

高校啦啦操运动在体育教学中的美育功能

李 慧

(新乡职业技术学院 河南新乡 453006)

【摘要】在我国高校的体育教学中,有着非常丰富的运动项目,这些项目为学生各方面的均衡发展带来了帮助。其中啦啦操这项运动是传统体育项目中比较晚出现,较为新潮的体育运动项目,啦啦操结合了音乐、运动等多方面能够对学生产生积极影响的因素,在近年来,获得了广泛的欢迎。其中相比其他体育教学项目,啦啦操具有更加高效的美育功能,能够帮助学生锻炼身体的同时,提升学生对正确积极的审美的认知,通过啦啦操发挥的美育功能能够促进学生的美育方面的发展。

【关键词】高校美育教育;体育教学;啦啦操运动

The aesthetic education function of college cheerleading movement in physical education teaching

【Abstract】In the physical education teaching in Chinese universities, there are a very wealth of sports programs, which can help the balanced development of students in all aspects. Among them, cheerleading is a relatively late appearance in the traditional sports, more trendy sports, cheerleading combined with music, sports and other aspects can have a positive impact on students factors, in recent years, has been widely welcomed.

【Key words】college aesthetic education; physical education teaching; cheerleading exercise

DOI: 10.12361/2705-0416-04-05-84123

啦啦操运动在高校教育中近几年才正式的兴起,成为体育选课中比较热门的一项运动,由于发展时间与学生成长的时间更加接近,学生普遍对啦啦操这项运动有着更高的接受的能力,与舞蹈有着多方面相似的运动模式,例如,在进行啦啦操运动的过程中,讲究动作的协调性和美观性,要使运动的人锻炼身体,观看的人感受到阳光积极的美,这样的运动的形式为学生的良好的接受能力奠定了基础,正因如此,啦啦操的美育功能也尤为的关键。

1 啦啦操运动中美育功能的来源

想要在高校啦啦操运动的体育教学中,尽可能地发挥啦啦操对高校学生的美育的功能,首先需要了解啦啦操中美育的功能来自于哪些方面,在对啦啦操的美育功能有了更加直观的感受和了解后,才有助于教师结合这方面的内容,利用啦啦操运动完成对学生的美育教学。

1.1 肢体协调性带来的美感

啦啦操运动是一种要求学生根据节奏,进行一系列肢体动作,啦啦操与寻常的体育运动不同,它不仅要求学生完成该项运动中的动作,对于学生在参与运动时,身体的协调性以及肢体动作的组合产生的美感有着更高的要求,使得该项运动具备较高的观赏性,学生在进行啦啦操的运动过程中,肢体的摆动的强度、核心的控制力,甚至是每一个动作手臂摆动的高低位置,甚至面部表情都会对啦啦操呈现出的综合的美感造成影响。

1.2 动作和音乐协调性的配合的美

啦啦操运动中除了对学生动作方面的美有较高的要求,对于学生动作与音乐的配合也有较高的要求,也就是说,啦啦操的美育作用还能够来自于学生经过啦啦操练习后,肢体和音乐配合的协调性,学生对于音乐的节奏节拍以及韵律都会有更加清楚的了解。

1.3 啦啦操技能的美

啦啦操在大学生群体中比较受欢迎,主要原因是在观看啦啦操表演时,他们能够感受到参与啦啦操的同学们展示出的健康身材以及肢体运动的节奏等,能够从各个角度充分地感受到朝气蓬勃的美,这种美不仅简单的来自于动作和外观,更加深入的了解后会发现,啦啦操美的来源还源自啦啦操中技能技术的美,通过一些富有技术技巧的动作的展示,如展示者的肢体力量、身体的柔软程度等,

这些统称为啦啦操技能的内容,为啦啦操的美育带来了更大的帮助。

1.4 阳光的态度之美

在啦啦操的进行中,真正喜爱这项运动的学生会像参加其他运动一样,在运动中充分释放自身魅力,这种美丽不只是肤浅的外在魅力,更重要的是在他们的表情和动作上所展现出的积极向上、乐观热情的态度,这能很好地映射出他们内心的快乐,让不论是参与其中的啦啦操队员,还是观赏啦啦操表演的其他同学,都能在这项运动中感受到年轻人特有的活力和热情,这也是一种非常难得的美,情绪和态度上的美比外表的美更加动人,也更加具备美育的功能。

