

留的晋商大院由南而北有：灵石的王家大院、祁县的乔家大院和渠家大院、太谷的孔家大院、榆次的常家庄园等，形成了一条纵贯晋中盆地的晋商文化大院带。晋中市推出的中国晋中社火节以围绕“民乐、乐民”的宗旨丰富了老百姓的生活，用响亮的锣鼓敲出信心十足的鼓点，气势磅礴的民俗文艺展演演出幸福生活，绚烂的烟火点亮人们的美好夙愿，群众使之开展的如火如荼，而且为晋中地区创下巨大的经济效益和社会效益。

3.2 晋中地区民俗体育的文化特征

3.2.1 多样性

晋中地区是典型的少数民族散杂居地区，这就赋予了晋中地区民俗体育多样性的特征。舞龙，又叫舞龙灯、赏灯、玩灯、龙灯…名称不少。人们身着盛装舞出各式各样的长龙游走于大街小巷及院落，长龙是由龙头、龙身、龙尾连接的“手举舞龙”，其目的起初是期盼风调雨顺，现在则是为渲染浓厚的节日气氛和锻炼身体；花轿，夕阳西下人们乘坐五颜六色的船只来相会，呈现出一幅百舸争流的画面，借此机会来释放生活工作的压力；祁太秧歌更是扭出人们的心声，展示百姓生活的安逸；旱船，祈盼来年不会遭水灾，粮食丰收；舞狮，不仅需要力量和耐力，而且要求有一定的武术技能，最重要的是狮头、狮身要配合默契，才能让观众看到活灵活现的狮子。除此之外，还有一些有其他民俗活动，如火流星、武术、三合九曲、高跷、抬杠箱、大竹马、刀舞、响马传、耍铁叉、霸王鞭等。

3.2.2 地域性

民俗体育的地域性主要受地理环境、自然和文化心理等因素的影响。如祁县地处黄土高原东部的太原盆地，地势东南渐向西北倾斜，景色优美，山川秀丽，春季干燥多风、夏季湿润多雨、秋季凉爽晴朗、冬季寒冷少雪，四季变化明显。祁县具有厚重的文化底蕴，是晋剧的主要发祥地之一，赋有“武术之乡”的称号，同时也是晋商起源地之一，乔家大院和渠家大院更是名扬内外，在这些有利因素的推动下，祁县民俗体育开展得轰轰烈烈、风起云涌。祁县的擻棍表演令人瞩目，它是利用杠杆原理给观众呈现出的一种空舞艺术。具体做法是将一根以布包裹的长棍置

于棍座之上，棍端由数人操纵，以男孩为演员缚于棍梢坐骑，其扮相犹如仙童驾鹤，待到表演时，棍端由操纵者进行按压，从而引起棍梢忽上忽下，表演者将在空中挥舞衣裳，摇晃手中的串铃，引来观众的阵阵欢呼与喝彩。今有发展为双擻棍。再说祁县的背棍，将一根铁棍竖于一人背后，铁棍上举一演员，随背棍者的步伐起伏，铁棍上的演员就会跟着节奏摇摆起来，博得观众的热烈掌声，为红火的场面增添风采。值得注意的是，不管是擻棍还是背棍上的演员年龄都应该在八岁以内，而且要身体健康，无恐高症。俗话说“十里不同风，百里不同俗”，擻棍和背棍就是这样的，在祁县各种健康因素的孕育下成长。

3.2.3 依附性

丰富多彩的民俗体育活动在人们日常生活中信手拈来，并且各地都有不同的项目，不同的特色。不变的是这些活动的开展时间、地点是固定的。民俗体育是人们自发开展，娱乐身心，进行社交等的活动方式，都是依附于重大节假日（如春节、元宵节）、庙会等时间开展的，在各地的广场、街头或是晋商大院举行，也为红火日子增添了气氛。

4. 结果与分析

随着人们生活质量的不断改善，水平的不断提高，人们更加关注生命的质量，对精神文化的充实更加渴望。因此，人们把更多的闲暇时间放到了丰富多彩的文体活动中，强身健体、愉悦身心。民俗体育活动已成为群众大力推崇的共同兴趣爱好，对健身活动的一种需求，鉴于这种需求，对晋中市进行了问卷调查，以了解晋中地区群众参与民俗体育活动的情况。

参考文献

- [1]郭晓峰.试论民俗体育与全民健身[J].辽宁体育科技,1997,(6):33-37.
- [2]蔡宗信.民俗体育范畴与特征之探讨[J].台北:国民体育季刊,1995,(3):68-76.

培养七年级美术课预习习惯的三个途径

白璐

(盘锦市魏书生中学(盘锦市辽东湾实验中学) 辽宁 盘锦 124000)

古人讲“凡事预则立，不预则废”，也就是说预习习惯是非常重要的。养成良好的预习习惯既是促进美术知识积累，又是提高学习效率的重要手段。七年级学生美术基础相对薄弱，正需要大量的美术知识的了解与积累，需要做好课前预习，为课堂学习做好准备。通过预习，学生才知道要学的是什么，预习能使明确本节课的学习目标，了解重点、难点在哪里，带着疑问上课。为提高课堂效率，教师可以从以下三个途径去培养学生的预习习惯。

一、明确预习要求，提高学习效率

根据每课的不同要求，预习的重点也各不相同。美术课的学习领域主要有：造型·表现、欣赏·评述、设计·应用、综合·探索。实践证明，针对每节课的不同学习领域，预习要求越是明确具体、切实可行，学生的预习效果就越好。

