

# 普通高校体育舞蹈大众化实施途径探究

马国全,张虎祥,杨建文,田宇

(兰州理工大学,甘肃 兰州 730050)

**摘要:** 体育舞蹈是体育和艺术高度结合的一种新兴的体育项目,在高等教育体制不断改革的背景下,体育舞蹈在高校教育中的可行性也受到关注和重视,在注重培养大学生全面发展的今天,体育舞蹈在素质教育中的作用也不容小觑。通过对普通高校体育舞蹈教育现状及体育舞蹈在高校素质教育中的作用进行阐述,分析体育舞蹈在普通高校素质教育中的大众化实施途径。

**关键词:** 普通高校;体育舞蹈;大众化;实施途径

**中图分类号:** G40-03

**文献标识码:** A

**文章编号:** 1671-1246(2015)08-0056-03

人们在更准确、更全面、更科学地以美的规律改造客观世界和主观世界的进程中发现,审美能力是人的重要素质,一个不会审美的人是一个不完全的人。正如我国古代教育家孔子所说:“志于道,据于德,依于仁,游于艺。”一个人的成长发展和全面素养的形成离不开艺术教育。体育舞蹈作为大学体育教学中的一个新兴运动项目,顺应了时代的发展,是健与美有机结合,

集舞蹈、音乐、服装、风度和形体美于一体,具有健身、竞技性质和兼有文化娱乐内涵的运动,有助于发展学生的身体素质和运动技能,改善学生的心理环境和个性。同时,也为大学生的思想教育、道德情操教育等开拓了一个新天地<sup>[1]</sup>。然而由于受中国传统思想的约束,使得学生对于男女双人共舞的形式在思想上还存在一定程度的排斥和心理障碍。因此,普通高校在推进体育

(1)教学从以课堂教学为主转向课内外结合,提高了学生的学习兴趣。原来的药学服务教学见习只是单纯利用了课堂时间,但对于一门实践性很强的课程,仅仅利用课堂时间并不能达到很好的技能学习效果。本课程引入自助式实境教学,能充分利用学生的课外时间进行视频录制和案例的交流讨论。在教师的指导下,学生根据活动主题自己思考、拟订计划并完成时,必然能提高加入团队学习的热情,激发学生的学习兴趣。

(2)能够量化考核实训结果。原来的见习报告一般以见小结的方式完成,重在文字表达,教师难以量化评分。但在自助式实境教学中,教师组织学生对各组上交的视频进行交流、学习、讨论,最后组间互评打分,能够对学生的实训结果进行量化考核。

(3)能够实现资源共享。教师组织学生对各组上交的视频进行交流学习,能实现资源共享。对于教师来说,可以丰富教学资源,从中抽取典型案例反复让学生进行分析和学习,能使学生对知识的学习达到从点到面的提升。

(4)能更好地培养学生的药学服务素养。学生在校内实境仿真实训前先进行自助式学习,能更好地培养药学服务素养,符合学生的认知规律,能循序渐进地培养学生的药学服务职业素养。

(5)培养学生的自主学习能力和团队合作精神。团队合作精神是21世纪人才必备的基本素质之一<sup>[2]</sup>。学生到医院自主拍摄药学服务视频前,要先查阅相关资料,团队要进行合理分工,

相互协调,拟订拍摄计划,实施拍摄方案,对于选择哪些案例要进行讨论等。这些活动不仅培养了学生的自主学习能力、认真负责的精神,而且能培养学生集思广益、分工合作的团队精神<sup>[2]</sup>。

### 3.2 引入自助式实境教学应注意的问题

(1)自助式实境教学受人力、物力限制,因此,在实境拍摄活动设计中,优先考虑应用性较强且学生易理解、掌握的药学服务案例进行视频拍摄。

(2)在教学过程中,一方面,教师要克服干预过度,始终坚持以学生自主探索为主,培养学生思考与解决问题的能力;另一方面,也不能完全放任学生,使自助式实境教学达不到预期的教学目的。

因此,将自助式实境教学法引入医院药房实践教学具有很大的优势,可以凸显高职教育的开放性、真实性和自主性,真正按照“实境学做,自主创新,素养先行”的高职教育理念培养一线的药学服务人才。为进一步有效地提高本课程的教学质量,教师必须合理分析,不断改进已有的教学方法,将以往单一的“填鸭式”教学转变成各种灵活的教学方法,从而有效地提高教学质量。

**参考文献:**

[1]李彩君,郭卫中,罗懿妮,等.案例教学在医院药学实习带教中的应用[J].海峡药学,2013,25(11):198-200.

[2]陈菲.在医院药学教学中引入模拟药房的思考与实践[J].卫生职业教育,2009,27(3):73-74.

