

舞龙舞狮民族体育文化走进技工院校的实践研究

张怡

浙江建设技师学院

摘要:我国拥有大量的民族体育项目,舞龙舞狮就是其中之一,其具有非常强的民族特色,所蕴含的民族文化也非常丰厚。民族体育作为中华民族文化的重要组成项目,其在技工院校的传承中具有重要意义。为此,技工院校在体育教育教学中,要加强对舞龙舞狮民族体育项目的开展,在丰富体育教学内容的同时,更丰富学生的精神世界,实现对传统体育文化的弘扬与传承。针对此,下文先分析了舞龙舞狮民族体育文化走进技工院校的意义并对其进行了阐述,如有助于丰富技工院校体育课程,有助于培养学生的团队合作精神和历史使命感,促进其身心健康发展。然后分析了技工院校开设舞龙舞狮体育课程的可行性,并提出了相关开展策略,以供参考。最后附上舞龙舞狮体育运动在技工院校中的开展情况。

关键词:技工院校;舞龙舞狮;体育文化课程;可行性;开展策略;实践

【DOI】10.12252/j.issn.2096-6288.2025.04.103

引言

民族在发展过程中,一个重要的“灵魂”就是传统文化。习近平总书记也曾经表示:中华民族的伟大复兴需要中华文化发展繁荣为条件。在十八大以后,各个地区、各个阶段的学校都在深化教育改革,以落实“立德树人”为根本任务,培养符合社会发展的综合型人才。技工院校作为培养高技能人才的重要场所,弘扬和传承传统文化至关重要。舞龙舞狮体育项目是我国传统文化的瑰宝,是劳动人民思想、智慧以及社会民族的结晶,但是随着社会的发展,以及外来文化的冲击,舞龙舞狮传统体育项目在传承与发展方面都受到了一定影响。技工院校作为教育场所之一,要积极引入舞龙舞狮传统体育项目,加强对传统体育文化的弘扬与传承。针对此,下文对具体的引入策略进行了分析以及实践,以期找到一条具有较强可行性的开展路径。

一、舞龙舞狮民族体育文化走进技工院校的意义

(一)有助于丰富院校体育课程

过去技工院校的体育课程主要是篮球、足球、乒乓球、田径等项目,这些运动项目全民推广程度高、接触渠道多,对于学生来说参与门槛低、缺乏新鲜感,难以激发学生更多的参与兴趣。针对此,技工院校开展舞龙舞狮体育课程,可以有效改善这一现状。舞龙舞狮课程的开设有效丰富了技工院校的体育课程,促进本校体育发展。同时,舞龙舞狮体育活动具有较强的趣味性,再加上要求队员之间默契配合,这在一定程度上激发了学生的参与热情。

(二)有助于培养学生团队合作精神

技工院校在过去的教学中,所教授的内容基本上都是专业技能与理论知识,很少涉及团队意识培养的教学,这导致学生的团队合作意识与合作精神比较缺乏,在团体活动中无法将自己的能力展示出来。另外,学生缺乏

团队合作意识,也不利于他们未来的工作。而开展舞龙舞狮体育活动,可以有效培养学生的团队合作意识,发展他们的核心素养,促进其团队合作精神的养成。舞龙舞狮体育运动与其他运动一样,都需要队员具有较强的技术能力,但是与篮球、足球等运动不同的是,舞龙舞狮体育运动不是个人能力的体现,而是团队合作的体现,及需要每个队员都有较强的合作意识与团队精神,这样才能取得胜利^[1]。因此,舞龙舞狮体育运动要比其他运动更加注重团队合作性,队员必须要在完成好自己动作的同时与其他队员做好配合,几个队员如同一心,做的手脚统一、灵活多变。此外,舞龙舞狮体育运动还要求队员要有较强的责任心,不能因为自己的原因而导致整个队伍失败,而这这就要求各个队员在运动中相互配合、相互信任,相互分担彼此的压力,只有这样,才能顺利完成舞龙舞狮运动。

