

# 传承土族民俗习俗 弘扬民族文化

赵元莹

(互助土族自治县博物馆 青海 海东地区 810500)

**【摘要】**众所周知,在一个国家民族精神的组成部分当中,民俗文化是最为重要的一部分,其在某种程度上能够代表民族文化,我国土族人民群众在长期的生产、生活过程中形成了很多民俗和习俗,随着时间的不断推移,这些民俗、习俗也成为了土族民族文化当中重要的一部分,并且使得土族的民族文化具有了鲜明的特色,而且土族的民族文化也成为了我国民族精神当中重要的一部分,因此在后续的发展过程中理应重视土族民族文化的传承和发展,这对于我国文化多样性发展也是具有重要意义的。故此,在本文中就将针对【传承土族民俗习俗弘扬民族文化】进行相关的研究和分析,其主要目的在于促进土族民族文化的传承发展。

**【关键词】**文化传承;土族民俗;民族文化;民俗习俗;研究分析

## 前言

我国在实际的发展工作中非常重视传统文化的传承和发展,而土族民俗习俗就是传统文化中最重要的组成部分之一,因此相关的工作单位、部门需要给予土族民族文化传承发展给予高度的重视,并且采取现代化的方式对其进行传承,促进土族民族文化在现代社会发展过程中进行发展。所以,在接下来的文章中就将针对【传承土族民俗习俗弘扬民族文化】进行详尽的阐述,并且还会在文章中提出一定的具有建设性的意见或者对策。

## 一、土族民俗文化的重要价值

土族是中国人口较少的民族之一,现有人口大约接近20万。主要分布在青海省互助土族自治县、民和回族土族自治县、大通回族土族自治县、黄南藏族自治州同仁县和乐都县,部分散居于海北藏族自治州的门源县以及海西蒙古族藏族自治州等地;还有2万多人聚居在甘肃省天祝藏族自治县、肃南裕固族自治县、兰州市永登县、临夏回族自治州积石山保安族东乡族撒拉族自治县和甘南藏族自治州卓尼县等地区。其中青海省境内的土族约占全国土族总人口的85%。经过相关的了解和观察就能够发现,土族人民群众具有着独特的口音,有不同的生活习俗,也有着属于自己的独特土族服饰,男女上衣都有绣花高领。男子常穿小领斜襟、袖镶黑边的长袍,腰系绣花长带,穿大裆裤,系两头绣花腰带,小腿扎上黑下白的绑腿带,戴毡帽,穿云纹布鞋,老年人在长袍外套黑坎肩。妇女穿绣花小领镶花边斜襟衣衫,两袖由五色布做成,外套黑、蓝、紫镶花边坎肩,腰系绣花宽腰带或彩绸带,悬挂花手帕、花钱袋、荷包、小铜铃等。裤腿外夹1尺高裤筒,下沿蓝、黑色搭配镶边。穿绣花腰鞋,形如靴子。戴各种“扭达”头饰。不同地方的土族衣着稍有不同。这是土族服饰文化特点之一。土族的饮食习惯与以农业为主兼营畜牧业的生产特点紧密相关。日常的主食以青稞为主,小麦次之。蔬菜较少,主要有萝卜、白菜、葱、蒜、莴笋等10余种,平日多吃酸菜,辅以肉食。爱饮奶茶,吃酥油沙面。喜庆节日,必做各种花样的油炸食品和手抓肉(猪肉)、手抓羊肉。男子喜欢饮酒,多数人自家酿青稞酒。饮食卫生也很讲究。用饭时每人都有固定的饭碗、筷子,请客吃饭也是每人一份。房屋建筑依山傍水,各家都有庭院,院内有牲畜圈棚,院外有厕所、菜园和打谷场。房子为平顶,上面可储放粮草。

土族人民有重礼仪的传统。尤其注重尊敬长者,如路遇相识的老人,要下马问候。土族人热情好客,忠实守信。客人来时;主人常说“客来了,福来了!”客人在铺有大红羊毛毡的炕上,先敬一杯加青盐的浓茯茶,再端上西瓜般大小的“孔锅馍”。若是贵宾,桌上加摆一个插着酥油花的炒面盆,端上大盘手抓肉块,上插一把五寸刀子,酒壶上系一撮白羊毛。喝酒时,主人先向客人敬酒三杯,叫做“上马三杯酒”。

