

“双减”政策下体育舞蹈进校园发展研究

张兆倩

襄阳职业技术学院 湖北 襄阳 441050

【摘要】：“双减”中包含的新教育理念是立德树人，以人为本，减去学生不必要的课业负担让义务教育回归立德树人的初心。《双减意见》给学校美育的发展搭建了平台，创造出健康的教育环境。而体育舞蹈作为一种艺术门类，能促进青少年身心健康。切合当前“双减”政策形式，体育舞蹈的学习是自我修养和体育锻炼的重要组成部分。我们需要把体育舞蹈向校园引入，让更多学生了解，接受，学习体育舞蹈，当体育舞蹈进入校园，学生能更直观接受艺术教育，不仅使个人素养得到提升，同时更是学校美育教育的重要基础；最后提出了推进体育舞蹈进校园的对策：即学校认真贯彻教育部“文件”精神、加强学生艺术素质教育课程、健全配套设施建设、加强师资队伍建设、整合行业规范、以中考推进项目发展等，旨在推进艺术进中考的进程，提高中小学生艺术、审美素养等目的，进而提高全民素质，探讨出体育舞蹈在中小学校园发展普及的可行性与方法，为体育舞蹈的发展探讨出更多的可能性。

【关键词】：“双减”政策；体育舞蹈；大中小学

DOI:10.12417/2705-1358.26.02.082

1 前言

2021年7月24日，“双减”政策的颁布在教育行业掀起大波。为深入贯彻落实习近平总书记关于教育的重要论述和全国教育大会精神，全面加强和改进学校美育，把高雅艺术进校园活动作为学校美育培根铸魂的重要载体，切实提高学生审美和人文素养。应把音乐、美术、舞蹈等艺术类课程以及参与学校组织的艺术实践活动情况纳入学业要求。作为职能的教育场所，学校不仅仅是向学生传递知识，更要让学生们有鉴赏美的能力，每个学生都能掌握不同的艺术特长，实现全面的发展。“艺术进中考”的需求下，学习舞蹈的人数想必会大大提升。而体育舞蹈作为一种新兴的体育与艺术结合的项目，符合“双减”政策下的学生艺术发展的需要。但由于教学条件和教学设施以及传统教学观念根深蒂固等原因，体育舞蹈进入校园发展还需要进一步引导和探索。为了贯彻文件精神，探讨了艺术进校园、在中小学校园开展体育舞蹈课程的可能性及其路径探究。

2 “双减”政策下推进体育舞蹈进校园的必要性

“双减”减的则是学生学习过程中不必要的负担，其次改变大众观念，最后“双减”激发学生潜能。体育舞蹈包含了其他各种艺术门类。其丰富性、艺术性很强，具备艺术素养。它在提高人的人文、艺术、审美等功能与其它的艺术、体育项目相比有更多的优势，提高校园艺术氛围的同时更能提升学生身

心健康，因此体育舞蹈进校园是十分必要的。

2.1 体育舞蹈是促进学生交往能力的重要途径

如今我国中小学生的人文、艺术素质不足，身体健康方面也有待进一步加强。有时候恶意竞争导致心理问题加剧，孩子失去纯真，失去本性。学生接受舞蹈教育，可以帮助孩子打开内心世界，用健康的心态面对学习压力。舞蹈是通过玩闹的形式表现出学生天然本性，学生在舞的过程中，当投入音乐的同时，可以用肢体传递出内心的情感，展示内心的世界，增强对生活的信心和对学习征服感。体育舞蹈是一种通过男女搭配的双人舞形式，学生学习过程中舞蹈的配合是必不可少的环节，通过合作达到促进感情、沟通交流的目的。

2.2 体育舞蹈是提高学生身体素质的重要基础

久坐学习文化课会导致驼背现象，学习体育舞蹈有助于改变身姿，改变形态，提升气质。舞蹈改变以往的运动方式，通过身体素质训练以及辅助器械例如拉力带，达到塑造完美体型的目的。学习压力较大的学生容易产生抑郁、烦闷等悲观心理，舞蹈中的舞韵美和音乐美能够打开内心世界克服悲观心理。体育舞蹈动作丰富，能有效调动身体各肌肉群体。在舞蹈训练中多有脚踝、中段练习，对于学生身体核心素质的提高有着重要的意义。在舞蹈过程中四肢相互协调并且需要舞者控制躯干保持垂直，具有很好的塑身效果。

