

# 体教融合背景下高校体育舞蹈教学改革路径研究

王亚东

(东莞城市学院, 广东 东莞 523430)

**摘要:** 随着时代的发展, 青少年体育发展的阈值提高, 人们对高校体育教育的重视不断提升, 体教融合的发展模式成为当前促进青少年健康, 培养德、智、体、美、劳五育融合全面人才的新路径, 同时对高校体育舞蹈教学改革提出了新的要求。本文通过分析文献资料、专家访谈及工作中的实地考察, 解读体教融合的新时代背景及高校开展体育舞蹈教学的重要性, 探寻高校体育舞蹈教学存在的不足和现实问题, 对于提出的问题进行优化及建议, 从而为体教融合背景下高校体育舞蹈教学改革的路径提供理论参考, 推动高校体育事业的发展。

**关键词:** 体教融合; 高校体育; 体育舞蹈; 教学改革

【中图分类号】G807

【文献标识码】A

【文章编号】ISSN1002-879X(2023)10-154-02

“少年强则国强, 少年智则国智”, 青少年作为国家未来的接班人, 所有人都希望他们拥有健康的体魄, 良好的心态。高校是国家人才后备军的主要输出地, 高等教育的目的是培养青少年全面发展, 适应未来社会趋势。高校体育是高等教育的重要组成部分, 是完成高等学校教育目标和人才培养工作的重要载体<sup>[1]</sup>。

2020年8月31日, 国家体育总局和教育部联合印发《关于深化体教融合促进青少年健康发展的意见》, 并明确指出, 高等院校应站在实现“两个一百年”奋斗目标和中华民族伟大复兴中国梦的高度, 深刻认识体教融合在建设教育强国、体育强国进程中的重要地位<sup>[2]</sup>。2020年10月, 根据习近平总书记在全国教育大会上的重要讲话中指出, 要树立健康第一的理念, 帮助学生在体育锻炼中享受乐趣、增强体质、健全人格、锤炼意志。这为全面加强和改进新时代学校体育工作指明了方向、提供了根本遵循。中共中央办公厅、国务院办公厅印发了《关于全面加强和改进新时代学校体育工作的意见》和《关于全面加强和改进新时代学校美育工作的意见》。2021年10月, 国家体育总局印发《“十四五”体育发展规划》(以下简称《规划》), 《规划》明确指出, 要通过未来五年努力让体育强国的四梁八柱基本形成<sup>[3]</sup>。“十四五”正是体育强国建设的强基阶段, 必须持续推动高校体育改革和发展, 体教融合模式进一步深化, 取得实质性进展。以上文件的出台体现了体育教育在新时代的重要性, 说明了体教融合模式已经成为时代发展新趋势。在政策的指引下, 学校体育得到重视, 各地纷纷开始进行体育教学的改革, 落实体教融合政策, 探寻体育教学新路径, 体育舞蹈作为高校体育教学的重要组成部分, 在体教融合的背景下也要进行积极的改革, 为学生提供良好的教学体验, 满足新时代学生的教学需求, 使高校体育舞蹈更好的为体育教育进步和发展服务。

## 1 体教融合的理念提出

《健康中国行动(2019—2030年)》中提到: 中国学生体质与健康调研结果呈现出逐年下滑的趋势, 其中大学生群体首当其冲, 在体质健康测试时, 经常出现引体向上项目中所有男生“全军覆没”, 某些指标甚至还不如高中生, 大学生体质问题成盲区。在应试教育的大环境下, 升学压力仍然很大, 客观上导致学生没有时间参加体育锻炼, 没有养成良好的运动习惯, 进入大学后, 没有升学压力, 体育课时相对减少, 加上成年以后大学生有更多的娱乐和休闲方式, 学校体育没有被重视起来, 体育与教育逐渐出现了矛盾, 青少年体质之忧受到了广泛关注, 为了缓解这一矛盾, 国家开始全面进行素质教育改革, 中小学阶段对学生体质水平有着刚性的要求, 初中生还面临着体育中考。高中阶段也要将体育纳入高中学业水平测试。包括阳光体育运动、校园足球等项目和专项行动的实施, 也都体现了我国对青少年体质问题的重视, 明确了体育教育工作的重要性, 为体教融合的提出奠定了基础。直到2020年8月, “体教融合”模式被正式提出, 区别于体育与教育的简单结合, 强调加强学校体育工作, 始终坚持“健康第一”的教学理念, 培养全面的综合型人才, 将教育与体育真正的融合在一起, 打破两者之间的壁垒。体教融合的深化, 为高校体育教学改革提供了新方法, 新路径。