(三)有助于培养学生历史使命感

传统历史文化的传承与弘扬不仅需要社会的支持,还需要教育的支持,技工院校便是传承传统历史文化的重要场所之一。舞龙舞狮作为传统体育项目,其不仅是民族智慧的体现,还是民族意识与民族精神的表现。让传统舞龙舞狮体育运动走进技工院校,可以帮助学生充分认识到舞龙舞狮运动所承载的历史文化,并且在学习和参与舞龙舞狮运动中传承、弘扬历史文化,培养他们的历史使命感^[2]。再加上技工院校的学生具有一定的鉴赏能力和创新精神,他们既能有效创新舞龙舞狮运动,将新的精神赋予传统体育文化,促进传统民族文化的传承与发展,同时实现对舞龙舞狮体育运动的推广。

(四)有助于促进学生身心健康发展

现代技工院校的学生生活条件比较好,再加上没有经历过太多困难,导致他们缺乏较强的吃苦耐劳精神,

心理承受能力也比较低。而舞龙舞狮体育运动作为多人运动,其具有集体性、民族性等特征,需要队员相互合作、相互交流,在彼此遇到困难的时候给予精神方面的鼓励和帮助,长此以往,学生会形成积极向上的心理,对他们未来的学习、工作与生活提供帮助。舞龙舞狮体育运动中,学生还能够领悟其所蕴含的深厚文化,并被文化所感染,形成较强的民族自豪感。除此之外,舞龙舞狮体育运动还可以有效锻炼学生的渗透素质,促进学生身心健康发展。

二、技工院校开设舞龙舞狮体育课程的可行性

(一) 弘扬中华优秀传统文化, 实现中华民族的伟大复兴

中华民族的伟大复兴离不开中华民族优秀文化的传承^[3]。中华民族经历数千年的发展,所积淀的民族文化非常多样,舞龙舞狮便是其中之一,同时其也是传统体育项目,广为流传。在一些重要节日中,会利用舞龙舞狮运动烘托节日氛围,大众也非常喜欢。随着社会发展中,传统民族体育项目被赋予新的历史使命,在技工院校开设舞龙舞狮体育课程,可以有效将传统历史文化渗透给学生,帮助学生养成良好的民族文化认同感与爱国主义精神,促进我国传统文化的发展,实现中华民族的伟大复兴。

(二) 落实“双减”政策, 激发校园文化活力

“双减”政策的主要目的是减轻学生的学业负担,促进其健康成长。虽然技工院校作为以培养高技能人才为主的院校,但社会对高技能人才的要求随着社会发展逐渐提高,其教育压力也随着社会发展逐渐增加,导致学生的压力越来越大。因此,技工院校也要积极落实“双减”政策,给学生营造一个轻松的校园文化环境,减轻他们的压力。而舞龙舞狮就是一个非常好的体育项目,开展该体育课程可以让学生感受美、展示美、表现美,再加上舞龙舞狮体育运动的趣味性,可以让学生和教师产生浓厚的参与兴趣,从而丰富他们的校园文化生活,营造一个充满活力的校园文化氛围,减轻学生的学业压力^[4],并提升学生的综合素质。

(三) 教师与学生主动参与, 促进舞龙舞狮体育活动开展

在技工院校开设舞龙舞狮体育课程,还有一个必不可少的条件就是学校的支持以及教师学生的积极参与。技工院校的领导非常重视舞龙舞狮体育课程,在经费、组织动员等方面继续极大支持。同时,教师也非常积极参与到舞龙舞狮体育项目中,因为该项目容易在特色社团、参赛获奖、获得荣誉等方面出成果,所以教师的参与积极性也非常高。除此之外,舞龙舞狮体育项目自身所具有的娱乐性、表演性等因素深深吸引着学生,他们能够更加主动地参与体育项目。

