展。从多伦多到渥太华3场精彩绝伦的云南原生态民族歌舞演出暨“魅力云南图片展”，得到了两国政府和主流媒体的高度赞扬和报道，为宣传推广云南及中国文化做出积极贡献。

社区活动



受邀参加加拿大特鲁多总理和中国李克强总理的见面会



参加联邦移民部长胡森活动



前总理哈珀合影



多伦多总领馆何炜总领事祝贺演出成功



“文化中国 七彩云南”2017年云南文化周



多伦多精彩演出



渥太华精彩演出





娜法舞蹈工作室

加拿大 多伦多

娜法舞蹈工作室 Nafa Dance Studio 为你提供全面高效的专业舞蹈课程。这里有现代舒适的训练环境。我们以质量精准的小班授课，让学员不仅能学习到中国传统民族民间舞蹈，还可以科学系统地接受基本功及芭蕾训练。我们的学员更能接触到专业的现代舞种。感受身体综合能力提高的同时，亦能发现自身多种表演风格的变化，并掌握舞蹈训练的核心。经过我们的精心打造，不仅能优化你形体的气质，还能为你提供考级，比赛和舞台绽放的专业舞蹈平台。



中国民族民间舞蹈的种类和其背后的文化底蕴，是璀璨的文明瑰宝。传承，是中华文化不间断的原因。了解自己的原生文化，对在海外成长和生活的年轻中国人尤为重要。学习中国民族民间舞蹈，是了解广袤祖国各地域人文特征的一个简单而美丽的切入点。娜法舞蹈工作室秉持着传承中国舞蹈文化为宗旨，以教育和弘扬中国舞蹈文化为己任。我们本着“素质教育与愉悦教育并重”的原则，启发年幼孩子们的兴趣，并从中感受，学习和了解丰富多彩的中华民族民间文化。

中国民族民间舞考级
英国皇家芭蕾舞考级
古典舞 现代舞
HIP HOP JAZZ



3980 14th Ave., Unit 19
Markham ON L3R 0B1

647-575-6667

www.nafadancestudio.com

mei@nafadancestudio.com

FLY WITH ME

2018

东方航空 App, 赞美每一次出发





加拿大云南总商会



加拿大 多伦多
娜法舞蹈工作室

首届“爱心舞蹈支教”活动 目的

昆明舞蹈学习交流

- (1) 让在加拿大成长和学习舞蹈的孩子体验中国各民族的舞蹈元素，了解舞蹈背后的中国各地的风土人情和历史文化。
- (2) 让孩子们体验中国专业舞团扎实的舞工训练和优秀的舞台编排。

澜沧支教交流

- (1) 让成长在物质丰盛地区的孩子们体验相对偏远地区的同龄孩子们的生活环境及他们对学习的态度。
- (2) 以“娜法老师支教，大孩子助教小孩子，小孩子相互交流”的模式，在舞蹈，舞台话剧，画画，语文（拉祜语，汉语，英语），科学，运动，游戏，生活知识等各方面进行交流。
- (3) 建立“小伙伴”模式，让每一位参加这次活动的孩子伙拍一位当地的孩子。两人一起体验包括上学路程，农忙，禽畜放牧，水源保护及利用，物资搬运等乡村特有的生活要求。
- (4) 以上述“小伙伴”模式为基础，让孩子们建立笔友形式的友谊。鼓励双方孩子保持联系，达到提升语文能力，促进相互文化交流，并为孩子们启蒙一个积极包容的世界观视野。
- (5) 让孩子们从小培养对现代化物质生活应该持有的价值观及道德基础，并建立起“助人为乐”的观念。
- (6) 让孩子们拥有难得的课外活动，远行历练，和生活经验，对日后升学，就业，及人生训练均有帮助。