1.5 啦啦操的艺术成分之美

啦啦操运动与其他运动项目不同的是,啦啦操不仅可以归类为运动,也能归类为艺术,艺术的美育功能不言而喻,而啦啦操作为艺术与体育运动的结合体,能够同时实现对学生的美育功能以及对学生的精神的铸就,学生在参与啦啦操的练习后,不仅能够强身健体,还能从中吸收到高级的审美意识。

2 高校啦啦操运动美育教学中存在的教学困境

要更好地实现高校中啦啦操运动的美育价值,需要教师们分析了解目前在啦啦操的美育教育过程中各个层面存在的教学的困境,经过分析,目前对高校啦啦操美育功能的影响因素主要有:

2.1 啦啦操运动教育核心观念发生偏移

在现代的高校中,啦啦操除了是体育选课中的一个选项,也是学校各类型活动表演的必备内容之一,如学校校庆活动、艺术节、运动会开幕式等。而啦啦操存在的最主要的意义并不只是单纯的用来表演,啦啦操与舞蹈不同的是,它更加需要注重对学生体育精神的培养,以及帮助学生实现强身健体的目标。在目前高校啦啦操运动情况的反馈中可以发现,啦啦操教育的核心教育观念发生了偏移,针对啦啦操的训练,主要目的变成了节目的编排和表演,利用各种华丽的服装和过于形式化的编排,过分强调节目的效果。忽略了啦啦操对学生在精神上以及内心的美育上的功能,使得啦啦操运动在高校中育人功能受到了较为严重的埋没。

2.2 啦啦操运动美育引导存在一定的欠缺

对于任何模式的美育的教学,都不是依靠学生自身的感悟就可以完成的,对于啦啦操运动中的美育教学也是如此,在学生自身进行感悟的同时,还需要教师合理的进行引导和点播,帮助处于迷茫中的学生拨开美育的迷雾。教师在进行教学时,需要根据学生对美育知识吸收的情况,不断审视自己的教学方案并对于其中不到位或者不恰当的部分进行改革,以便增强教师在啦啦操运动的美育教学中发挥出更大的影响力。

2.3 学生对啦啦操的美育功能认知不足

学生是啦啦操美育功能的接受者,要使得学生经过教师的引导以及对啦啦操的练习实现对美育认知的提升,需要学生自身内心对啦啦操的美育效用是充分认同的,但是根据学生的反应不难发现,大部分学生对于啦啦操的作用停留在表演、健身,而对于美育方面的了解和认知是比较浅显,存在一定的不足,在这样的情况下,啦啦操在高校中的美育教育的有效性便会受到一定的影响。

3 提升啦啦操在高校美育功能的措施

啦啦操的美育功能的提升需要教师结合目前教育中所展现出的困境,分别制定相应的改进的策略,帮助学生更好地实现啦啦操学习中的美育观念的吸收,从各个层面进行分析,在高校啦啦操教育的开展中,教师可以从以下几个角度进行:

3.1 通过宣讲等方式,提升学生对啦啦操美育功能的认知

在对高校啦啦操的美育方面进行改革之前,第一步需要进行的是改变学生对啦啦操功能的认知,通过提升学生的认知,让学生对啦啦操能够起到的美育功能进行了解。在这样的基础上,开展啦啦操教学时,学生才能更加自主、有意识地对啦啦操的相关内容进行吸收。这就要求教师在进行啦啦操的正式教学前,采用宣讲、讲座、啦啦操成果展示的方法,增进与学生的沟通,了解学生目前对于啦啦操这项运动的看法,并针对其中学生内心的误区进行解释和讲解等方面进行对学生美育意识的培养,通过丰富多样的形式向学生传递啦啦操能够带给他们的美育方面的发展的好处,使得学生对啦啦操运动的好处有更加深刻的了解,从而使得学生的内心对于啦啦操的学习更加主动有热情,更加自主的吸收美育知识,提升个人的美育情况。

对于学生群体对啦啦操的美育功能的认知的传递不仅仅可以依靠教师的宣传和语言的传递,还可以采用让参与并热爱啦啦操运动的学生在学生群体中发声,例如,挑选合适的时机,让在啦啦操运动中获得良好的美育发展的学生站上讲台,讲述自己和啦啦操的故事,讲述自己因为啦啦操发生了哪些身体和心理上的改变,自己从啦啦操的训练和表演中,获得了哪些美育知识或者能力,以学生的口吻,往往能够更加具有感染力,能够获得更多学生的信任,其他学生也通常更愿意接受同龄人的号召,在这些同学的带领下,会逐渐有越来越多的人感受到啦啦操的强大的美育功能,也能感受到啦啦操对于一个人的成长的各方面的积极作用,对于提升学生群体对正确认知也有非常明显的作用。

