

高校啦啦操课程美育的表现形式和价值内涵研究

程绘泽

西安明德理工学院, 中国·陕西 西安 710000

【摘要】啦啦操作为一项集体育、艺术、音乐于一体的综合性运动项目,近年来在高校体育课程中逐渐兴起。本研究以高校啦啦操课程为研究对象,从美育的角度出发,探讨啦啦操课程中美育的表现形式和价值内涵。通过旨在分析啦啦操运动的美学特征,阐述啦啦操课程美育的表现形式,并深入挖掘啦啦操课程美育的价值内涵,以为高校啦啦操课程的改革与发展提供理论参考。

【关键词】高校; 啦啦操; 美育; 表现形式; 价值内涵

1 研究背景与意义

美育是落实“立德树人”根本任务的重要途径。中共中央办公厅、国务院办公厅印发的《关于全面加强和改进新时代学校美育工作的意见》明确指出,美育需贯穿于各级各类教育中。高校作为人才培养的主阵地,通过美育培养学生的审美能力、创新思维与人文情怀,已成为新时代教育改革的必然要求。近年来,我国高校将啦啦操课程纳入体育课程体系,其通过动作编排、音乐配合与舞台表演等形式,潜移默化地传递美的理念,成为美育实践的有效载体。尽管啦啦操课程逐渐普及,但相关研究多集中于发展现状与竞赛训练,对其美育功能的系统性分析较少,本研究旨在为高校优化美育路径提供理论支撑。

2 啦啦操运动的美学特征分析

2.1 艺术性: 形式与情感的融合

啦啦操运动所蕴含的艺术美学主要体现在技术动作、音乐演绎、服饰搭配等层面。于技术动作层面,运动员在完成跳跃类动作时,通常以预备起跳、腾空爆发以及落地缓冲三个阶段展现出动态平衡的艺术美感,难度与操化动作的搭配组合更是呈现出啦啦操运动的艺术性。另外,队形编排大多遵循几何学审美原则,展现出动态性、空间性以及层次性。因此,难度技术的完成度、操化动作的爆发与控制、队形层次的空间布局,三者相互配合与协调,塑造出蕴含审美意蕴的体育表现方式。于音乐应用层面,音乐在很大程度上发挥出营造空间氛围、调动参与者与观众情感的作用,动感强劲的快节奏音乐能够凸显集体活力,温柔抒情的慢节奏音乐能够表达情感的起伏。在多元化的音乐节奏下,参与者得以充

分体验旋律变化与情绪传达,提升审美体验。在服饰搭配方面,鲜明的色彩搭配能够显著提升视觉的吸引力,闪亮的钻石点缀以及夺目的发饰在器械的配合下尤为表现出动态与立体的视觉效果,整体服饰设计采纳了色彩学原理,形成了运动表现与视觉呈现的同步优化。

2.2 竞技性: 挑战与协作的平衡

啦啦操运动同样具备技巧之雅、协作之妙、表演之美的显著特征,就技巧难度而言,学生在做高难度托举及翻转动作过程中,务必确保技术操作的精确性,高难度动作的完成不仅体现出运动员的高超竞技能力,也对观赏者构成视觉冲击。在协作配合方面,团队动作的整齐划一与复杂配合体现了“个体服从整体”的美学原则。例如,操化动作的一致性、队形变化的流动性、技巧难度的完成行均取决于团队成员之间的相互信任与精妙配合,每一环节无不彰显了集体主义理念。在艺术呈现方面,在啦啦操竞赛与表演活动中,参与者需展现出生动的表情以及充沛的情感,他们凭借面部表情、眼神交流及身体动作展现其自信与活力的精神风貌,感染观众并引发共鸣。因此,啦啦操运动的竞技性主要体现在难度美、配合美、表现美三方面。

2.3 文化性: 传统与现代的交织

啦啦操运动作为源于西方校园文化的体育运动,其发展历程也映射出体育运动与艺术领域的融合态势。近年来,啦啦操国际级赛事、国家级赛事等不同区域、不同级别赛事的成功举办,为来自世界各地的体育健儿搭建了跨文化对话的交流平台,他们能够通过比较不同国家及地区的表演风格拓宽审美视野。与此同时,我国各省份的高校也逐