三、技工院校开设舞龙舞狮体育课程的策略

(一) 加强师资力量建设

在技工院校开设舞龙舞狮体育课程,一个前提条件就是拥有专业的教师队伍。为此,技工院校要加大对教师的培训力度,解决体育教师队伍薄弱的问题。首先,技工院校可以与当地专业的舞龙舞狮团队相合作,对本校的体育教师进行分阶段、分批次、有目的的培训,教授他们舞龙舞狮的理论知识、技术技能、教学方法等内容,帮助教师系统化的掌握舞龙舞狮理论知识与专业技能,从而更好地开展舞龙舞狮体育教学活动^[5]。其次,技工院校可以到开设舞龙舞狮专业的高校招揽学生,为本校储备更多的师资力量。如此,技工院校可以大幅度提高体育教师队伍素质,保障舞龙舞狮体育课程的顺利、高效开展。

(二) 编创舞龙舞狮体育教材

在技工院校开展舞龙舞狮体育课程,要编创舞龙舞狮体育教材,这也是学生掌握舞龙舞狮理论知识与技术动作的主要渠道。具体来说,教材主要可以分为三章,第一章为舞龙舞狮体育项目的介绍,让学生对舞龙舞狮运动的由来和发展过程有一定了解。第二章为舞龙教学,包含理论知识与舞龙五大动作体系,分别为:游龙类、8字舞龙类、翻滚类、组图造型类、穿腾类,并配以相关图片。第三章为舞狮教学,包含理论知识和基本动作,主要有亮相、高举、卧姿、金狮独立转体180度等形态动作和美相、楞相、怕相、惊相等神态动作。通过编创教材,可以形成完善的教学体系,为舞龙舞狮体育课程的开展提供保障。

(三) 加强课堂教学与课后辅导

技工院校在开设舞龙舞狮体育课程过程中,要加强课堂教学力度。课堂是教师传授学生理论知识与技能的场所,因此,教师在具体教学中,要优化课堂教学,利用信息技术开展教学活动,激发学生的学习兴趣。具体来说,教师可以提前将课堂所讲解的重难点知识与技术动作制作成微课视频,然后让学生观看视频,了解技术动作的标准做法。接着,教师利用多媒体对舞龙舞狮技术动作进行分解,一步一步讲解相关技术动作,帮助学生充分掌握舞龙舞狮技术动作。之后,教师再利用模仿练习法引导学生以小组为单位,对课堂所教授的技术动作进行模仿,其他同学和教师进行评价,并指出缺点,帮助学生优化对舞龙舞狮技术动作的掌握。除此之外,教师还可以采用合作探究法、游戏竞赛法等教学方法,激发学生的学习兴趣,提高学生参与舞龙舞狮运动的积极性。

除了优化课堂教学,教师还有加强课后辅导,将学生舞龙舞狮的潜质充分挖掘出来。课后辅导主要是帮助

学生深化练习舞龙舞狮运动的高难度技术动作,同时弥补课堂教学中忽略的问题。因为在课堂教学中,教师需要顾及所有学生,再加上每个学生的个人能力不同,不是所有学生都能够掌握课堂技术动作,有学生可以轻松掌握,有的学生则难度较大,而课后辅导有效弥补了该问题,教师在课后可以针对没有掌握舞龙舞狮技术动作的学生进行二次辅导,帮助他们掌握技术动作,从而能够跟上大部队,顺利参与到班级乃至学校群开展的舞龙舞狮运动中^[6]。

(四) 建立院校社团

推动技工院校开设舞龙舞狮体育课程的有效途径之一就是建立院校社团,为喜欢舞龙舞狮的学生提供更广阔的平台。对于舞龙舞狮社团,学生都是自愿报名,然后选举出一个沟通、合作、组织能各方面能力都比较强且专业素养较高的学生为社长,然后组织社团成员参与社会上组织的舞龙舞狮活动。同时,在学校社团中,学生能够接受到更为系统、科学的训练,提高学生的舞龙舞狮能力。除此之外,在舞龙舞狮社团中,学生可以大胆发挥自己的想象力与创新力,将一些新型的东西引入到舞龙舞狮运动中,让舞龙舞狮运动展现传统体育文化的同时具有新时代特征,促进舞龙舞狮体育文化的进一步发展和传承。除此之外,通过舞龙舞狮社团的锻炼,学生的创造能力、接受能力会大大增强,合作意识与团队精神也会得到有效培养,为后来步入社会奠定基础。