2.3 体育舞蹈是培养学生美育能力的必然要求

美育是审美教学与美育教学的结合，在“立德树人”方面有着不可替代的作用。其中，艺术是美育最直接的表达形态。舞蹈是情感艺术的表达方式，体育舞蹈的肢体动作、设计美感、音乐美等可以提升学生的艺术鉴赏能力。恰恰舞热烈欢快、伦巴舞的柔情似水等。体育舞蹈的内容多样性、动作多变性也符合当今中小学学生的审美与运动习惯，学生接受起来也很快，很适合现在的中小学生学习。舞者伴随优美的音乐学习舞蹈身体姿态得以改善，久而久之的舞蹈艺术熏陶之下，学生的身体形态也能得以提升。其次，体育舞蹈要想出色完成并不是那么容易，对于舞者的身体以及心理能力都是一个极强的挑战，这就对于练习者耐力要求极高。对于赛场表演，舞伴的默契帮助与完美配合是制胜的关键。综上等等体育舞蹈练习者的优良品质，对于教育制度的不断完善以及社会不断向前发展具有重要意义。

3 “双减”政策下推进体育舞蹈进校园的制约因素

大部分学校教育倡导“分数论”，并不会把时间花费在艺术学习中，因此对体育舞蹈相关了解更不必说。部分学校领导也重视分数而忽略艺术发展，因此体育舞蹈课程没有专业的场地接受训练，没有专业的媒体设备也没有订购专业服装，导致学生学习兴趣降低。体育舞蹈部分舞种难度系数大，动作复杂，教师作为主要传播者，如果没有夯实的基础，则很难把握教学重难点，最后呈现的学习效果不佳。

3.1 学生对于体育舞蹈认识不足

根据调查，“双减”政策出台之前，大部分学生以书本知识为重，从来没有走出过书本以外的世界，一味追求成绩，导致很多“高分低能”儿的出现，通过调查发现部分学生似乎根本不了解什么是体育舞蹈，更别谈学习舞蹈了。若没有客观正确的认识，则不可能激发学习兴趣；同时或许被家长强迫学习体育舞蹈，目的可能是为了从紧张的学习氛围里得到短暂的放松，从而更好的投入学习，或是帮助学生改变身体姿态等；学生本人缺乏自己的体验和思考，则很难参与其中。

3.2 学校体育舞蹈师资力量薄弱

近年来，随着体育舞蹈艺术的普及，各地快速发展培训事业，各类大小赛事也频繁举办，各大宣传单不断宣传舞蹈音乐等活动促进了艺术发展。舞蹈事业蓬勃发展，学校内老师几乎都为语数外等文化课老师，艺术类老师少之又少，所以学生只能找学校外的非职业舞蹈教师，面对迅速发展的培训行业，舞蹈培训机构又以盈利为主要目的，只能退而求其次、矮子里面拔将军，找一些专业技能不过硬的、没有丰富教学经验的、没有职业资质的、工作时间不固定的兼职舞蹈教师，教学质量得

不到严格的保证。

现在市面上普遍在教课的舞蹈教师教法都过于传统、缺少创新性、课堂内容呆板。经过几年的发展到目前为止，中小学体育舞蹈教师多以大学生兼职为主，学历偏低、专业不强，教师本身的专业技能就不够过硬，加上不是职业教师，执教时间短、授课经验也不丰富；且现在的中小学生思想超前、思维活跃，兼职教师教学模式落后、教学方法传统、教学内容固化，难以被中小学生所接受。

3.3 学校教学设施资源欠缺匮乏

中小学校园教育是学生学习的主要环境与阵地，在政府政策压力下，学校中虽然开设了音乐、美术等艺术课程，但是学生并没有能上这些课，反而是被语文、数学等“正科”所取代，学生并不能接受艺术素质教育。有些学校也只是被迫开展体育舞蹈项目，但是学校领导并不了解这项运动，导致在学校环境下开展体育舞蹈项目束手束脚，因此抑制了体育舞蹈在校园内的发展。学生活动场地也只局限于田径场与田径馆，而这些场地并不能达到体育舞蹈的教学训练场地要求，学生需要专业正规的舞蹈教室更有利于教学的实施，同时也有助于学生骨骼发育，硬水泥地可能磨损膝盖与跟腱有害学生的身体健康。

4 “双减”政策下体育舞蹈进校园发展展望

“双减”意义深远，在“双减”政策下推进学校教育改革，引导学生从书本中走出去。试想，体育舞蹈能够正在走进校园，学生们每个星期都能保证“阳光运动一小时”，当他们拥有最为曼妙的身姿，那眼神里肯定充满自信的光芒。艺术类课程的教学与文化课程教学大有不同，这就要求老师改变传统文化课教学模式，采用多种教学法提升学生锻炼的积极性和主导作用。同时国家政策的支持保障了体育舞蹈蓬勃发展。

4.1 强化学生感知能力，提升审美认识

“双减”之后，救学生于水深火热之中，减轻了繁重的课业压力。国家颁布减轻学生课业负担的政策，希望解决现在中小学课程设置中强主课弱副科、不重视素质教育等诸多问题。各地政府应认真贯彻落实文件精神，解决中小学生素质教育缺乏问题，增加艺术课程比重，重视学生身心健康发展。