西双版纳舞蹈采风

- (1) 傣族舞蹈是中国民族民间舞的一个重要舞种。西双版纳作为中国傣族聚居地，具有浓厚傣族文化，能让孩子们感受傣族舞的风采。



加拿大云南总商会



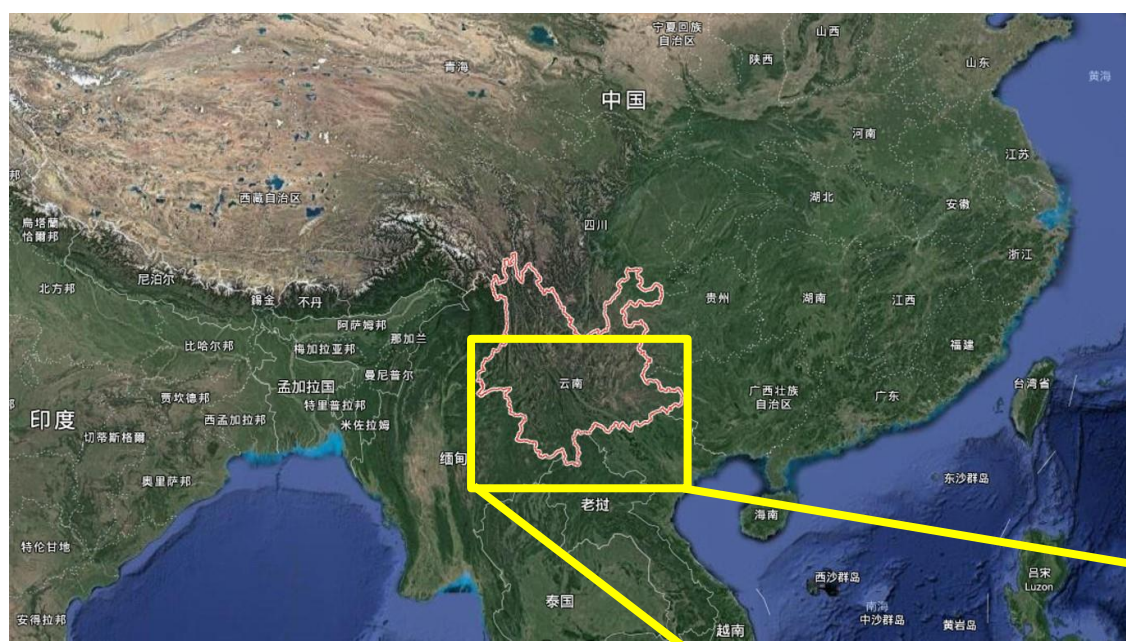
加拿大 多伦多
娜法舞蹈工作室

首届 云南总商会 Nafa Dance Studio “爱心支教” 活动

暂定行程

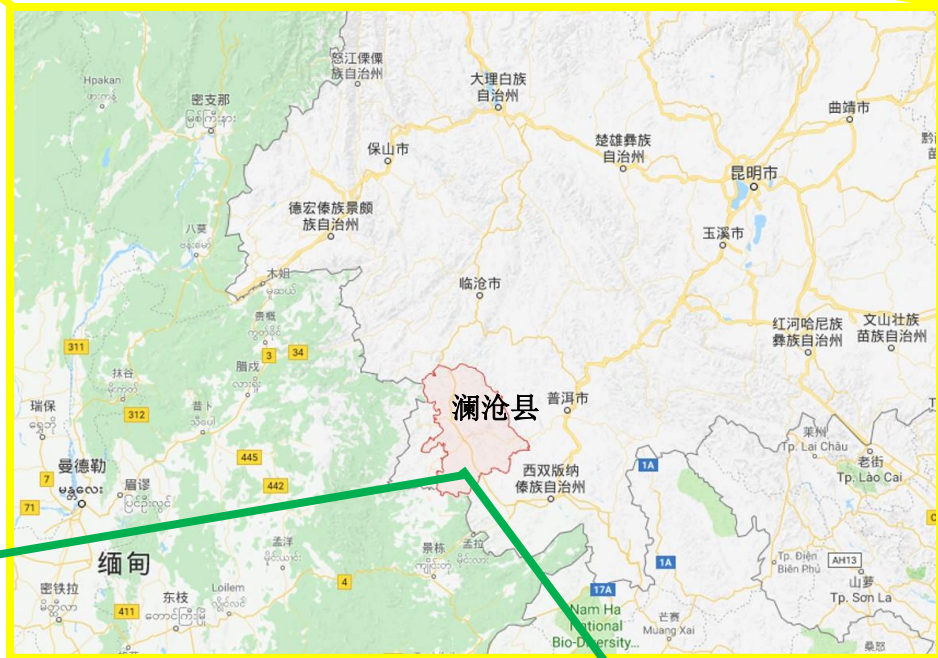
天	暂定日期	周	白天地点	行程	晚上住宿
1	16/07/2018	周一	从多伦多出发到昆明	飞机	飞机
2	17/07/2018	周二	晚上到达昆明		昆明酒店
2	18/07/2018	周三	舞蹈学习交流	留驻当地	昆明酒店
3	19/07/2018	周四	舞蹈学习交流		昆明酒店
4	20/07/2018	周五	从昆明到澜沧	飞机昆明到澜沧	澜沧招待所
5	21/07/2018	周六	澜沧支教交流	留驻当地	澜沧招待所
6	22/07/2018	周日	澜沧支教交流		澜沧招待所
7	23/07/2018	周一	澜沧支教交流		澜沧招待所
8	24/07/2018	周二	体验山区生活		澜沧招待所
9	25/07/2018	周三	从澜沧坐车到西双版纳	中巴车	西双版纳酒店
10	26/07/2018	周四	西双版纳采风 - 回昆明	晚上飞机从西双版纳回昆明	昆明酒店
11	27/07/2018	周五	从昆明回多伦多	飞机	飞机
12	28/07/2018	周六	回到多伦多		