(五) 举办主题运动竞赛活动

在技工院校中开展舞龙舞狮体育课程,想要取得理想的成效,仅依靠教师教学与训练是不行的,还要从根本出发,举办运动竞赛活动,将学生的参与积极性充分调动起来,使学生能够更加主动、积极地参与舞龙舞狮运动^[7]。具体来说,技工院校可以在扩展校园体育文化,推进传统体育项目进入校园,发展传统体育文化的主题中,与其他技工院校相合作,开展龙狮比赛。注意,要构建完善的竞赛体系与奖励措施。各个院校分别组建舞龙队伍和舞狮队伍参与竞赛活动,获胜的队伍获得相应奖励,并在下一届龙狮比赛中接受冠军的挑战。经过几届比赛,参与的院校与队伍越来越多。主题竞赛活动为传统体育文化走进校园提供桥梁,学生在参与的过程中,通过切身体会感受传统体育运动的魅力,了解传统体育文化,促进对传统体育文化的弘扬与传播。同时,在舞龙舞狮竞赛运动中,学生终身体育意识也得到有效培养,为其未来发展奠定基础。

四、技工院校开展舞龙舞狮体育运动的实施

2021年9月,我院成立舞龙舞狮社团,受到学校的大力支持,派遣体育教师参加当地舞龙舞狮协会举办的舞龙舞狮裁判员教练员培训并采购了相应设备(龙具和

狮具等)。开展初期,因学生大多处观望态度,社团初期人数较少,只组织出一条龙队和一头狮队。体育教师运用学生课余时间进行训练,随着训练时间的增加和强度的上升,社团学生很快掌握了舞龙舞狮的基本技术和基础套路,训练3个月后,社团学生参加比赛并取得优异的成绩。在第二学期的招新活动中,各个年段的学生积极报名参加舞龙舞狮社团,共组织出三条龙队和四头狮队。教师根据社团经验,在22学年将舞龙舞狮体育运动推广到22级新生的基础课程中,教学内容包含理论知识与舞龙舞狮的基础动作。22级学生的学习热情高涨,在课余时间自发组织锻炼身体、互相交流动作等。通过一学年的学习,学生的综合素质明显提升,学生的创造能力、接受能力大大增强,合作意识与团队精神得到了有效培养。在舞龙舞狮体育课程的开设中,发现随着练习人数、次数的增加,对教师精力和设施设备充满了挑战,暴露了我院师资力量缺乏以及硬件设施的不足。下一学年,学院将针对这些问题进行改善,增加师资力量并补充新的龙狮设备。

结语

综上所述,中华民族的伟大复兴离不开文化传承与发展,舞龙舞狮作为传统体育运动项目,其所蕴含的传统文化非常丰富,将其引入技工院校,可以进一步推动传统体育文化的发展,同时可以丰富院校的体育内容,促进学生的身心健康发展,让他们成为时代所需的综合型人才。

参考文献

- [1] 陶志超. 中职校舞龙舞狮运动开展现状调查研究与分析——以上海科技管理学校为例[J]. 体育科技文献通报, 2018, 26(4): 3.
- [2] 倪为健. “舞龙舞狮队”对中职学生团队意识的培养[J]. 中学课程辅导(江苏教师), 2014(9): 79-79.
- [3] 吴有伟. 传统项目舞狮与中职校园文化融合创新发展研究[J]. 武术研究, 2021, 6(1): 3.
- [4] 李春林. 中职体育开设舞狮课程的意义与对策[J]. 灌篮, 2021(2): 109-110.
- [5] 刘叶鑫. 高职院校开展舞龙舞狮运动的价值探究[J]. 尚舞, 2021, 000(013): P. 88-89.
- [6] 陶志超. 中职校舞龙舞狮运动开展现状调查研究与分析 r——以上海科技管理学校为例[J]. 体育科技文献通报, 2018, 026(004): 113-115.
- [7] 吴君锡. 让舞龙舞狮运动在校园中传承[J]. 教育(周刊), 2018(37): 1.

作者简介: 张怡(1997年10月—)女,浙江绍兴,汉,本科,助理讲师,研究方向:民族传统体育。