## 2 高校开展体育舞蹈的重要性

**作者简介:** 王亚东(1994.10-)女, 汉族, 山西大同人, 研究生学历, 东莞城市学院教师, 研究方向: 体育教学。

随着世界经济水平的提高, 人们不再局限于吃饱穿暖的物质需求, 休闲时间的增多、休闲价值观的改变, 人们越来越多的倾向于精神满足类的体验消费, 体验经济将成为本世纪的主流<sup>[4]</sup>。

体育舞蹈是融体育与舞蹈为一体的新型体育运动项目, 不同于传统的体育运动, 体育舞蹈有其独特的功能, 除了体育的教育性、锻炼性、竞技性、舞蹈的艺术性及娱乐性等特点外, 还可以将任何几种特点进行组合, 因此, 体育舞蹈以它兼有的体艺双重特点和固有的锻炼价值, 受到全世界人们的喜爱。不容置疑, 体育舞蹈已经成为人们参与其中, 切身体验的一种最好的运动形式。高校体育舞蹈是高校体育课程中的重要组成部分, 对学生和体育课程本身有一定的积极作用。

学生在学习体育舞蹈课程的时候, 改变了传统体育的练习方式, 伴随着音乐的节奏, 通过身体的变化塑造出不同的动作造型, 可以自由表达情感, 调节氛围, 放松心情, 转移注意力, 促进学生心理健康, 有很好的心理学价值。

在学习体育舞蹈中的华尔兹、探戈、恰恰、牛仔时, 因其四种舞蹈运动技术的特性, 身体各关节活动比较频繁, 心率长时间保持在健身效果的最佳区间, 而伦巴舞、狐步舞能够进行很好的身体能量代谢, 快步舞甚至可以媲美马拉松运动, 体育舞蹈课程可以让学生在力量、柔韧、平衡、耐力、速度、协调等身体素质方面都得到锻炼, 所以对学生具有很明显的健身价值。

长时间参加体育舞蹈训练, 可以让学生的身姿挺拔、体态优美, 外形更加匀称和谐, 缓解大学生身材焦虑, 满足学生实现美的愿望。同时把体育舞蹈中的形态美, 姿态美, 动作美, 服饰美和听到的音乐美结合起来, 培养学生鉴赏能力, 对学生开阔视野, 提高艺术审美, 有丰富的美学价值。

高校体育舞蹈课程开展, 不仅能活动筋骨, 调节心理, 还能培养学生得体的礼仪, 良好的修养, 在翩翩舞蹈的过程中, 能从单调的体育课程中解放出来, 使学生想象力得到充分发挥, 获得高层次的精神享受。

体育舞蹈源于宫廷社交, 是一项男女协力合作完成的运动, 课程的开设可以提高学生交流互动, 增进友谊, 增进健康, 随着课程的深入, 搭档之间不断磨合, 有利于增强团结合作意识, 从而提高课堂教学效率。

体育舞蹈课程为高校体育课程增加了活力, 丰富教学内容, 使课程体系更加完善。

综合以上分析, 体育舞蹈本身具有体育的竞技性和舞蹈的艺术性, 所以高校开展体育舞蹈课程, 符合国家教育方针, 对改进新时代学校体育和学校美育都有帮助, 能够促进学生全面发展。

## 3 高校体育舞蹈开展现状分析

截至2021年9月30日, 教育部公布我国共有2756所普通高等院校, 在体育强国和教育强国的双重战略下, 我国大部分高校都开展了公共体育课程, 其中三大球项目和田径项目开展的最好, 体育舞蹈项目的开展不尽人意, 上千所高校中只有不足百所高校开设了体育舞蹈科目, 总占比不到十分之一。通过实地考察开展体育舞蹈项目的高校, 对其教师、学生、教学情况进行以下综合性分析。

### 3.1 高校体育舞蹈教师现状分析

学校的师资队伍是提高人才培养的关键因素, 高校现在都很注重教师的学历, 教师学历在一定程度上可以反映教师的资质与能力。一般高校都要求教师是研究生学历及以上, 但由于体育舞蹈是一项新兴的运动项目, 在我