[3]尹桂华.模拟药房教学实践[J].中国药房,2012,23(8):765-766.▲

舞蹈大众化的过程中,应着重考虑大众化途径的问题。

### 1 普通高校体育舞蹈教育现状

长期以来,艺术大众化教育在我国以应试教育为主体的社会背景下始终得不到应有的重视,从小学到高中,无论是学校教师还是学生家长,最关注的是学生的考试成绩和升学率。在这种教育的大环境下,艺术教育、审美教育被视为“没有用的东西”,被学校和学生抛诸脑后<sup>[2]</sup>。相比而言,美国早在1994年就制订出版了《艺术教育国家标准》(以下简称《标准》)。该《标准》有一个副标题,指每位年轻的美国人在艺术中应该知道什么和能够做什么。这种全新的素质教育规定艺术等同于数理化等核心学科,这显然是以全球宏观的文化视角来关注人的教育和人的发展,符合人类渴望心灵感知、审美体验的本性。《标准》强调,艺术教育不是少数天才的专利,所有学生,不论背景、天赋,即便残疾,都有权享受艺术教育及其提供的丰富内容,舞蹈教育便是其中之一。

进入21世纪,我国科学技术快速发展,在社会物质、文化、感情和审美等方面进行了开拓与变革。李岚清在其《李岚清教育访谈录》一书中有这样的描述:在重视共同基础和全面发展的前提下,可以根据学生的发展特点,逐步创造条件,安排丰富的选修课程让学生选择。同时,可以试行学分管理的办法。实践表明,素质教育能更好地激发学生的学习兴趣 and 主动性,有利于学生更好地掌握科学文化知识,更有利于各个领域拔尖人才的成长<sup>[3]</sup>。这无疑给高等教育提出了培养目标综合化的要求——必须重视人的素质的全面提高。体育舞蹈作为一种新兴的艺术类体育项目,以其独特的锻炼方式将“快乐体育”融入体育中。这种教育形式不但具有艺术教育静态美学的渗透,而且有体育动态运动的渗透。它不但充实和丰富了素质教育内容,而且拓宽了素质教育的实施途径,对提高普通高校大学生的审美能力和艺术创造力有着深远的战略意义。

自2006年12月“阳光体育运动”开始实施以来,体育舞蹈以鲜明的时代性、强烈的节奏感而深受大学生喜爱。但目前由于学校认知、场地设施条件、地区经济发展及师资等各方面原因,只有为数不多的高校开设了面向全体学生的体育舞蹈选修课程,大部分普通高校的大学生在在校期间几乎没有机会接触体育舞蹈艺术教育。尽管有的高校学生自发创建了体育舞蹈艺术社团,但在日常的训练中,由于场地及指导教师的缺乏,导致社团的活动难以得到保障,训练效果不佳,舞蹈审美能力也相对较低,对舞蹈作品的赏析仅仅停留在形式美欣赏的层面上。另外,很多高校的体育舞蹈社团门槛过高,原因在于社团要代表学校参加各种大型比赛和表演,因此对入团学生的要求较高,这样自然就将许多“条件一般”的学生拒之门外。

目前,体育舞蹈在普通高校的普及手段主要是开设体育舞蹈公共选修课程。然而受上课所需硬件(如舞蹈房大小及数量)及软件(教师人数及专业素养)的限制,将很多热爱体育舞蹈的大学生阻挡于大门之外,使体育舞蹈大众化受到制约。加上大多数学生舞蹈基础薄弱,甚至在进入大学前从未接触过舞蹈,在基本姿态和动作协调性上都难免存在一定问题,这不仅会影响大学生学习的自信心,更会影响他们对体育舞蹈学习的兴趣和热情。另外,高校的体育舞蹈公共选修课与其他课(如专业课

等)同时开课,选课的时间冲突也会使很大一部分对体育舞蹈感兴趣的学生放弃选修。

以上种种情况表明,体育舞蹈的大众化教育似乎是校园里的一个口号。而将体育舞蹈教育渗透到高等教育中,发挥其独有的功能,并使之逐渐走向大众化,这不仅仅是一个口号的问题。

### 2 普通高校开设体育舞蹈课程的具体意义

著名科学家李政道曾说过:“科学与艺术是一枚硬币的两面。”艺术以生动的表现形式陶冶学生,科学以严密的逻辑和知识丰富学生的才智,无论是重科学忽视人文艺术还是重人文艺术而忽视科学都是不能要的,两者在培养高素质人才的过程中是不可分割的。作为一项新型体育运动,体育舞蹈融多种艺术形式于一体,形式多样、风格多变,将艺术与运动相结合。在普通高校开设体育舞蹈课程,既是高校体育教学的需要,也是实现大学生健身价值、社会价值和审美价值最有效的途径。

