

# 宁夏普通高校啦啦操运动开展现状及对策研究

司海颖 谷胜乔 严津

宁夏大学体育学院, 中国·宁夏 银川 750021

**【摘要】**啦啦操是一种具有竞技性、表演性、观赏性,旨在体现团队意识与集体主义精神,反映朝气蓬勃精神面貌的一项体育运动,深受广大青少年的喜爱。啦啦操不仅能够强身健体,对于消除学生的心理问题、增强学生心理素质,促进心理健康水平也具有现实意义。该项目起源于美国,在我国起步较晚,项目人口不足、师资短缺、组织机构不完善等成为制约其发展的因素。

本文运用文献资料法、问卷调查法、数据统计法、专家访谈法等,对宁夏4所普通高校啦啦操运动的开展现状进行调研与分析,讨论制约宁夏普通高校啦啦操运动发展的因素,探索促进宁夏普通高校啦啦操运动可持续发展的操作性强的对策与建议。

**【关键词】**宁夏普通高校;啦啦操;开展现状;制约因素;发展对策

## Research on the Current Situation and Countermeasures of Cheerleading in General Colleges and Universities in Ningxia

Si Haiying, Gu Shengqiao, Yan Jin

School of Physical Education, Ningxia University, Yinchuan, Ningxia, China 750021

[Abstract] Cheerleading is a sport that is competitive, performative and ornamental, and aims to reflect team consciousness and collectivism, as well as a vigorous spirit. It is deeply loved by young people. Cheerleading can not only strengthen the body, but also has practical significance for eliminating students' psychological problems, enhancing their psychological quality, and promoting their mental health. The project originated in the United States, and started late in my country. The lack of project population, teacher shortages, and imperfect organization have become factors restricting its development.

This paper uses the method of literature materials, questionnaire survey, data statistics, expert interviews, etc., to investigate and analyze the current situation of the development of cheerleading sports in four ordinary colleges and universities in Ningxia, and discuss the factors that restrict the development of cheerleading sports in ordinary colleges and universities in Ningxia. To explore the practical countermeasures and suggestions to promote the sustainable development of cheerleading in general colleges and universities in Ningxia.

[Key words] Ningxia ordinary colleges and universities; cheerleading; development status; restrictive factors; development countermeasures

啦啦操运动是指在音乐的伴奏下完成一系列难度、技巧及舞蹈动作的集体项目,是一项极具观赏性及促进团队协作能力的体育运动。近年来,啦啦操作为新兴体育运动项目在国内迅速兴起,受到各大高校师生的喜爱。啦啦操训练有助于消除学生的心理压力、缓解不良情绪,对于提高学生的身体素质、维持身体形态及丰富高校校园文化具有积极促进作用。本文主要通过宁夏高校啦啦操发展现状进行调研,了解高校啦啦操运动在开展中场地、器材设施、教师、学生、课程等方面的基本情况,发现其存在问题,提出相应的对策和建议。为宁夏高校啦啦操运动的可持续发展提供参考与借鉴。

### 1 研究对象与研究方法

#### 1.1 研究对象

本文研究以宁夏普通高校啦啦操开展现状为研究对象,以宁夏大学、北方民族大学、宁夏师范学院、宁夏医科大学4所公办普通高校的体育教师与本科生为研究样本进行调查。

#### 1.2 研究方法

##### (1) 文献资料法

通过CNKI(中国知网数据库)、维普等数据库检索“啦啦操”“发展现状”“高校”为关键词的相关文献,为本文的研究奠定丰富的理论基础和相关文献支持。

##### (2) 问卷调查法

根据研究需要,针对宁夏高校啦啦操发展现状设计相关调查问卷,分别对宁夏大学、北方民族大学、宁夏师范学院、宁夏医科大学4所高校师生进行问卷调查,问卷采用问卷星、现场发放,