“造型·表现”领域是指运用多种材料和手段，体验造型乐趣，达情感和思想的学习领域。设置“造型与表现”学习领域旨在突出学生的学习活动方式，淡化过于强调学科特色的倾向。对于绘画为主的课节，教师在布置预习任务时，可以要求学生做些绘画相关的材料搜集，让学生查阅资料找一些绘画相关的素材，也可以做一些基础的绘画练习。这样既可以开拓绘画思路，又可以使学生通过绘画练习逐渐提高绘画水平。此外，在搜集素材的过程中还可以开阔学生的眼界，提高学生的审美能力。

“欣赏·评述”领域，通过欣赏与评述、分析与研究、讨论与解释、体验与评价等系列活动，从不同层面深入了解优秀的艺术作品，去体会作品内在的含义，提升学生的审美能力，完善学生的健全人格。对一些名画作品欣赏课，教师在布置预习任务时，可以要求学生做些名画资料搜集，让学生查阅资料查找名画相关资料抄在本上，也可以让学生根据作品的类型，寻找艺术风格相似的作品。此外，作品下方有一些名画介绍，里面的重点知识值得学生记忆，因此摘抄记录极为必要。

“设计·应用”领域，是指运用一定的物质材料和手段，围绕一的设计要求和目的进行设计与制作，传递、交流信息，美化生活及环境，培养设计意识、动手能力和实践能力，并强调学生的创新精神。对于设计制作的课节，教师在布置任务时，可以要求学生做些设计相关的资料搜集，查找一些设计作品，也可以让学生观察日常生活中的设计作品的特点，对设计作品与其应用进行简单的设计分析。

“综合·探索”领域，美术在人类的生产和生活领域中具有极其广泛的应用价值，强调美术与现实生活紧密联系起来，加强跨学科教学的研究与整合，美术各门类、美术与其他学科、美术与现实社会的联系，设计出丰富多彩的“综合·探索”学领域的活动，使美术真正服务于社会，体现他的真正价值。这一领域表现了美术课程高度的综合性，深刻体现了课程改革的基本思想。在综合探索与实际生活相结合的课中，教师在布置任务时，可以根据美术作品的类型，要求学生观察生活中美术作品应用到的各个方面，并分析美术作品在实际生活中起到的重要作用。此

外，学生在美术与实际生活相联系的过程中，更可以体会到美术的广泛应用与重要作用。

二、结合历史背景，激发学习兴趣

美术课堂中，经常会出现许多古今中外的美术作品、雕塑、设计作品、著名画家、雕塑大师、设计师、历史人物形象等，随着众多优秀作品的出现，也出现了各种有趣的历史背景和故事。在课前，布置学生预习，让学生自己去查阅资料，了解历史背景，就会最大限度的调动学生预习的积极性。因为历史背景往往带有一些传奇色彩，例如年画是我国的一种古老民间艺术，和春联一样，起源于“门神”。据《山海经》载称：唐太宗李世民生病时，梦里常听到鬼哭神嚎之声，以至夜不成眠。这时，大将秦叔宝、尉迟恭二人自告奋勇，全身披挂地站立宫门两侧，结果宫中果然平安无事。李世民认为两位大将太辛苦了，心中过意不去，遂命画工将他俩人的威武形象绘之在宫门上，称为“门神”。东汉蔡邕《独断》记载，汉代民间已有门上贴“神荼”、“郁垒”神像，到宋代演变为木板年画。后来，民间争相仿效，几经演变，形成了自己的独特风格，便是现在的年画了。中国现存最早的年画是宋版《隋朝窈窕呈倾国之芳容图》。像这样富有神话色彩的历史背景，非常引人入胜，很容易引起学生的兴趣。在布置学生预习时，可以引导他们去查阅书籍、登录艺术网站、利用网络去查询，这样就极大的调动了学生预习的积极性。

三、培养预习习惯，形成自主预习

美术课堂中，图片所占比重远远超过文字所占比重，图片内容一般为名作欣赏，文字内容一般为名作介绍和重点、难点。因此，预习新课时，首先要结合作品通读本课文字知识，在预习中遵循“书读三遍”的原则：第一遍要结合作品逐字逐句读，弄清各个美术专业术语所表达的含义，圈出重要词语；第二遍有重点地读，将作品下方介绍与作品相结合着理解，圈出重点、难点；第三遍对重点知识理解、反复思考，弄懂美术作品所表达的艺术特点，弄懂专业术语所表达的含义。学生通过预习，可以培养认真读书、看重点、思考问题的习惯。其次，做预习笔记，把查找的资料记录在本上，日积月累，一方面丰富美术知识，另一方面使预习习惯常规化。教师上课时，常有艺术作品赏析，学生在预习新课时，也不妨做些艺术作品赏析，把在网上查找到的作品赏析与自己对美术作品的理解记录下来。分析角度，可以是艺术风格特点，也可以是色彩特点、构图特点等。通过主动地分析，可以帮助学生加深对作品的理解，也可以培养学生的思考习惯，同时，促使学生更积极的参与课堂的讨论、赏析中来。

总之，无论采用哪种方法指导预习，都是为课堂教学做准备，其目的是通过各种不同的预习方法使学生感受到预习所带来的喜悦与收获，形成预习的习惯，逐步培养学生主动预习的习惯和能力。