#### 2.1 丰富高校体育课的内容,提高学生参加体育活动的积极性

目前,高校体育课开设的可供选择的项目可以说是越来越丰富多样,除了传统的“三大球”外,瑜伽、形体、攀岩、户外运动、定向运动等各种比较新颖的项目也已加入到高校体育课中。作为一种新兴的运动项目,体育舞蹈将艺术与运动高度结合,符合目前高校体育教学改革的需要,是高校素质教育的有机组成部分。另外,体育舞蹈种类较多,分2个项群,10个舞种,如华丽典雅的华尔兹,欢乐跳跃、轻快灵活的快步,婀娜多姿、柔媚抒情的伦巴,热情奔放、诙谐风趣的恰恰等。舞种的多样性能够满足不同学生的需求,为不同学生学习体育舞蹈提供了可能性,极大地丰富了高校体育课的内容,同时也使学生参与体育课的积极性得到极大提高。

#### 2.2 有助于大学生塑造良好的形象气质

现在很多大学生不注意自身气质的培养,在日常生活中由于学业繁重或者生活中的许多不良生活习惯等原因,导致了驼背、斜肩、歪脖、O型腿等不良体态,在很大程度上影响了大学生的形象气质。体育舞蹈中的形体训练主要是以芭蕾舞的基本动作为基础来塑造人最基本的身体形态,有规律地参加体育舞蹈锻炼,可以实现有效的生物学改造,从而塑造优美的体形,并在一定程度上矫正体形,使体形符合一定的美学标准,为塑造良好的形象气质奠定基础。

#### 2.3 有助于大学生的身心健康

体育舞蹈是一种全身性的高负荷运动,表演者需要身体形态、生理功能、生化功能、神经系统功能、循环系统功能的健康发展,更需要表演者的速度、耐力、力量、柔韧等各项素质全面发展,还需要表演者拥有较高的心理素质和智能水平,表现为伶俐、聪明、悟性好、表演意识强。因此,经常参加体育舞蹈活动,学生的肌肉可以得到放松和锻炼,呼吸循环和血液循环得到改善,平衡能力和灵敏度得到大大提高。与此同时,体育舞蹈可以消除平时学习中的疲劳,缓解因为学习压力而造成的精神极度紧张。在优美动听的音乐声中,学生翩翩起舞,将情感注入到舞蹈当中,通过优美的肢体语言展现出来,忘却了学习的疲劳,得到了全身心的放松。

#### 2.4 提升大学生审美能力、想像力以及创造力

美具有形象性、愉悦性、陶冶性、体验性等特点。每个人对事物的认识均是从知觉开始的,通过感知事物的表象,进而激起美感,心情愉悦,从而享受美。体育舞蹈中的形体美、动作美、服饰美、音乐美等无不体现出美的这些特点。体育舞蹈是以肢体语言的美感使学生得到熏陶,同时以所有艺术共有的内在情感来使学生的鉴赏能力得到升华,帮助学生树立正确的审美观,提高他们对美的感受力、鉴赏力、表现力和创造力。

除了培养审美能力,体育舞蹈对人的创造力和想像力的培养亦起着潜移默化的作用。理学家认为,人的想像力、创造力源于形象思维。形象思维的好坏决定了人是否具有想像力、是否具有创造潜力,而艺术教育的各个环节都包含着创造和再创造的过程。学生在学习体育舞蹈的过程中,可通过自身学习和教师启发、引导去开拓和创新,勤以想像,把日常所见所闻加以提炼和概括,使之变成艺术素材,并巧妙地用肢体语言传递出来,从而培养学生整合创新、灵活贯通的多种能力。因此,体育舞蹈教育对激发学生想像力、挖掘学生创造力具有深远的意义。

### 2.5 有利于大学生人际交往能力的提高

人际交往能力是指妥善处理组织内外关系的能力,它是素质教育中十分重要的一项,同时也是社会生存的一项基本技能。体育舞蹈是两个或者多个人合作的艺术,需要在给定的音乐节奏范围内,运用身体技术与舞伴或团队配合完成。在这个过程中,学生能够在轻松愉悦的情绪下进行舞蹈知识与技术上的交流与配合,在一定程度上消除男女之间的心理制约,并逐渐学会理解和包容对方,出现问题一起想办法解决,不断提高自身的艺术修养与素质。同时,体育舞蹈要求舞者气质高雅、姿态挺拔,这种良好习惯的养成也将使学生在未来的学习、工作和生活中受益匪浅。

## 3 普通高校体育舞蹈大众化的有效途径

基于体育舞蹈在高校素质教育中的重要意义,决定了体育舞蹈教育在高校中具有很大的可行性。然而如何在普通高校开展体育舞蹈教育,并使之趋向大众化,已越来越受到教育界的关注和重视。笔者认为,将普通高校的体育舞蹈教育放在大众化视角下进行研究,既有利于推动普通高校的体育舞蹈教育向前发展,也有利于实现体育舞蹈的普及和艺术价值的最大化。