行程费用	加币 \$2,700. ⁰⁰	
费用包括	来回飞机票	中国东方航空
	住宿	昆明酒店
		澜沧招待所
		西双版纳酒店
	用膳	早午晚餐
	城际交通	中国东方航空
	出发前舞蹈训练	娜法舞蹈学工作室
云南舞蹈学习费用	云南省歌舞剧院	
费用不包括	旅游保险	参加者必须持有旅游保险受证明方允许随团出发
	中国旅游签证	中国护照持有人除外
	云南民族村, 云南映像	昆明景点, 舞蹈演出
	野象谷	西双版纳原生态公园



云南省简称“滇”。位于中国西南边陲，与印度，缅甸，老挝，越南接壤。国内毗邻桂，黔，川，藏四省。省西部的横断山脉，是青藏高原的东南延伸。滇北拥有内陆高寒气候。滇南气候相对炎热湿润。省会昆明位于省中部，全年气候温和，自古有“春城”美誉。云南有少数民族有 25 个。其中 15 个民族为云南特有。

澜沧，为云南省普洱市下属的一个拉祜族自治县。人口约五十万。县内以拉祜语为主要语言。该县气候温和，夏季一般为二十到三十摄氏度。平均湿度 70%到 85%左右。该县西面与缅甸掸邦接壤。多有缅甸的拉祜族孩子过境到中国上学。从青海发源的澜沧江，通过藏东南，在滇西与怒江和长江隔山并行，形成三江并流的景象，并于澜沧县出国境成为湄公河，流经东南亚缅甸，老挝，泰国，柬埔寨，最终在越南胡志明市以南注入南中国海。



糯福乡



糯福乡在澜沧县西南部，距县城约 100 公里。南面隔山与缅甸接壤，是澜沧通往东南亚各国的重要通道。乡内人口约一万八千人。居住着拉祜族，哈尼族，傣族，佯族等民族。因山区偏远，乡内有 10 个村约 700 户存在饮水困难或水质未达标等基本生活条件落后的情况。

出发前：基本舞蹈训练



加拿大 多伦多
娜法舞蹈工作室



这项夏令营活动的主题为介绍和弘扬中国民族民间舞蹈文化，尤其是云南的少数民族的舞蹈。参加者需要达到基本舞蹈的程度要求，方能有效地学习到云南省歌舞团



为参加的学员们所提供的专业训练的精髓，及感受到在澜沧山区采风的文化背景。为此，所有非娜法舞蹈学校现有学生的参加者，均需要参加出发前的集训，确保能在本次活动中学习获益。集训将在 2018 年六月份在娜法舞蹈学校上课，为期 4 周，每周一节 1.5 小时的基本云南民族舞蹈课程。细节详情将与报名后提供。