当面回收及委托老师、同学发放回收等形式,基本保证问卷的信度和效度。

##### (3) 数理统计法

将发放的问卷进行回收,对回收的有效信息和资料进行整理统计,采用Excel软件进行常规数据的统计与处理。

##### (4) 专家访谈法

为了获得更多相关信息,使本文研究内容更加完善与全面,将本文研究中所涉及到的一系列问题与专家进行交流,通过线上和线下两种方式有针对性的进行访谈,听取他们对本文研究的意见和建议,为本文提供参考。

##### (5) 逻辑分析法

运用归纳法、类比法、综合法等逻辑分析方法,对各种信息进行更为深入的研究和探讨,论证有关结论并提出相应的对策和建议。

### 2 研究结果与分析

#### 2.1 宁夏普通高校啦啦操运动开展基本情况分析

近年来,随着啦啦操运动的不断发展和校园啦啦操的广泛推广,啦啦操运动越来越受到年轻人的追捧,在各大高校受到普遍欢迎。啦啦操运动对提高学生身体素质,培养学生自信心,维持身体形态及丰富高校校园文化具有积极地促进作用。因此,通过对宁夏大学、北方民族大学、宁夏师范学院、宁夏医科大学4所高校的体育教师与本科生进行调研,分别从学生对啦啦操的了解及兴趣、课程开展情况、师资力量及场地器材、赛事开展情况进行基本分析。

(1) 宁夏普通高校学生对啦啦操的了解及兴趣分析

表1 宁夏普通高校学生了解啦啦操的途径(N=99)

学生了解啦啦操的主要途径	人数	比例(%)
现场啦啦操表演、比赛	55	55.56
NBA、CBA篮球赛中篮球宝贝	46	46.46
网站、论坛	44	44.44
电视媒体	44	44.44
有关书刊、报纸、杂志	43	43.43
同学间讨论	40	40.40

表2 宁夏普通高校学生喜欢啦啦操运动的程度(N=99)

学生喜欢啦啦操运动的程度	人数	比例(%)
非常喜欢	41	41.41
比较喜欢	34	34.34
一般喜欢	22	22.22
不喜欢	2	2.02

通过对宁夏4所普通高校部分学生进行问卷调查,并根据表1、表2的调查数据显示,100%的学生都听说过啦啦操运动,且听说途径呈现多元化,通过现场啦啦操表演、比赛了解啦啦操运动的人数有55人,占55.56%;通过NBA、CBA篮球赛中篮球宝贝了解啦啦操运动的人数有46人,占46.46%;通过网络、论坛及电视媒体了解啦啦操运动的人数各为44人,分别各占44.44%;通过有关书刊、报纸、杂志等途径了解啦啦操运动的人数为43人,占43.43%;通过同学间讨论了解啦啦操运动的人数仅有40人,占40.40%。上述数据表明,学生了解啦啦操的主要是通过各种啦啦操表演、比赛及NBA、CBA篮球赛中篮球宝贝。随着现代通讯网络技术的不断完善,反观通过书刊、报纸、杂志及同学间人际交流等方式了解啦啦操运动的人数低于其他途径。

根据表2可以看出,在被调查的4所宁夏普通高校学生中,非常喜欢啦啦操运动的学生有41人,占41.41%;比较喜欢啦啦操运动的学生有34人,占34.34%;一般喜欢啦啦操运动的学生有22人,占22.22%;不喜欢啦啦操运动的学生仅有2人,占2.02%。由此看来,啦啦操运动深受广大学生们的喜爱。

(2) 宁夏普通高校啦啦操课程开展情况分析

表3 宁夏普通高校学生对开设啦啦操课程的态度(N=99)

	人数	比例(%)
希望开设啦啦操课程	88	88.89
不希望开设啦啦操课程	11	11.11

通过走访有关专家了解到,3所高校均开设了啦啦操的课程,只有1所院校未开设啦啦操课程。这所院校虽未开设啦啦操课程,但在健美操专选课中安排了啦啦操教学内容,且在健美操专选课中啦啦操教学占一定比重。由此可见,啦啦操运动越来越受到高校的重视及学生们的喜爱。另外,由表3通过对学生啦啦操课程态度的调查可以看出,88名同学希望开设啦啦操课程,占比88.89%,仅有11名同学不希望开设啦啦操课程,占比11.11%。由此看来,在宁夏普通高校将啦啦操作为一门独立的课程开展是非常有必要的。