在土族早期的发展过程中主要以畜牧业为主,随着时间不断的推移,开始转型至农业,最后形成了畜牧业与农业兼顾的发展少数民族。我国在长期的发展过程中非常重视传统文化的传承发展和文化多样性发展,而且我国本身就是一个少数民族数量众多的国家,每一个少数民族的民俗文化事实上都是传统文化重要的组成部分,缺少了民俗文化,我国的传统文化多样性特点就没有办法得到有效的保持,土族民俗文化的价值也体现在这一方面<sup>[1]</sup>。

民俗文化,其实就是指一个民族在长期的生产、生活过程中所形成的文化,因此民俗文化都带有比较强的区域性特色,土族民俗文化也是如此,并且土族民俗文化的区域性特色还表现在多个方面,其中包括服饰、语言以及生活生产方式等等。从中不难看出,土族民俗文化是在长期的发展过程中逐渐形成的,也是千万土族人民群众生活、生产智慧结晶,其对于我国的文化发展具有着重要的价值,同时对于国内各项事业的发展同样具有比较强的借鉴价值。在实际调查中发现,土族民俗文化当中具有较多的传统体育项目,这些体育项目是土族劳动群众利用生产、生活的经验和实践创造的运动方式,能够体现出土族民俗文化的内涵特点。拉棍项目就是在土族生产实践的基础上出现的一个体育项目,由于其适应面广,形式简单,极易普及,因而在土族民间普遍流行。拉棍比赛,一般为两人参加,双方脚蹬脚坐在地上,手握木棍或锹把,凭智慧和力气互相竞技。但拉蹬过程中双方的双膝都不能弯曲。比赛结果以对方拉起为胜,臀部被拉离地面者为负,能够明显提升运动者身体方面的素质。土族的轮子秋也是土族人民生活场景体现,轮子秋原名叫“车轮秋”,是高原土乡人民用秋收时打碾用的板车车轮、取粮食用的皮绳、藏粮食用的梯子和打碾场上用的石头碌碡拼成的。相传土族先民先后用青龙和野牛犁地,都不成功;最后用黄牛耕地,获得了丰收。人们制作木车运送庄稼,最后一车青稞捆运上场时,车子翻倒,两个净肚娃娃在朝天的那扇车轮上飞舞,口唱丰收曲《杨格咏》。从此,每年冬季碾完场后,人们便在平整宽阔的麦场或者宽敞的场地上把卸掉车棚的大板车轴连同车轮一道竖立起来,稳固住重心,朝上的一扇车轮上平绑一架长木梯,梯子两端牢系上皮绳或麻绳挽成的绳圈。两人相向推动木梯,使之旋转,然后乘着惯性分别坐或站在绳圈内,快速转动起来,同时表演出各种令人瞠目

结舌的惊险动作。围观者则不时地帮推木梯,使之加速旋转。

## 二、弘扬土族民俗文化的对策

土族民俗文化是我国传统文化中非常重要的一部分,因此需要注重土族民俗文化的弘扬和宣传工作,使得全体的人民群众都能够知晓土族民俗文化的特点和魅力,这有利于后期土族民俗文化的传承和发展。

### (一) 组织土族民俗文化相关活动

国内社会经济发展进入全球化发展趋势之后,使得全国人民群众的工作和生活节奏都被大大加快,人民群众的休闲实践呈现出来的是碎片化倾向,此时利用传统的媒体组织土族民俗文化相关活动所取得的实际效果是比较有限的。而新媒体是符合现代人民群众的碎片化休闲时间的,因此在组织土族民俗文化相关活动的过程中可以对新媒体进行有效的利用,以此为基础促进相关的民俗文化活动取得其应有的效果。而且土族民俗文化丰富多彩,实际的底蕴也比较深厚,利用新媒体组织相关的文化活动能够唤醒现代人民群众的感知,并且相关民俗文化活动的开展,还能够极大的丰富现代人民群众的日常生活,因此组织土族民俗文化相关活动对于土族和现代人民群众双方都是大有裨益的[3]。

### (二) 建立个性化、社群化的土族民俗文化活动

与其他文化活动进行比较的话,土族民俗文化活动是具有自身的独特性和个性化特点的,这与新媒体能够提供个性化内容非常契合,因此在弘扬土族民俗文化的过程中,可以利用各种新媒体工具建立个性化、社群化的土族民俗文化,使得传播者和接收者能够进行对等的交流过程,这样也能够有助于现代人民群众了解土族民俗文化的主要特点[4]。

