



# 《龙鼓赶海》入选全国健身龙舞推广套路

本报讯(宗永根 记者 陈雪峰) 7月15日,《中国龙狮运动协会关于2022年全国健身龙舞推广套路征集结果的通知(龙狮协字(2022)23号)》出台,盐城市翔蓝健身秧歌鼓俱乐部创编的龙鼓舞《龙鼓赶海》成功入选全国推广套路。

《龙鼓赶海》根据我市的传统渔鼓改编而成,在原有的传统文化基础上,增加了云手、秧歌步等健身秧歌鼓的规定动作,能更好地运动全身肌肉,起到强身健体的作用。在渔鼓“咚咚咚”的导引下,人们嬉戏在欢快的音乐声中;通过身体不同部位的多种击鼓方式,在走、摆、扭、跳跃等步伐中穿梭,做出各种喜庆欢快的动作;音乐时而婉转、时而激昂,动作一会扭捏、一会豪放,风格独特,既有鼓的激情,又有秧歌的韵味,场面壮观、高潮迭起,气势恢宏。整个套路编排巧妙新颖,运动负荷科学合理、动作难度适中。

整个作品主题鲜明,充分展现了渔民们捕鱼时的喜庆场面,用真诚感恩海洋,祈求丰收平安,保护海洋,与大海共荣共生。《龙鼓赶海》主要技术动作分为第一组“前奏”,第二组“云手、十字步四方位击鼓”,第三组“秧歌步、跳跃步击鼓”,第四组“过渡动作+结束动作”。其中上肢动作包括云手、四方位击鼓、胯下击鼓、秧歌步击鼓、跳跃步击鼓等,下肢动作有马步、歇步、侧并步、十字步、三步一跳、跳跃步、踢腿等。业内人士介绍,《龙鼓赶海》演练期间平均心率90.89次/分,演练期间平均最高心率124.21次/分,演练结束后平均心率85.14次/分,适宜人群年龄范围16-65周岁。

盐城先民以渔、盐、耕等业为主。《东台琼楼民俗风情简介》(之五)——“渔鼓声声贺丰年”介绍了“渔鼓道情”,渔鼓声声带给人们生活的希望,人们在盼丰年、求平安、庆丰收的仪式上都出现了锣鼓、龙狮等表演。每年9月中旬,国家法定海洋伏季休渔



喜庆的《龙鼓赶海》

期结束,全面开海捕鱼,射阳黄沙港渔民自发举办祭海祈福活动,逐渐形成一个约定俗成的节日——开渔节。

艺术源自生活,应运而生的“渔鼓”,也就表达了广大渔民对大海的渴望、对丰收的期盼。

休闲文化之旅点亮盛夏之夜

## 射阳渔港啤酒音乐节精彩纷呈

□陈敏军



热闹的渔档长街



精彩的节目表演

“海味射阳不夜港”渔档长街海鲜大排档多措并举,聚集人气,打造夜游经济新模式,7月15日晚,“海味射阳亲你一夏”2022射阳首届渔港啤酒音乐节在黄沙港泊心广场开幕,让游客们畅享美酒、美食与艺术表演深度融合的“饕餮盛宴”。

本届啤酒音乐节以“海味射阳亲你一夏”为主题,坚持渔港文化与啤酒文化相融合,消费促进与文化活动相结合,由射阳县旅投集团自主经营,活动为期50天。为满足广大游客的品质化消费体验,啤酒音乐节引入10多个国家和地区的100余款知名啤酒品牌,将举办美食展卖、酒王争霸赛、杂技表演、亲子互动等多场特色活动,为消费者奉上一场主题鲜明、亮点纷呈的啤酒音乐盛会。