(3) 宁夏普通高校师资力量及场地器材情况分析

研究表明,师资力量是影响高校啦啦操发展的重要因素。通过走访有关专家了解到,宁夏地区啦啦操师资力量匮乏,主要表现在以下几个方面:啦啦操教练员数量少,绝大多数教练未接受过系统化的理论学习及专业技能的培训,往往是来自于与啦啦

操相似的专业群体。以宁夏大学和北方民族大学为例,两所院校的教练员都不是从事啦啦操运动专项的,一般是从事体操教练、健美操教练等其他相似专项,对于啦啦操运动的理论知识、动作发力及难度动作不够了解。由此看来,在宁夏地区应十分重视啦啦操运动专业教练员的培养,不断提高业务水平。

其次,啦啦操运动需要配有专门的音响设备及室内木地板或专业体操垫上进行训练,通过调查发现,宁夏4所普通高校的场地器材设施能够满足学生们的基本训练,但没有一所学校配备专业的啦啦操比赛板或体操垫。由此可见,啦啦操运动在场地器材设施的专业性上还是有所欠缺。

(4) 宁夏地区举办高校啦啦操赛事情况分析

通过走访宁夏两操协会成员了解到,宁夏地区并不经常举办啦啦操相关赛事,尤其是全区大型啦啦操赛事,最近一次啦啦操相关赛事是于2019年举办的宁夏回族自治区第十三届学生运动会,而且高校啦啦操赛事屈指可数。因此,学生在宁夏地区参加啦啦操相关赛事的机会少。其次,通过对宁夏回族自治区第十三届学生运动会舞蹈啦啦操竞赛规则及组别设置进行分析,4所高校均属大学丙组,比赛套路均为FUSC舞蹈啦啦操花球规定套路且并未设置其他自选啦啦操或技巧啦啦操项目的比赛。

2.2 影响宁夏普通高校啦啦操运动开展的制约因素

表4 制约宁夏普通高校啦啦操发展的因素(N=99)

制约因素	人数	比例(%)
缺乏宣传力度和广度	49	49.4
竞赛人员专业性欠缺	48	48.4
各级领导不够重视	47	47.4
教练员、师资力量不足	45	45.4
经费支持程度及其他	41	41.4
场地器材设施保障情况	39	39.3

(1) 运动经费不足,硬件设施条件差

啦啦操运动开展所需要的场地器材等硬件条件都依赖于一定的经济投入。这就需要为啦啦操运动提供必要的经费支持,加强场地器材设施保障。其次,无论是运动员参加训练或是比赛都应给予资金上的帮助,否则,会在一定程度上影响啦啦操运动员在训练过程中的积极性和主动性。另一方面,各大高校应为啦啦操教练员提供更多的啦啦操培训和科研等方面的机会以及经费方面的支持。由此可见,运动经费对啦啦操运动发展的重要性,宁夏高校在啦啦操运动经费这方面有所欠缺,在一定程度上导致了啦啦操运动在宁夏高校开展缓慢的原因之一。

通过对宁夏4所普通高校啦啦操训练场地及器材设施等硬件条件调查发现,4所高校啦啦操训练场地主要是在体操馆的体操垫或室内木地板及橡胶场地上进行,没有具备专业的啦啦操训练场地。这些普遍场地虽能满足基本的以空间变化和队形变化为主的舞蹈啦啦操训练,但对于以翻腾、抛接、托举以及金字塔为主要难度动作的技巧啦啦操来说在运动训练过程中则缺乏安全保障。

(2) 领导重视程度低,缺乏宣传力度和广度

啦啦操运动是一项新兴的体育运动项目,相较于球类等其他传统体育项目而言,啦啦操运动在宁夏地区并未受到高校领导的重视。他们更倾向于支持传统体育项目的发展,而啦啦操的训练和比赛需要一定的物质基础做保障,尤其参赛的服饰、道具等费用,这就需要学校给予一定的经济支持,高校领导对啦啦操这项新兴体育运动项目重视程度较低,使得啦啦操运动在宁夏各高校发展相对缓慢。