国发展的时间短,目前还没有专业的体育舞蹈博士研究点,能够培养体育舞蹈硕士的院校也很少,这就导致体育舞蹈教师的学历普遍偏低,大部分为年轻教师,教龄较短,教学经验不够丰富。同时由于传统观念的影响,体育舞蹈专业的学生男女比例不协调,这就导致男教师相对来说较少。另外在上课期间,体育舞蹈教学一般是由一名老师进行教授学习的,而体育舞蹈本身是男女搭档配合进行的双人舞,一名老师既要教授男步,又要教授女步,使得学生不能很好的建立双人舞概念进行整体学习。

### 3.2 高校体育舞蹈学生现状分析

体育舞蹈因其特有的舞蹈属性,让很多男大学生望而却步,大部分班级只有几个男同学,甚至有的班级一个都没有,男女比例明显失调,加上体育舞蹈教学一般都是女教师,很多男同学不愿意学习体育舞蹈的原因是教师是女教师,学习起来有心理压力。在传统观念和心里因素影响下很多男同学不愿意选择体育舞蹈课程,对体育舞蹈课程没有全面的了解,缺乏兴趣,这就导致课堂上大部分都是女同学,所以在学习过程当中,不可避免需要部分女同学来充当男同学的位置,但男生和女生在身高、体型、身体素质等方面都不太相同,在学习动作技巧时女生没办法真正替代男生,双人配合容易出现出问题,学习效果不理想。

### 3.3 高校体育舞蹈教学现状分析

高校体育舞蹈的课程设置一般以实践课为主,理论课为辅,一学期32个学时,一周两个学时,一周一节,每次一个半小时,最后两周进行考查测试和补考。高校大学体育课程只设在大一大二,共四个学期,而体育舞蹈共有十个类目,大部分高校安排每个学期学习一种,甚至有的高校两个学年只学习一种或者两种,没办法全面学习体育舞蹈的内容。有的高校则恰恰相反,为了全面学习十支舞蹈,每个学期安排了好几种,因为体育舞蹈每个舞种的内容很多,会导致学生在一个学期学的内容很杂,并没有学到真正的技术,教学内容安排并不合理。

体育舞蹈是一项室内运动,需要的场地设施不同于普通室内运动,例如木质地板,舞蹈把杆,音响等,很多高校的室内场馆并没有铺设木地板,有的是水泥地,有的是胶地,这对体育舞蹈的教学难免会有影响。在教学过程中,也更加倾向传统的教学模式,采取线下教师“教”——学生“学”的方式,疫情期间,很多高校直接停止了体育舞蹈的教学,还有的高校改为可以在线上进行的简易健身操,只有少部分高校开启了初步的线上教学模式,但体育舞蹈直播课的效果并不理想。

## 4 体教融合背景下高校体育舞蹈教学改革路径

### 4.1 更新教育理念,明确教学目标

大学生是国家人才培养计划的主力军,在体教融合的背景下,为积极适应新时代的发展,必须确保学生身心健康,坚持“生命至上”、“健康第一”的教育理念,为树立终身体育的教育理念打下基础。体教融合模式下的高校体育舞蹈,应将教学制度、教学资源、教学人员进行创新重组,实现多元化的整合,改变高校管理层面到教育一线人员对体育的固有观念,组织参加体教融合的研讨会,外出学习体育舞蹈知识和技术,提高体育教育的地位,明白高校开设体育舞蹈的重要意义,由上而下的更新教育理念。

高校领导层要把体育健康放在首位,开展健康服务及体育舞蹈相关专业,明确对大一大二两学年的教学内容,把知识、能力、素质进行融合,在传统体育舞蹈课程上发挥素质目标的作用,通过体育舞蹈学习让学生热爱体育课程,培养锻炼的热情和自觉性,促进学生身心健康,全面发展速度、力量、灵敏性、柔韧性、耐力性等身体素质,同时得到美的享受,培养艺术气息和鉴赏能力,表现出良好的体育道德和团队合作能力,正确处理竞争与合作的关系,养成良好的行为习惯,形成健康的生活方式。

### 4.2 提升教师素养,推进教学发展

体教融合模式对高校体育舞蹈教师也是一次机遇与挑战,教师要培养国际化的体教视野和长远的教育理念。当前大环境下,国内的体育舞蹈整体发展还不如国外,国外体育舞蹈在理论与技术层面都值得学习,高校可与国外学校联合发展,定向培养更加专业的体育舞蹈教师。学校还要多开展素质