在活动现场,一个个精彩纷呈的节目与高科技光影融合,有啤酒水浴狂欢、全民龙虾宴、小龙虾激情赛、美食主题互动、音乐盛宴、游乐世界、全息灯光秀、啤酒竞技等活动内容,这多元消费吸引众多市民打卡体验,广大市民可以在炎炎夏日喝清凉啤酒、吃地道美食、赏精彩节目,感受别样的“食全酒美”夜生活。由射阳县旅投集团倾力打造的“海味射阳不夜港”渔档长街海鲜大排档汇聚全国15家美食商户,可同时容纳数千名游客就餐和体验。除

了多样商业品牌带来的美食享受外,以文创“提鲜”的理念被运用到极致,开放了多个集文创、旅游观光为一体的特色景点,打造射阳“网红打卡点”,全景展示“海味射阳”的丰富内涵。

据了解,今年射阳县夜经济建设启动以来,县旅投集团围绕“夜购”“夜食”“夜娱”“夜游”等生活业态,培育夜间消费品牌,先后推出“海味射阳不夜港”渔档长街海鲜大排档,举办2022射阳首届渔港啤酒音乐节、2022日月岛露营节等大型品牌活动,组织开展了丰富多彩的美食娱乐、文化休闲和打折促销活动,通过文艺演出、娱乐竞技、旅游休闲等多种形式,搭建起宣传射阳文化、展示城市形象、缔结合作桥梁的广阔平台,将进一步点亮城市夜经济,促进射阳夜间经济消费提质增效,对全县经济社会发展起到积极的推动作用。

“全域旅游在射阳,风光射阳是你的目光所向,海味射阳是你的诗和远方,有爱射阳是你的星辰大海。下一步,我们将认真贯彻落实全市文化和旅游产业发展大会的要求,不断书写勇当国企高质量发展排头兵的精彩画卷,以实际行动向党的二十大献礼。”射阳县旅投集团负责人表示。

## 来到夜花海 尽享音乐会

□记者 周峰华 综合整理

释放躁动的灵魂,跟着音乐回归自由,一起来点燃快乐吧。露营生日会、姐妹淘聚会、时光音乐会、亲子泡沫战、露营、狂想派对……夏日的所有信号在这里全集齐了。

当绿色的草坪上支起一顶顶色彩斑斓的帐篷,阳光、绿地……邀你一同出演夏日露营写真大片。和亲密的家人朋友坐在一边,共赏一轮落日。还能选择休憩在营地的帐篷下,身边是

孩子们在奔跑玩耍。在这样开阔的环境里,食欲总是不自觉地打开了。外焦里嫩的烤串,散发着孜然和辣椒面的香味。龙虾香辣、啤酒劲爽,举杯相碰,夏夜里充满了微醺的气息。

在这里,可以带宠遛娃、亲子互动,也能感受露营音乐会的独特魅力。

夜幕降临的时刻,露天电影如约开始。幕布上光影闪烁,讲述着一个

个奇妙的故事。观影再搭配上超地道的北上海小火锅,绝对是资深吃货的最爱了。大家一边看着电影,一边涮着火锅,好不惬意。

接下来属于表演的时刻来临。激情开启炸街舞蹈,缤纷色彩让你目不暇接。灯光、节奏、欢呼……酿造出高浓度的快乐与自由。头顶上方是繁星点点的夜空,耳畔是风声和音乐,享受

着久违的户外乐趣和惬意。

除了相约星空露营,邂逅一场时光音乐会,荷兰花海郁金香音乐节同样不容错过。劲爆的DJ打碟现场、电音摇滚的高歌……一边听,一边摇摆。

现场也将汇聚热爱清凉的玩家们,七彩泡沫嗨玩全场。让你尽情撒欢。沉浸式体验音乐现场,一起度过又燃又炸、荷尔蒙爆棚的音乐冲浪之旅。

展览、社教活动、公开课……

## 市博物馆掀起暑期“研学热”

□席莹莹 记者 赵亮 文/图

一座博物馆就是一所大学。作为历史的保存者和记录者,博物馆承担着重要的社会职能。记者注意到,盛夏时节,气温屡创新高,博物馆成为众多家长心目中的“遛娃胜地”。连日来,越来越多的家长带领孩子走进盐城市博物馆,接受文化的熏陶。