我国引入啦啦操的时间虽然较晚,但啦啦操运动曾在奥运

会、CBA 篮球联赛、春晚等各大平台上亮相,深受人们的喜爱,然而啦啦操运动在宁夏地区并没有得到较高度度的普及。宁夏高校也有通过公众号对自己本学校的参赛情况及比赛成绩进行报道,但对啦啦操运动的本质、项目内容、参赛特征以及啦啦操运动对促进学生生理、心理及团队协作能力等方面的价值都缺乏一定的宣传力度。正因如此,大多数学生和教师认为啦啦操运动就只是简单的难度技巧和舞动动作。

### (3) 师资力量薄弱,赛事项目单一

高校啦啦操教师水平与啦啦操运动发展有直接关系,教师具备专业知识技术水平有助于促进啦啦操在高校的发展。通过调查发现,宁夏4所普通高校的啦啦操教师并未接受过专业的啦啦操理论学习及系统化的啦啦操训练,且教师都是来自与啦啦操相似的专业如:体操、健美操等,他们虽具备舞蹈功底,编排能力等基本能力,但毕竟啦啦操与这些运动有所差异。因此,师资力量匮乏也成为其制约宁夏普通高校啦啦操发展的制约因素。

啦啦操运动分为舞蹈啦啦操和技巧啦啦操两大类,其中,舞蹈啦啦操中包括花球舞蹈啦啦操、街舞舞蹈啦啦操、自由舞蹈啦啦操和爵士舞蹈啦啦操,技巧啦啦操则包括集体技巧啦啦操、双人配合技巧啦啦操和五人配合技巧啦啦操。按竞赛项目分又能把着两大类啦啦操分为:规定套路、舞蹈自选套路和技巧自选套路。因此,各大啦啦操赛事的分组非常细致而宁夏高校啦啦操赛事中仅设置了舞蹈啦啦操项目。并且在宁夏地区组织的全区第十三届学生运动会中也只是开设了舞蹈啦啦操项目比赛且比赛项目只设了规定套路,比赛规模较小。此外,通过调查了解到,多数参赛队员并非经过专业的啦啦操训练,而是音乐学院舞蹈专业的学生或健美操专业学生在短期集训内参加此次比赛,参加大赛经验较少。这些都是宁夏地区两操协会对完善啦啦操运动竞赛制度需要考虑的因素。

## 2.3 宁夏普通高校啦啦操发展对策研究

### (1) 拓展经费来源,完善硬件设施

促进啦啦操运动在宁夏普通高校的普及与发展并不是一朝一夕就能完成的,所以应有计划的对宁夏普通高校啦啦操运动进行合理的规划。首先,要进一步拓展经费来源,为啦啦操的训练和比赛提供必要的资金支持。学校应重视给予参赛获奖的教师和学生一定的物质、精神奖励。如:发放训练补助或奖励学分等方式。提高啦啦操训练的积极性,促进啦啦操运动的在宁夏高效的可持续发展。其次,要完善硬件设施,确保啦啦操运动员训练的安全性,避免发生运动损伤。为啦啦操运动提供基本保障。

### (2) 加强领导重视,提高宣传力度

为促进啦啦操运动在宁夏高校的普及与发展,高校领导应充分认识啦啦操对丰富高校校园文化、促进学生身心健康发展等方面的优势。加大对啦啦操运动项目的投资力度,为宁夏各高校师生提供训练、场地、竞赛等方面的支持。实行赛事奖励制,对取得优异名次的队员及教练员进行奖励,激发教练员越运动员参训的主动性。

其次,宁夏高校应通过校园广播、报纸、展板、横幅等传统传播媒介,结合校园网、微信公众号、官方微博等新媒体途径加大对啦啦操的宣传力度,同时宁夏高校应积极争取与商业媒体合作的机会,通过在比赛或路演对啦啦操进行宣传,这样既能够为啦啦操队提供部分资金支持又能提高啦啦操的宣传力度,增加啦啦操在宁夏地区的影响力,促进啦啦操运动在宁夏各大高校的可持续发展。