教育研讨会及体教融合交流会,鼓励教师参加和外出学习,同时要强化教师的责任感和道德感,使当前的教师队伍从学历、能力等方面得到多维度提升。

普通高校的体育教育项目开展较多,种类比较丰富,根据实际情况可以让学生通过自由选课的方式选择喜欢的体育课程,针对体育舞蹈课程,学校可以组织教师编写合适的大纲、选择统一的教材、安排合理的教学内容,切不可为达到教学内容的丰富性而一个学期安排好几种舞蹈,教学期间需安排男女教师搭档进行,利于体育舞蹈双人舞的配合展示,所以学校要引进更多的男教师,达到男女体育舞蹈教师的平衡,除此之外,教师不仅要把体育舞蹈的理论和技能掌握好,还需要加强体育基础理论研究,学习多学科知识,能够建立各学科的教育关联,提升体教融合的实践教学,在教学中逐渐摸索出适合的体育舞蹈发展之路,建立高校的特色教学体系。

### 4.3 改变学生观念,增加学习热情

体育舞蹈教学是面向全体学生,体育舞蹈课程在大学生当中总体来说还是很受欢迎的,但学习体育舞蹈的男同学比例太低,不到总数的十分之一,可见传统体育观念深植在学生的心中,所以学校要加大体育舞蹈的宣传力度,如采取举办特色体育舞蹈文化节,增加运动会开幕式表演,联动校外比赛等方式,让学生真正了解体育舞蹈的魅力和内涵,改变男同学固有的思想观念。体育舞蹈教学过程是由简单到复杂的过程,不可操之过急,要注意到每个学生的变化,教学过程中要遵循因人而异,循序渐进的原则,慢慢提升学生的积极性,培养学生的兴趣,通过跨项目联动,适当加入体育游戏,教学比赛来增加学生学习热情。

### 4.4 完善基础设施,优化教学资源

体育舞蹈属于难美性运动项目,对场地器材的要求不同于传统体育科目。场地、器材的完善是体育舞蹈教学得以顺利开展的基础,对于体育舞蹈场馆、器材的特殊性要求,高校应该予以支持,加大基础设施的经费投入,教学期间还需实时维护,以免存在安全隐患。随着网络技术的进步,多媒体技术的应用,很多高校将其应用在教学中,如雨课堂、学习通、钉钉等直播教学平台,但由于普通高校体育教育的特殊性,大部分内容需要面对面实践教学,导致体育项目很难进行网络教学,尤其是体育舞蹈运动,直播课的形式很难让学生直观的理解动作技术。如何搭建好的体育舞蹈网络教学平台成为关键,这既是难题又是挑战,普通高校可以学习专业院校,充分的把互联网资源利用起来,积极搭建体育舞蹈学习平台,如专业教学APP、大学生MOOC课程、短视频等,同时可以通过腾讯会议、企业微信等直播方式进行基础理论教学,积极构建混合式教学,打破传统体育的线下模式,将线上线下融合起来,扬长避短。

## 5 结论与建议

第一:普通高校对于体育舞蹈不够重视,还保持着传统的教育理念,教学目标不够清晰。第二:高校体育舞蹈教师整体学历偏低,教学能力不足,教学经验不够丰富,教师男女比例不协调。第三:高校学生没有意识到体育教育的重要性,选择体育舞蹈课程的男女学生差异较大,男学生对体育舞蹈课程缺乏兴趣。第四:高校体育舞蹈的教学内容选择不合理,教学设施不够完善,教学方法较为传统。

体教融合模式的提出对高校体育舞蹈教学改革有着重要意义。在体教融合的背景下,高校要从领导、教师、学生等方面着手进行,更新教育理念、模式;改变教学内容、方式;提升教师能力、学识;改善教学设施、环境,旨在为学生提供良好的教学体验,满足新时代学生的教学需求,使高校体育舞蹈更好的为体育教育进步和发展服务。

## 参考文献

- [1] 刘海元. 学校体育教程[M]. 北京:北京体育大学出版社,2015:5.
- [2] 李燕, 骆秉全. 新时代体教融合的动力、困境和实施路径研究[J]. 体育科学,2022,42(2):30-38.
- [3] 中共中央办公厅国务院办公厅印发《关于全面加强和改进新时代学校体育工作的意见》[J]. 体育教学,2020,40(10):5-7.
- [4] 曹曦, 王子纯. “十四五”体育发展规划构建体育未来[N]. 中国体育报,2021-12-24.
- [5] 李小芬. 体育舞蹈运动教程[M]. 北京:北京体育大学出版社,2017:20.
- [6] 张国浩, 谢玮. 基于体教融合视域下高校体育教学改革路径研究[J]. 湖北开放职业学院学报,2022,36(02):167-169.