

浅议高校体育舞蹈课程开设的价值取向

马国全

(兰州理工大学体育教学研究部 甘肃兰州 730050)

摘要 体育舞蹈是一门具有较强的教育性、健身性、竞技性和娱乐性特点的综合类艺术运动项目,具有很高的艺术和审美价值的运动项目,深受高校大学生的喜爱。本文主要运用文献资料法和逻辑归纳法探讨了当前高校体育舞蹈课程开设的价值取向。

关键词 体育舞蹈课程 价值取向 高校

价值取向(value orientation)是价值哲学的重要范畴,它指的是一定主体基于自己的价值观在面对或处理各种矛盾、冲突、关系时所持的基本价值立场、价值态度以及所表现出来的基本价值倾向。价值取向具有实践品格,它的突出作用是决定、支配主体的价值选择,因而对主体自身、主体间关系、其他主体均有重大的影响。价值取向的合理化是进步人类的信念。高校开设体育舞蹈课程的价值取向就是从体育新课改理念出发落实以人为本的精神,从身心健康、提高综合素质、促进就业和有利于终身体育意识的形成等方面来促进大学生的全面发展。

1.有益于当代大学生的身心健康

体育舞蹈是一项极有健身价值的运动项目,参加这项运动会使人体得到很好的锻炼,国外一些学者对体育舞蹈进行了一系列生理指标测定,其结果显示,在能量代谢(RMR)方面:伦巴和牛仔接近或高于艺术体操和广播操;狐步舞接近网球;华尔兹和探戈高于网球而接近于羽毛球;恰恰和快步舞接近马拉松项目。另外体育舞蹈符合人体活动能力变化的规律,能促进人的全面发展,具有提高人的协调性、灵活性、柔韧性、耐久性等身体素质的作用,还对改善人们的心血管系统功能和提高人的有氧代谢水平有积极作用。体育舞蹈通过优美的旋律和韵律,给人们带来人类的融洽、和谐的情感体验和甜蜜、高雅的生活情趣,弥补现代人的心理缺憾,调节了人的心理活动,使紧张的神经得到松弛、转移和消除。通过体育舞蹈的练习,可以降低练习者的抑郁、紧张和焦虑水平,使大学生的情绪状态得到改善;并且在强迫、敌对、偏执、精神病性等方面也得到很好的改善。

2.有益于当代大学生社会化程度的提高

当代大学生多来自于独生子女家庭。随着社会竞争的加剧,大学生承受着越来越大的来自于社会、家庭以及学业上的压力。学生之间缺乏必要的了解和沟通,相互之间的关系冷漠,较易产生孤独感与人际关系障碍,导致社会化程度低下。体育舞蹈客观存在是以舞蹈形式出现的一种融舞蹈与艺术为一体的高雅文体活动,它对培养高校学生文明礼貌,待人接物,形体姿态,陶冶性情,提高综合素质等方面都具有积极的意义。跳舞和人们的生活有着密切关系,它是人们生活和交往过程中一种积极有效的身体活动形式,体育舞蹈是促进个体社会化的最有效的方式。通过体育舞蹈的练习,可以增加大学生的社会交往能力,改善学生之间的人际关系。而通过体育舞蹈的练习,可以满足大学生社会交往的需要,丰富他们的业余文化生活,消除他们之间的隔阂与戒心,加强相互了解与合作。通过体育舞蹈的练习,还可以有利于大学生缓和学习、生活所带来的烦恼和痛苦,消除精神压力和弧度感,进而形成与人合作、亲近的习惯,提高社会化程度。

3.有利于高校大学生的就业

随着社会转型和高等教育的发展,大学生就业与社会需求之间的矛盾日渐凸现。目前新增大学毕业生人数又创历史新高,而人力资源需求却在大大缩减。在这种特殊时期,大学生就业市场的供求矛盾空前加剧。自高校毕业生就业实行双向选择的政策以来,给就业转轨提出了新的挑战,毕业生除具备良好政治思想表现,扎实的专业基础知识,健康的身体外,还必须具备良好的综合素质,比方现在有些企业为展自己企业的形象、推销自己的产品,往往需要公关小姐、公关先生、形象小姐、形象先生,如果大学生在校就具备了体育舞蹈的才能和素质,在就业时就为自己加重了就业筹码,将为自己的竞争就业提供一条有利条件。

4.有利于终身体育意识的形成和审美情趣的提高

1997年国家教委为高师体育增加了体育舞蹈课。高校开展体育舞蹈课,深受大学生的青睐,它在丰富大学生的精神生活和增强体质方面已显示出不可估量的作用和强大的生命力。它是一项高价值、多功能的体育运动项目。对培养毕业生走向社会将是各条战线上的骨干力量,将推动群众性的体育舞蹈运动广泛开展,进一步落实全民健身计划的实施。体育舞蹈是集舞蹈美、音乐美、体态美与服饰美于一体,富有强烈的娱乐、竞技、表演的色彩项目,体育舞蹈是通过身体运动把思想和情感有韵律地表现出来的时空艺术,它又按照一定的音乐和规定的跳法,随乐舞动,音乐能帮助练习者战胜枯燥和单调感,克服不断增长的疲劳。而轻松、节奏感强的音乐对练习者运动能力的提高和恢复过程又有良好的帮助,所以音乐在体育舞蹈中也能起到同样的作用。从运动的竞技和表演特点出发又需要有高超精湛的技艺和创造性的表演技术,再配以得体 and 色彩协调的服饰,把观众带入无限的遐想之中,去品味、体会它深刻的内涵,使大学生的审美标准和情趣得到最大的体现。

结语

体育舞蹈的这种将健身性、娱乐性、表演性和社交性融于一体的锻炼方式必将以其感人的艺术魅力,迅速普及到高校体育教育教学之中。所以,在高校中开设体育舞蹈选项课能有效推动普通高校全民健身运动的蓬勃开展,丰富校园文化生活,从而推进高校体育改革的顺利实施。

参考文献:

- [1]张清澍等.体育舞蹈[M].北京:北京体育大学出版社,2001
- [2]扬威,袁水海.当代国际标准舞教程[M].上海:上海译文出版社,1991
- [3]蒋薇.高校公共体育课开设体育舞蹈课程探讨[J].北京体育大学学报,2006.10