### (三) 建立资源共享的土族民俗文化

土族民俗文化在长期的发展过程中,之所以在弘扬和宣传工作方面受到了一定的限制,其主要的原因之一就是土族民俗文化自身的独立性比较强,在外人不了解的情况之下,容易使得土族民俗文化产生“信息孤岛”的现象,不利于其后续的传承和发展。因此,在新时代的发展过程中,需要针对土族民俗文化建立资源共享机制和平台,这样更多的人就能够通过网络和其他方面的信息化手段及时的了解到土族的民俗文化[5]。

### (四) 开展即时性、交互性的土族民俗文化活动

使得现代人民群众感受到土族民俗文化的魅力最有效的方式其实就是开展即时性、交互性的土族民俗文化。目前一些短视频平台比较流行,在这项工作中可以对短视频平台进行运用,例如鼓励人民群众上传土族体育民俗文化的小视频,这样既能够享受土族民俗文化的即时性和交互性,也有利于提升土族民俗文化宣传的力度,进而促进整个社会向更加精神文明的方向进行发展。

## 三、土族民俗文化的传承和发展

我国在长期的发展工作中就非常重视传统文化的传承和发展,这也是到目前为止,我国民族文化依旧具有比较强的多样性特点的主要原因之一,而土族的民俗文化就是传统文化中重要的组成部分之一,因此后续也需要重视土族的民俗文化的传承和发展,在此提出几点有效的传承、发展举措:

### (一) 注重土族民族文化的传承

我国土族的发展历史悠久,在长久的发展过程中形成了多样性的民族文化,其中涉及到的方面也比较多,其中包括衣食住行、婚丧嫁娶以及礼仪信仰等等方面的民族文化,这些民族文化也是土族生存、发展必不可少的一种精神资源。因此,在实际的土族民俗文化和发展的过程中,需要重视其中的民族文化的传承,简而言之就是将其精髓部分进行传承,保留土族民俗文化的“精气神”,这也是国内实施民族文化抢救保护工程的重点工作内容[6]。

### (二) 培养土族民俗文化人才

在各项工作当中,最重要的永远是相关的工作人才,因为人才是工作进行的基础,也是工作流程的实施者、组织者和引导者,对于土族民俗文化的传承发展工作来说也是一样的,因此想要提升土族民俗文化和发展效果,最有效的方式之一就是培养相关的人才资源。首先需要加强对于国家级非遗传承人的培养,通过传统媒体、新媒体等等途径加大宣传力度,使得更多的人知晓土族非遗民族文化的魅力,扩大非遗传承人的影响力,并且需要给予传承人最大的关心和支持,对于生活上具有困难的需要提供力所能及的帮助。

### (三) 打造土族民族品牌

众所周知,品牌企业所带来的积极发展效应是非常显著的,因此在土族民族文化和发展的过程中需要重视民族品牌的打造,使得民族文化的内涵得以现实姿态表现出来。在这一过程中,需要充分的利用土族自身的资源优势,可以大力推进民间文化艺术之家的建设工作,使得多样化民族文化展示平台被建立,促进土族民族文化的进一步挖掘。另外还需要实现文旅结合,将土族的民俗文化中具有特点和魅力的部分大力进行宣传,吸引外人对其进一步了解,这对于民族品牌的打造

具有着促进作用。除此之外,在打造土族民族品牌的过程中,还需要加强文化交流工作,使得土族的民族文化彻底的走出去,与其他民族文化的交流也有助于土族民族文化发现自身的弱势,后续发展过程中进行针对性的补足[7]。

#### (四) 大力发展民族文化产业

土族自身的发展和民族文化的传承其实都需要发展稳定的民族文化产业,因此需要重视土族民族文化产业的发展工作,并且从产业的影响力和竞争力方面来下手,与之相应的,需要投入相关的人力、物力、财力资源,另外还需要注意的是要提升文化产业的形象,使其形成积极作用,对于土族民族文化的传承和发展能够起到重要的作用。

#### 结语

综上所述,就是目前为止针对【传承土族民俗弘扬民族文化】的相关研究和分析内容,从整体的角度来说,土族民族文化对于我国传统文化具有着重要的作用和意义,因此需要重视这项工作,并且在民族文化抢救保护工程中将其进行贯彻和落实,后续也需要相关工作人员进行不断的优化和完善工作。