3.2 丰富啦啦操的开展形式

在现如今的高校啦啦操的教育中,啦啦操这项运动主要以体育课的内容和各类活动的表演两种形式出现,然后对于啦啦操的美育功能的提升,仅仅依靠这两种模式是非常困难的,想要突破这个难关,需要教师从丰富啦啦操呈现的形式入手,通过改变传统的啦啦操开展模式,实现啦啦操美育功能的进化。例如,在体育课之余,

教师可以组织对啦啦操感兴趣的学生分别组建每个年级、每个专业或者每个学员的啦啦操队,使得啦啦操爱好者具备一个类似社团的平台,各个啦啦操队可以在教师的引导和学校的组织下,开展啦啦操的训练甚至是比赛,以比赛的方式进行啦啦操的训练,不仅可以使得啦啦操运动的各项功能获得更大化,还能够使得同学们在都想为自己的啦啦队赢得比赛的心理帮助学生提升对集体荣誉感、团队协作精神等方面获得有效的提升,在比赛开展的过程中,不仅参加比赛的同学们能够充分的感受到活力的美、健康的美以及团结的精神层面的美,观赏比赛的其他同学也能从各个啦啦队卖力的精彩的比赛中,感受到大学生的神采飞扬,感受到他们内心坚定的信念,同时也能够更加直观的感受啦啦操的运动之美、力量之美、协作之美、技巧之美。能够更大程度地实现对更多学生的以啦啦操为载体美育的教学。

啦啦操美育不仅可以以比赛的方式进行,还有多种形式可以使用,例如,还可以在其他体育项目的比赛进行中,让同学们用啦啦操的形式为参加其他体育项目比赛的同学们加油助威,如篮球比赛、足球比赛、网球比赛等,通过这样的方式,不仅能够帮助参加比赛的同学鼓舞士气,也能让更多的同学感受到啦啦操的振作精神上的魅力,从而实现平时不了解、不参与啦啦操的同学的美育教育。

3.3 在啦啦操的教学中适当增加美育内容传播的占比

啦啦操的美育功能是非常强大的,但是啦啦操运动在高校学生的学习中所占的时间非常有限,在这样的情况下,为了加大啦啦操运动对于学生美育的功能,教师需要在啦啦操的常规教育中,适当地增加美育内容传播的占比,也就是说,不仅要对学生进行训练,对于美育专项内容的教学也要更加的看重。传统啦啦操教育中美育内容的传达主要依靠在进行教学和训练的过程进行无意识的缓慢渗透,这样的渗透的方式虽然有一定的效用,但效率非常低,在啦啦操的运动本就时间有限的情况下,这样的教育方式更加不可行。为了提升啦啦操训练中的美育传递的效率,教师需要更加有目的性的进行美育传递,这样能够使得学生在啦啦操中获取到更多的美育内容。所以教师应当根据学生的情况,制定适宜的啦啦操的专项美育教学的课程。采用更加简单明了的方式,帮助学生啦啦操所能传递的美育内容有更清晰的认知,而不是通过学生自己的摸索,模糊的提升自己的审美,只有教师足够重视在啦啦操教育中加入美育的指导,学生才能取得更大的进步,啦啦操的美育功能才能发挥到实处。

4 结语

对于高校中啦啦操这一体育项目的美育功能的提升,首先需要分析啦啦操的美育功能来自于哪些方面,这样才能在具体实施中,在了解美育源头的基础上,制定相关的美育计划。在此基础上,教师需要从学生的认知、活动的开展、教育的安排等方向进行改革,在保证学生对啦啦操的美育功能有一定了解的基础上,丰富啦啦操的活动的形式,根据教育的需求,适当调整教学中时间占比的安排,在几者的协调下,实现对啦啦操的美育功能的最大化。

作者简介: 李慧(1990.6—),女,硕士研究生,助教,研究方向: 体育健身,运动营养学,运动损伤与防护。

【参考文献】

- [1] 高铭鸿,罗旺.高校体育文化建设中啦啦操运动的应用实践[J].当代体育科技,2021,11(36):84-86.
- [2] 何青婷,贾雯.啦啦操运动推广价值及发展策略分析[C]//第三届“全民健身科学运动”学术交流大会论文集.,2021:51-52.