上图:文物吸引了孩子们的目光

右图:孩子们学习古礼

暑期研学游,开启博物馆奇妙之旅

“博物知旅·奇遇敦煌”、活字印刷、传统研学古礼……暑期,市博物馆结合展览,策划缤纷多彩的社教活动,并推出“盐博知夏·乐玩盐博”特色主题夏令营,带领青少年们畅享博物馆里的文化知识盛宴,开启寓教于乐的暑假生活。“扶手、高揖……”7月17日,20余位身着明制汉服的小朋友,在礼仪老师的带领下开启了一场古礼仪式。通过敏萃六礼、朱砂点智、启蒙描红、击鼓明志等仪式环节,寄托开启智慧、明确志向、早日成才等美好愿望。仪式结束后,讲解员带领小朋友们参观展厅,讲解历史文化知识。

从历史厅的文物到生态厅的盐城“吉祥三宝”,再到民俗厅的展陈设计,小朋友们在博物馆“学”与“玩”中了解

城市发展史,领略生态盐城之美,感受记忆中的乡愁。此次研学,市博物馆将文化与实践相结合,以传统国学礼仪贯穿始终。如定制的九宫格套餐,旨在以“飧食礼”的学习,让孩子们了解用餐礼仪,爱惜粮食;而“感恩礼”,则是通过小朋友向父母行躬身礼,与父母拥抱,以此来表达对父母的感恩之情。

“我和孩子一起参加了很多次博物馆的社教活动,这次夏令营活动也非常有趣,博物馆将历史文化知识和游戏结合起来,同时中间还加入了‘少年立志礼’‘开餐飧食礼’‘感恩成长礼’等古代礼仪,不仅能让孩子玩中学,还能让孩子了解传统文化,对于孩子的成长非常有帮助。”市民张女士表示。

敦煌、犍陀罗精品展览,领略丝路文化魅力

由市博物馆精心打造的特展“敦煌石窟艺术展”和“犍陀罗造像艺术展”,吸引了众多观众的关注。

丝路敦煌,艺术圣殿,几千年来,多少人为之迷恋。敦煌石窟是世界上现存营造时间最久、规模最大、内容最丰富、保存最完好的佛教艺术宝库,更是辽阔绵长的丝绸之路上,多元文明互通有无、彼此交融的见证,无疑是中华民族以自己的优秀文化为世界做出的卓越贡献。

“敦煌石窟艺术展”分为“飞天神韵”和“莫高精神”两部分,展出包括敦煌复制壁画、复制洞窟、画像砖、经卷等珍贵文物,展现敦煌艺术文化及“莫高精神”。“飞天神韵”部分通过聚焦敦煌与丝绸之路历史文化 and 丰富多彩的敦煌石窟艺术,多方位呈现了敦煌石窟的千年营建历史、丝路多元文化交汇的艺术结晶和敦煌文化的博大精深

宏;“莫高精神”部分则以敦煌研究院珍藏的老照片和档案资料为主要展品,深刻展示了敦煌研究院76年来积极进取、砥砺前行,为敦煌石窟的保护、研究、弘扬事业不懈奋斗的发展历程和感人故事。

“见相非相——犍陀罗造像艺术展”精选了南京大报恩寺遗址博物馆和南京美美术馆馆藏的27件(套)艺术珍品。这些展品反映了犍陀罗造像艺术的不同形式和题材,观众可以近距离品味犍陀罗造像,既能够感受2000年前文化交流的意义,又能观赏独特的佛造像。

据了解,“敦煌石窟艺术展”和“犍陀罗造像艺术展”将展陈至7月底。为了使青少年们更好地领略世界文化艺术之美,市博物馆还将围绕展览开展“博物馆公开课”“丝路遗珍·绘扇敦煌”等活动。

國緣V9 清雅醬香

醬香新經典

成大事 必有緣