学校应配合政府加强学生素质教育，解决中小学生素质教育缺乏问题，增加艺术课程比重，重视学生身心健康发展。首先改变原有的课程结构，增加原来不受重视的艺术类副科的课程量，开展校园文化节，宣传舞蹈知识，让学生真正的能够学习体育舞蹈课程。学校领导多了解体育舞蹈，了解体育舞蹈的运动特点和艺术价值，开设体育舞蹈课程，掌握学生体育舞蹈教育教学主导权，引导学生特色个性发展。

4.2 提高教师教学能力, 架构教学体系

首先, 教师在教课的前提下应当提升自身的舞蹈能力, 加强专业课程的学习提升舞技, 熟悉各舞种动作要求与了解各舞种之间的区别差异, 加强自身舞蹈专业性; 提高自身人文修养, 作为中小学生的老师应当德才兼备, 在提高自身技术能力的同时也应注意自身的品德。注重自身修养和职业道德, 律己育人, 培养学生意志坚强、尊敬待人的优良品德。体育舞蹈教师必须科学执教, 中小学生天性活泼难以约束自己, 又加上心智不成熟理解能力不高, 所以在教学上更要注意。多数的兼职教师应学习中小学生教学方法, 注意教学过程中的科学性。

4.3 完善场地教学设施, 优化教学环境

体育舞蹈学习需要专业的设备, 不仅仅是一个音箱, 需要专业多媒体设备以及 LED 智能灯光营造舞蹈氛围。同时专业的舞蹈场地可以大大提升学生学习兴趣。为此学校应组织体育舞蹈学校代表队, 参加体育舞蹈竞赛。建设健全体育舞蹈教学设施, 让学生在校园内就能进行体育舞蹈的学习与训练。引进体育舞蹈专业教师人才, 让老师进行专业的、系统的舞蹈教学。

4.4 加大国家政策支持, 促进舞蹈发展

美育中最重要的板块则是素质教育。近年来国家各类文件的出台, 意味着学校教育中经常被忽略的艺术板块得到国家政策的肯定。美育教育的非凡意义再次得到彰显。国家加大资金和政策支持, 发布相关政策, 投入资金支持体育舞蹈产业发展,

优化市场环境, 鼓励年轻人在体育舞蹈相关产业自主创业; 在国家政策的大力支持下, 部分学校以及开始教授体育舞蹈课程, 参加体育舞蹈培训的学生也在不断增多, 但是受到各种方面因素的影响, 其教学过程和管理中还存在着一些容易让人忽视的误区, 没能给学生学习者带来更加理想的学习效果, 体育舞蹈的教学要不断推陈出新。艺术进校园, 调动了学生学习体育舞蹈的积极性, 近年来国家推出艺术特长生加分政策, 让更多的学生了解加入体育舞蹈这一行列之中。家长、学校、社会应多了解政策, 鼓励孩子学习艺术课程、重视孩子文体艺术多方面发展。

5 结语

“双减”政策的出台, 学校的美育教育走进了大众视野之中, 也意味着学生应该把以艺术学习把艺术学习作为必不可少的一部分。体育舞蹈对学生的身心发展有着促进作用, 参与体育舞蹈项目的人不计其数, 青少年是国家的栋梁之材, 呼吁青少年们积极加入体育舞蹈活动之中, 不仅可以促进体育舞蹈本身的发展, 也可以促进体育事业兴旺。该舞蹈能够对青少年的学业压力进行缓解, 同时也对他们的姿态动作和风度进行训练, 可以修饰改善矫正身体姿态, 塑造美的体型。体育舞蹈的运动系艺术性和社会性等功能, 不仅能使青少年达到强身健体陶冶情操的目的, 同时也有美育教育作用, 使得学生各方面均衡、全面发展。因此, 当前教育背景下, 让体育舞蹈进入校园势在必行。

参考文献:

- [1] 宋娟, 吴瑛, 吕和武, 等. 新时代体育舞蹈的本土化: 价值、困境与出路[J]. 西安体育学院学报, 2020, 37(04): 444 - 448.
- [2] 刘满娥. 中小学开设体育舞蹈课的可行性和必要性研究[J]. 文体用品与科技, 2019(16): 73-74.
- [3] 杨文胜. 中小学全面推广体育舞蹈课程的实施路径分析[J]. 灌篮, 2019(12): 228-229.
- [4] 将帅, 肖子一, 邢恩倩. 体育舞蹈在高校公共体育课中的推广与研究[J]. 体艺教育, 2016(3): 159.
- [5] 楚君. 关于体育舞蹈美学价值的研究[J]. 课程教育研究, 2018, 7(09).
- [6] 詹中辉. 体育舞蹈运动的项目特点及价值研究的分析[J]. 当代体育科技, 2014, 6(12).
- [7] 李鸿. 高校体育舞蹈运动开展的受制因素分析及对策研究[J]. 西安体育学院学报, 2005, 22(6).