出发前集训地点：
娜法舞蹈工作室

Unit 19, 3980 14th
Avenue, Markham

集训费用已包括在
夏令营整体费用内

第一站：昆明

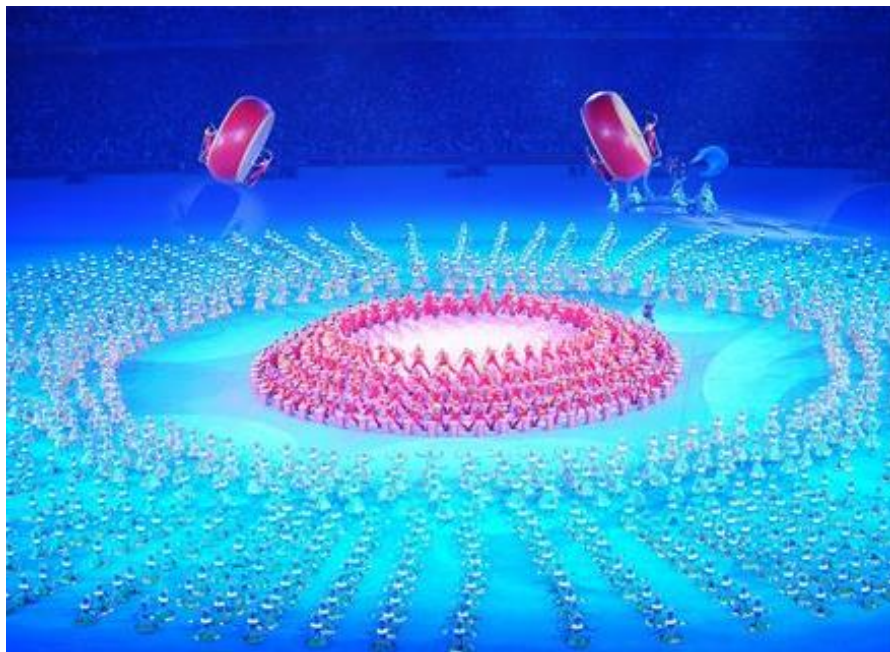


云南省歌舞剧院

YUNNAN PROVINCE SONG AND DANCE THEATRE



大型傣族舞蹈诗剧《泼水节》



2008年奥运会闭幕式演出

我们的第一站将在昆明参加云南省歌舞剧院为我们的孩子们准备的集训和交流活动。我们学习舞蹈的孩子们将亲身体验到中国顶级专业舞团的扎实功底训练，并能参观世界级大舞台，大演出的编排及幕后策划情况。为热爱舞蹈的孩子及其家长们扩宽对整体舞蹈和文化产业的视野。

云南省歌舞剧院最早成立于1950年，初名为云南人民文艺工作团。1956年重组为云南省歌舞团。2003年更名为云南省歌舞剧院。作为全中国少数民族最多的省份，云南省歌舞剧院肩负着把中国民族民间舞的最高水平向全世界展示的任务。多年来享誉盛名的演出包括著名傣族舞蹈家刀美兰表演的独舞《水》、《金色的孔雀》等。近年来，大型民族歌舞《红土恋歌》、《共饮一江水》、《相约彩云南》、《神奇云南》、《舞彩云》、《灿烂彩云南》、《彩云之星》；及大型音乐会《乌蒙金沙颂红军》、《七彩云南我的家》、《珠源放歌》、等优秀作品相继登场，为建设云南成为民族文化大省、宣传云南民族文化作出了突出的贡献。

第二站：澜沧



我们的第二站将会来到澜沧县靠近中缅边境的糯福乡。当地居民多为拉祜族人。拉祜族源于古代羌族。语言与彝族语言为近支。现代拉祜族在云南南部澜沧，临沧，和西双版纳有约45万人口。在缅甸掸邦境内有约25万人口。在泰国和老挝亦分别有约9万和约2万人口。拉祜族以寨子为主要居住形式。寨子中心位置多建有葫芦形状的广场，并于广场中心立有一组石雕葫芦。传说拉祜族的祖先诞生于葫芦中，因此葫芦广场表现了拉祜族的传统观念。