渐融合民族舞蹈的特色元素, 诸如扇子器械、傣族风韵的音乐、民族风服饰等为其注入了地域文化特色。

3 高校啦啦操课程美育的表现形式

3.1 教学内容的美育渗透

高校啦啦操课程践行“以美启智、以美润心”的美育理念, 主要在成套动作的编排、音乐素材的挑选以及服饰造型的设计三个维度, 借助艺术化与体系化的教育途径, 潜移默化地塑造学生的审美鉴赏力与创新能力^[1]。基于动作编排的美学视角来看, 动作设计大多遵循形态与情感相平衡的审美准则, 一方面, 借助“平衡与对照”凸显视觉审美效应, 运用几何图形构成的队形的来展现组织结构的有序性, 或通过分层对照构建空间层次感的视觉冲击力。另一方面, 依据“节奏和韵律”表达情感, 不论是花球啦啦操中快速跳跃的动作配合强劲的节拍音乐呈现力量感和爆发感, 还是爵士啦啦操中慢速的波浪形手臂动作来呼应抒情旋律, 二者都形成了动静交织审美感受。从音乐美学的视角来看, 其运用与选取遵循乐曲与心灵相共鸣的审美原则。教师立足于教学目标和课程主题, 借助多元化音乐风格引导学生体验美。比如, 通过融合芭蕾元素的爵士啦啦操增强学生对典雅美的鉴赏能力, 根据花球啦啦操强烈的节奏张力激发学生对于动态美的感知力, 让学生能在视听感官的协同作用下, 深刻领会音乐与肢体动作所引发的情感共鸣。在服装设计方面, 设计者普遍遵循对比色彩法来呈现鲜明的视觉冲击力, 或采用同色系渐变法营造和谐统一的审美效果。另外, 教师在指导学生创作服饰造型的实践中, 将民族纹饰、剪纸图案等传统文化符号, 以创新的方式融入到现代流行啦啦操服装的设计之中, 使学生不仅能够掌握服饰美学的表达技巧, 更能深刻理解艺术创作与文化遗产之间的内在联系^[2]。因此, 高校的啦啦操课程将审美教育融入实践与创作中, 有助于促使学生从中探寻美学真谛, 领悟美学原理, 进一步内化审美素养。

3.2 教学方法的美育引导

在高校的啦啦操课程中, 教学方法中在实现美育目标的过程中发挥着至关重要的作用, 通过科学的课程设计和多样化的教学策略, 教师可以有效地激发学生审美感知与创造性思维。从美学角度出发, 示范法能够让学生直观地理

解和模仿动作, 教师通过标准的动作示范有助于学生塑造审美认知的基准。比如, 教师在对跳跃类动作示范时, 着重强调下肢线条的延展性以及着地时的缓冲技巧, 充分展现力量美学与柔美特质。在艺术表现力的方面, 通过热情灵动的面部表情与眼神互动, 诠释自信美与情感美, 促使学生深入理解非语言符号所承载的美学意蕴。除此之外, 依托多媒体手段的情境构建在审美培养过程中展现出显著的成效, 教师借助灯光、音响以及舞台布景等设备, 搭建比赛场景, 创设教学情境, 促使学生获得多维度的感官体验与情感共鸣。情境教学法不仅能够提升学生的艺术表现力, 更有助于其在实践过程中形成深层次的审美认知结构。再者, 评价法在教师对学生学生认知发展、技能掌握以及情感态度等多维度的整体性评估发挥着重要作用。在设计评价指标时, 可着重考量专项技术学习效果、思政育人成效、教学手段实施情况等方面, 以此帮助教师及学生从美学层面进行自我反思与优化。总而言之, 教师在课堂中结合的实际情况、现实需求、成长现状, 采用不同的教学方法和教学形式鼓励和引导学生参与到啦啦操教学场景中, 有利于挖掘其内在潜能, 激发创造性^[3]。

3.3 教学环境的美育熏陶

教学环境是高校啦啦操课程美育的重要组成部分, 一个充满美育元素的体育场地不仅可以提高学生的运动兴趣, 还可以让学生在运动中感受到美的熏陶^[4]。通过对场地布置、器材使用与师生互动的精心设计, 能够营造浓厚的审美氛围。教学场地的艺术化布局对学生的心理状态及学习效率具有积极影响。在教室的空间布局中, 通过张贴励志口号、艺术性海报等视觉素材, 配合温馨色彩的照明装置, 能够有效营造积极的学习环境。此外, 巧妙设计镜面墙体能够使学生直观地看到动作框架和细节, 提升学习兴趣和效率。就器材配置而言, 如花球、瑜伽砖以及弹力带等教学辅助器材在色彩组合与材质选用上能够带来舒适的运动体验。在师生关系方面, 教师在课堂中及时关注学生的情感变化, 及时给予正面反馈, 通过鼓励与肯定建立和谐的教学关系, 营造温馨的学习氛围。这种审美导向的互动模式不仅能够提升学习者的自我效能感, 更能实现审美价值观的有效传递。