### 3.1 从规范化、制度化入手,抓好体育舞蹈课程开设工作

开设体育舞蹈公共选修课是普通高校进行体育舞蹈教育的重要途径,各校应结合自身的实际情况,合理进行课程设置,促使该项工作尽快走上规范化、制度化的轨道。另外,可在开好公共选修课的基础上努力创造条件,开设体育舞蹈必修课。

### 3.2 教学内容、方法多样化,营造良好的教学氛围

当前普通高校学生体育舞蹈基础较差,要使他们在较短时间内了解、掌握体育舞蹈,合理的教学内容和科学的教学方法是关键。首先,体育舞蹈教学应是一种快乐教学,在教学过程中表现为重情绪的积极体验,重过程的主动参与,重人际关系的宽松和谐,重个性的独立解放,使学生在优美的音乐声中保持愉悦的心情,从而不知不觉地获得身心健康发展<sup>[4]</sup>。其次,在课时量允许的前提下,可利用多媒体手段进行辅助教学,从而开阔学生的舞蹈视野。另外,还可以在体育舞蹈教学中加入运动损伤知识的讲解,不仅能够很好地拓宽学生的知识面,还可预

防学生身体受伤。

### 3.3 积极开展课外文化艺术活动,促进校园文化建设

体育舞蹈教育属于校园文化的软体部分,是校园文化软环境的重要组成部分,它通过宽泛的内容和生动活泼的形式,开发学生的潜能、促进学生全面发展。课外文化艺术活动是课堂教学的继续、延伸或补充。因此,在搞好体育舞蹈教学的基础上,搭建展示平台,为学生提供交流学习的机会,促进学生体育舞蹈水平的提高,使学生获得认同与自信<sup>[5]</sup>。

### 3.4 加强体育舞蹈教师队伍建设

体育舞蹈作为体育与艺术相结合的新兴项目,必然会吸引众多学生参与,然而要长久推广这一项目,一个重要的因素就是必须十分重视体育舞蹈的规范性。要求教师在教学中的示范优美而准确,且富有表现力和感染力,并能根据教学需要做出正确示范或正误对比示范。因此建议各普通高校要创造条件,通过教学观摩、外派进修、校际间技术与教学交流等形式,多级别、多层次、多渠道地为普通高校培养具有良好敬业精神、较高思想素质和较强舞蹈教育能力的专业教师队伍,不断增强教学效果。

### 3.5 学校领导应提高对体育舞蹈的重视

学校领导的支持和重视是体育舞蹈运动实现大众化的重要因素,学校的教育理念具有前瞻性是学校能够与时俱进培养优秀人才、推动学校改革的重要因素。学校领导对体育舞蹈的认可度决定了学校对体育舞蹈的资金投入、决定了师资的引进与培养、决定了学生学习的可能性。因此,只有得到学校领导的充分重视,体育舞蹈才能在普通高校中真正实现大众化的长久发展。

综上所述,艺术和教育天然就有着一种极为深刻的内在联系。艺术化的教育、教育的艺术化、艺术化的学习、学习的艺术化,都将成为面向未来的综合艺术教育应当涵盖的主题。体育舞蹈正是在这种教育大背景下发挥着它的优势和作用,已成为高校素质教育中不可或缺的重要组成部分。把体育舞蹈教育定位在一种文化层面上,不仅符合素质教育的精神,使体育舞蹈教育真正面向全体学生,使之大众化,而且有益于澄清体育舞蹈这种艺术教育仅仅是专业教育和技术教育等偏颇认识<sup>[2]</sup>。通过在普通高校探索体育舞蹈教育大众化的实施途径,非常有利于大学生审美能力的提高和健全人格的塑造,对推进国民素质教育,培养既具备高尚道德情操、严谨科学态度,又具备较高人文艺术素养和健康体魄的高等人才发挥着积极的作用。

参考文献:

- [1]李晓新.体育舞蹈对大学生身心影响的研究[J].解放军体育学院学报, 2004, 23(3): 99-101.
- [2]胡博.普通高校音乐舞蹈教育新模式探索[J].北京舞蹈学院学报, 2011(4): 99-102.
- [3]李岚清.素质教育的内涵是什么[EB/OL].http://www.pep.com.cn/xgjy/jyyj/jyts/qts/llq/201008/t20100827\_806803.htm, 2014-09-12.
- [4]张册,唐艳平,王合霞,等.我国普通高校体育舞蹈课程开展现状[J].北京体育大学学报, 2009, 32(9): 81-85.
- [5]蒋雄军,易清,周平.体育舞蹈对大学生综合素质的影响研究[J].当代体育科技, 2014, 4(9): 144-145.▲