#### 参考文献

- [1]管建.构建民族文化研究与展示的平台——《中国土族》2019年春季号、夏季号审读印象[J].中国土族,2019,(4):24.
- [2]任玉贵.土族民族优秀传统文化与高尚精神追求[J].中国土族,2018,(2):31-36. DOI:10.3969/j.issn.1009-8674.2018.02.015.
- [3]王怡雯.土族民族传统文化与精神追求[J].群文天地,2017,(6):44-47. DOI:10.3969/j.issn.1009-6302.2017.06.011.
- [4]张子婕.土族民族文化研究之安召舞及其保护[J].中国民族博览,2017,(20):19-20. DOI:10.3969/j.issn.1007-4198.2017.20.013.
- [5]祁进玉,乔志良.回顾与思考:民族文化有效传承、保护与发展——兼论关于土族语新创文字的讨论[J].中央民族大学学报(哲学社会科学版),2018,45(1):158-169.
- [6]王凤秋.河州型花儿的民族文化融合研究——以青海汉、回与土族花儿为例[D].宁夏:宁夏大学,2019.
- [7]杨思慈.关于民族舞蹈文化的传承与保护——以青海土族民间舞蹈为例[J].中国民族博览,2016,(12):212-213. DOI:10.3969/j.issn.1007-4198.2016.12.101.

## 小组合作构建初中七年级音乐生本课堂的探究

张可心

(泰安高新技术产业开发区第一中学 山东 泰安 271000)

**【摘要】**随着素质教育的深入实施,作为美育主要途径的音乐教育也开始逐渐受到人们的重视。新课标改革背景下,音乐教学不再只注重基础知识与技能的传授,更强调鉴赏能力、创造能力以及审美心理的培养。教学理念、教学方式上也发生了很大变化。本文以初中七年级音乐教学为例,分析如何通过小组合作方式构建生本课堂,提高学生音乐学习主动性和自主性。

**【关键词】**小组合作;初中音乐;生本课堂

在新课改改革大环境下,教育教学越来越强调引导学生开展“自主、合作、探究”式学习。其中“合作”这一词对我们并不陌生,是当下社会发展中的一种主流活动形式。与他人相配合,互帮互助已经成为一种常见的行为和积极的生活态度,课堂教学中也注重引导学生开展小组合作,在集体中实现个人学习价值,提高学习主动性和积极性。初中音乐教学不是单一的唱歌课,还包括欣赏、表现、创造与文化等领域,属于一门综合性课程。因此,教学方法上要体现多元化,尊重学生主体地位,优化“以生为本”的课堂构建。为此,探究利用小组合作构建初中七年级音乐生本课堂尤为必要。

#### 一、初中音乐学科特点分析

《初中音乐课程标准》中明确指出“音乐教学中要突出音乐学科的特点,以审美为核心,关注学科综合。”因此,要想提高初中音乐课堂教学有效性,教师必须充分了解初中音乐学科的特点。

其一,音乐性。音乐作为一种声音艺术,本身具有音乐性特点。在教学中,教师注重这一特点的实现,使用音乐语言引导学生掌握音乐基础知识,具体包括音高、节拍、旋律、速度、力度等。其二,审美性。初中是学生形成音乐感知力的基础,在鉴赏课教学中,教师要教会学生会抓住音乐要素对音乐作品进行鉴赏,感受音乐的旋律以及传达的思想情感。其三,学科关联性。音乐作为一门综合性学科,强调与其他学科相互关联与渗透。因此在教学中教师可以将音乐与舞蹈、绘画、体育等课程相结合,引导学生体会歌词的内涵,增强音乐感受。

#### 二、小组合作在初中音乐课堂中应用的内涵

##### (一) 提高学生音乐学习兴趣

传统课堂教学中,教师习惯择优而问,特别关注学生能力较高以及课堂表现积极的同学,这样一来容易忽视很多对音乐感不强的学生,影响他们学习音乐的积极性,无法实现整体教学质量的提高。小组合作学习的应用,同一小组内包括不同音乐感知能力与学习能力的学生,彼此之间可以相互帮助,互赶互超,大大激发学生音乐学习兴趣,提高主动性。

##### (二) 拉近师生之间的关系

由于长期处在“填鸭式”教学方式中,导致学生与教师、学生与学生之间的关系不够和谐,课堂交流比较少,无法促进知识共享。小组合作的应用可以通过组内讨论,组间交流的方式帮助加强课堂互动,改变学生以往被动接受知识的状态。小组之间还可以展开PK,为学生提供了充分的创造和讨论空间,活跃课堂氛围。学生在团结互助中也可以拉近彼此间的距离,增强师生感情。