4 高校啦啦操课程美育的价值内涵

高校啦啦操运动展现出的精神内涵与情感之美,时而奔放、时而抒情、时而内敛、时而自由,符合当代高校大学生个性的情感需求,不仅提升了学生的艺术素养,还在意志品德、体质水平以及心理健康等方面发挥着重要的价值功效,其价值意蕴主要表现在育人、德育、体育、育心四大维度,共同构成了啦啦操课程美育的完整体系^[5]。

4.1 以美育人,提升学生审美素养

啦啦操课程是一项融合了艺术元素的体育课程,其教学体系形成了比较完整的审美架构。在教学过程中,该课程以丰富的艺术表现形式为学生搭建了审美认知、审美体验与审美创造的立体化学习平台,教师一般通过引导学生观察动作轨迹的连贯性与音乐节奏的契合度,帮助学生分析不同队伍的表演风格与艺术特点,培养其批判性思维与艺术鉴别力,旨在通过体育活动锻炼学生对于美学构成元素的感知。此外,在啦啦操技术课教学中,教学活动倡导学生专注于全方位实践环节,学生通过小组合作与探究、实践与创新的方式对队形、动作、音乐、服装等元素大胆创编,将运动中的行为美与心灵美紧密相连,发挥美育价值,培养学生发现美、欣赏美和追求美的能力。

4.2 以美育德,促进学生品德发展

啦啦操课程具备鲜明的集体属性,在贯彻“立德树人”的根本任务过程中,啦啦操教学展现出其独特优势。该课程依托其内在的集体互动机制,有助于显著提升学生集体归属感与担当精神,学生在练习技术动作时,特别是金字塔难度,各主体(底座、保护员与尖子)之间需协调配合,确保动作的安全性及完整性,这在无形之中便培养了学生的担当意识、团队合作意识及奉献精神。另外,参与啦啦操运动有助于显著增强学生的集体意识与团队精神。研究表明,学生代表学校参加啦啦操竞赛能够深化其对集体的归属感和认同感,他们在团队协作中能够切实感受到为集体争取荣誉的价值意义。从心理健康成长的视角来看,学生在技术动作的反复练习中提高吃苦耐劳的毅力,以及在竞赛过程中应对突发状况时展现的应变能力,都有助于形成乐观、坚韧、自信等积极心理品质,这些品质将为学生终身发展奠定坚实的心理支撑。

4.3 以美育体,增强学生身体素质

啦啦操课程的运动属性决定了其对学生身体素质与健康状况具有良好的改善效果。啦啦操动作体系强调速度、力度与运动负荷,结合转体、跳跃、翻腾等难度动作,并通过空间、方向与队形的变化展现出技术复杂性与动作多样性特征,这对关键肌肉群的稳固性以及肢体运动力量的同步性要求至深。因此,体能锻炼便在课程结构中扮演着重要的角色。除此之外,学生在做难度类动作练习时,不仅能提升自身的动态平衡能力,更能有效促进感觉统合能力。从形体塑造角度来看,在啦啦操训练过程中,进行肌肉拉伸及核心力量训练时,有利于改善学生体态问题,特别是针对脊柱侧弯等常见问题具有显著的矫正效果,通过持续地伸展性锻炼与肌肉力量练习,学生的身体线条得到优化,展现出更为匀称健美的形体特征。

5 结语

高校啦啦操课程具有体育美育的独特功能,凭借鲜明的艺术性、高难的竞技性与深厚的文化性彰显出多元的表现形式,其内在价值不仅体现于增强学生的审美感知能力与艺术鉴赏能力,更在体育锻炼中育人、育德、育体、育心,实现了审美教育、体育教育以及品德教育的内在融合。未来,高校应当不断推进啦啦操课程改革,拓宽其与其它学科间的协同路径,充分发挥啦啦操课程的美育功能,为培养德智体美劳全面发展的新时代人才提供坚实支撑。

参考文献:

- [1]张振杰.基于美育的高职啦啦操课程教学模式改革研究——以融入健身操为例[J].健与美,2023,(09):141-143.
- [2]孙知非.啦啦操促进中小学艺术美育的价值追求和实现路径[D].广西师范大学,2023.
- [3]展焯,吴少帅,李达.美育视角下的高校啦啦操教学实践研究[J].当代体育科技,2024,14(11):52-55.
- [4]张振杰.基于美育的高职啦啦操课程教学模式改革研究——以融入健身操为例[J].健与美,2023,(09):141-143.
- [5]杨巧静,李逸群,张海新.基于人才培养需求的高校啦啦操课程思政协同创新研究[J].产业与科技论坛,2022,21(21):186-188.

作者简介:程绘泽(1997.06-),女,汉族,陕西渭南人,硕士研究生,助教,研究方向:体育教育训练学。