拉祜族的传统服饰以黑为美，男女服饰的主色调都是黑色。男子一般穿对襟短衫、黑布长裤，戴黑布便帽或用黑色头巾裹头。妇女穿开襟、开衩的黑布长衫，袖口、襟边镶着银泡、缝缀着各种花边，下着黑布长裤，头缠黑色的长头布，头布两端装饰着彩色长穗，裹绑腿。农业方面，除主食外，包括糯福乡在内的澜沧南部个乡村亦有种植柠檬，茶叶，药材等高附加值农作物。并有探采蜂蜜，提炼红糖等远近闻名的上盛土特产。



拉祜族主食为当地生产的大米和苞谷。族人亦喜欢用鸡肉或其他瓜菜和菌子作为配料做成稀饭。拉祜族日常喜欢将菜、肉及佐料和水放入一段鲜薄竹筒内煮熟，既有竹之清香，又保持原有肉菜的香味。拉祜族过去和现在均有吃烤肉的习惯。做法用两根竹棍把涂有盐和香料的肉夹在中间，放在火塘边慢慢烤黄、烤香、烤脆后吃。或用芭蕉叶将肉包住埋入火中，烧熟而食。烤肉香脆可口，佐以麻辣调料食用非常开胃。拉祜族平时喜饮烤茶。饮茶的方法是：用陶制小罐把茶叶烤香，然后注入滚烫的开水。如果有客人来了，必须以烤茶招待迎宾。

第二站：澜沧 - 拉祜大寨



传统拉祜族节日庆祝活动



拉祜族寨子里的喜庆活动



寨子里的集市



背着农作物



山乡寨子里的街道



第二站：澜沧 - 山区农家乐



地道美食：野菜，腊肉，笼仔烧饭



澜沧的小朋友们

2018年7月国际夏令营

首届“爱心舞蹈支教”活动



第三站：西双版纳

西双版纳位于澜沧县东南。是云南省下属的一个傣族自治州。境内有中国唯一的热带雨林自然保护区，气候温暖湿润，树木葱茏，蔓藤盘根错节，不少珍禽异兽，如亚洲象，犀鸟，孔雀，黑冠长臂猿都生活在这片热带丛林里。西双版纳人口以傣族为主。市区景洪位于澜沧江伴。风景美丽，民族风情璀璨，是中国重点开发的旅游及文化产业资源。



傣族的历史悠久，在长期的生活中创造了灿烂的文化，傣历、傣文和绚丽多彩的民族民间文学艺术著称于世。在西双版纳到处都有傣族的文化特色。早在一千多年前，傣族的先民就在贝叶、绵纸上写下了许多优美动人的神话传说、寓言故事、小说、诗歌等，仅用傣文写的长诗就有 550 余部。《召树屯与楠木诺娜》、《葫芦信》等是其代表作，被改编成电影、戏剧等。傣族的舞蹈具有很高的艺术水平和鲜明的民族特色，动作为多类比和美化动物的举止，如流行广泛的“孔雀舞”、“象脚鼓舞”等。

西双版纳盛产茶叶，咖啡，药材，蜂蜜，和驰名的热带水果。水果种类繁多，常年不断。包括香蕉、菠萝、芒果、酸梅、酸角、柚子、杨桃、番荔枝、菠萝蜜、荔枝、桂圆、椰子、羊奶果、酸多依、木瓜、山竹、甜角、橄榄和西番莲等。西双版纳的民族风味食品独具特色，傣族风味自成体系，基本的烹饪方法是烤、炸、蒸、剁、腌，很少炒菜；味道特点是：香、脆、酸、辣、鲜。特色地道菜肴如：香茅草烤鱼，酸笋煮鸡，菠萝紫米饭，腌牛筋，手撕酸辣鬼鸡等。



报名方式



Unit 19, 3980 14th Avenue,
Markham, Ontario, Canada
L3R 0B1

(647) 575-6667

www.nafadancestudio.com

微信二维码