##### (三) 利于学生全面发展

当下初中生严重缺乏合作意识与团队意识,不懂得与他人相互配合,不利于健康成长。小组合作教学对学生健康发展起到了关键性作用。通过异质分组,学生之间可以就性格、成绩、能力以及思维的因素学会相互融合。在学习音乐过程中,学会站在不同的视角进行理解,拓展音乐学习思维,提高沟通能力,培养良好素质,促进人格全面发展。

#### 三、小组合作构建初中七年级音乐生本课堂的策略

##### (一) 结合小组合作特点,优化分组实施

小组合作学习方式是指学生在教师的引导下,以合作为主要形式,通过相互讨论与沟通,发现问题、分析问题与解决问题。小组合作在初中音乐课堂教学中的应用首先要清楚该学习方式的特点及作用,并以此为基础,优化分组过程,确保音乐

学习能力的均衡划分,有效实现互帮互助的学习氛围,发挥学生在课堂上的主体作用,培养音乐素养,促进学生全面发展。现阶段,分组一般围绕“组内异质,组间同质”的原则实施,促进组员之间的有效沟通,保持小组之间的竞争水平。在这样的学习方式下,学生有更多的机会进行交流,相比个体学习而言,学生之间会提供更多的信息,在交流中表达自己的观点,为组间竞争提供建议。并且学会聆听与尊重他人的意见,学会从对方的学习方式上读取有价值的信息,及时提高自身学习能力,实现查漏补缺。并且长期处在无形的竞争环境下,学生抗挫能力和心理素质会极大地得到改善。

##### (二) 明确教学目标,选择教学内容

在小组合作学习过程中,学习内容的科学选择以及合作方向的明确,直接关系到合作学习的有效性。学习内容的选择要吻合学生“最近发展区”,能够明确教学重难点,确保通过学生讨论与交流可以实现有效消化与理解,选择有探究性和开发性内容,激发学生探究欲望,促进思维发展。以《黄河船夫曲》教学为例,作为一首陕西民歌,主要的学习目标为:感受歌曲的风格特点,能够用自然、豪放的声音演唱。这首歌曲旋律跳跃性比较强,在引导学生演唱时应注意音准。对于小组合作学习而言,教师可以借助多媒体展示一个小片段,让学生感受陕北音乐的氛围,并讨论陕北音乐的特点,以及自己知道哪些陕北民歌。之后,根据音乐简谱播放该曲目的歌唱过程,初步培养学生陕北音乐乐感。鼓励学生以小组为单位进行接力唱,充分发挥主体作用,培养音乐学习自信。

##### (三) 优化评价体系,促进小组合作有效发展

评价作为课堂教学的重要组成部分,承担着对教师教学效果以及学习学习水平检测的重任。传统教学评价中,评价形式单一,评价标准失衡,评价结果不够全面,很难发现隐藏的具有潜质的学生。新课标改革要求实施多元化评价,建立科学评价方案,这对于小组合作而言非常必要。为此,教师要注重评价体系的优化。首先,教师要对各小组的整体表现进行评价,明确彼此间的优势与不足,便于建立良性竞争。其次,将绝对评价与相对评价相结合,两者统筹兼顾;将终结性评价与形成性评价相结合,提高小组合作学习评级的公平性与民主性,以取得最大的学习成效。最后,考虑到学生心理发展,为了不影响后续教学自信,评价时多鼓励少批评,在鼓励中增加学生学习的积极性和上进心,激发主观能动性。

#### 结语

综上所述,小组合作下的初中七年级音乐教学不仅可以激发学生积极性,还能够提高学生主动性,改善传统教学弊端。作为一名初中音乐教师,要注重对小组合作学习的有效指导,充分发挥学生主体作用,打造主体课堂,激发学生主观能动性,提高音乐学习效率。

#### 参考文献

- [1]宋晓英.小组合作构建初中音乐生本课堂的探究[J].科学咨询(科技·管理),2020(01):189.
- [2]黄俊杰.农村初中七年级音乐课堂分组教学的建设探索[J].黄河之声,2019(20):116.
- [3]卢琳.基于“生本”理念的初中音乐教学实践与研究[J].当代音乐,2016(24):32-33+40.
- [4]吴汉奇.以生为本理念在初中音乐教学中的渗透[J].北方音乐,2020(02):188+192.