### (3) 完善制度,提供师生培训机会

宁夏各高校举办校园啦啦操赛事屈指可数,宁夏地区举办啦啦操赛事项目单一,学生参赛机会少,无法通过以赛代练推动宁夏高校啦啦操运动的发展,在一定程度上影响各高校啦啦操队伍的训练水平。针对这一问题,宁夏地区两操协会应完善赛事制

度,搭建不同形式的赛事平台,对啦啦操运动组别划分及参赛项目进行更为细致的处理并设置多种项目比赛。比如,设置舞蹈自编套路(花球自编套路、街舞啦啦操、爵士啦啦操自由舞蹈啦啦操)或技巧啦啦操项目,使啦啦操比赛项目多元化。通过参加高质量的啦啦操赛事能教练员和运动员各方面的综合素质。

在宁夏高校啦啦操运动项目开展中,针对啦啦操教练员专业化程度低的问题,既要引进专业的啦啦操教练员,同时,应加大对现有师资的培训,并为学生提供一定的培训机会,使啦啦操运动在宁夏地区的发展更加专业化。为此多创造一些外出交流机会,巩固专业理论知识,提高技术教学能力。

## 3 结论与建议

### 3.1 结论

(1) 宁夏普通高校学生对啦啦操运动持积极态度,并且绝大多数学生希望开设啦啦操课程,但运动经费不足,硬件设施条件差不能满足啦啦操训练的多元化,在一定程度上制约了啦啦操运动在宁夏普通高校的发展。

(2) 各级领导对宁夏地区啦啦操运动的重视程度低,且对啦啦操运动项目的普及及相关报道等缺乏一定的宣传力度,成为啦啦操运动在宁夏普通高校发展的制约因素之一。

(3) 宁夏4所普通高校中啦啦操运动项目存在师资力量相对薄弱,教师欠缺一定的专业性且宁夏高校啦啦操竞赛项目单一的问题,进一步阻碍了啦啦操运动在宁夏普通高校的发展。

### 3.2 建议

(1) 宁夏高校应转变传统理念,充分重视啦啦操运动的开展,营造良好的啦啦操运动氛围。

(2) 宁夏高校应完善硬件设施,丰富师资力量,加强师资队伍培训,提高师资队伍水平。

(3) 完善相关制度,丰富比赛项目,让更多爱好啦啦操运动的学生参与其中并为其提供展示平台,促进啦啦操运动在校园的普及与推广。

### 参考文献:

- [1] 罗廷芬,张德春.成都市高等院校学生啦啦操运动的开展情况与对策研究[J].体育科技文献通报,2020,28(07):108-109+112+171+173.
- [2] 崔玉.上海市小学啦啦操运动开展现状及影响因素的研究[D].上海.上海体育学院,2020.
- [3] 周倩如.哈尔滨市普通高校啦啦操运动发展现状及对策研究[D].黑龙江.哈尔滨体育学院,2019.
- [4] 赵玉巧.高校啦啦操运动开展现状及转变策略[J].当代体育科技,2018,8(05):69-70.
- [5] 郑华玲,吴晓鸣,江金泽,林长地,李霞.福建省高校啦啦操运动发展现状及对策研究[J].黑龙江生态工程职业学院学报,2017,30(05):130-133.
- [6] 朱静静.京津冀地区体育院校啦啦操运动的开展及其发展策略[D].北京.首都体育学院,2017.
- [7] 黄维.广西高校啦啦操发展现状及对策[J].教育观察(上半月),2017,6(09):134-136.
- [8] 田燕.山西省太原市普通高校啦啦操运动的开展及其推广策略[D].北京.首都体育学院,2017.

### 作者简介:

司海颖(1998-),女,汉族,山东省淄博市人,宁夏大学在读硕士,研究方向:不区分研究方向。

谷胜乔(1999.12.7-),男,汉族,安徽省马鞍山市寒山县,硕士在读,研究生方向:不区分研究方向。

严津(1975.03.11-),女,满族,天津,教授,本科/硕士,研究方向:体育教学与训练。