

10.16730/j.cnki.61-1019/g8.2020.02.078

啦啦操运动对学前教育专业学生能力获得和身心发展的价值性研究

王志玲

(汉中职业技术学院 体育运动管理中心 陕西汉中 723002)

摘要:啦啦操这个运动项目起源于美国,2008年北京奥运会后开始被人们所熟知并迅速发展。随着全国啦啦操委员会和各省市啦啦操委员会的逐步成立与完善,啦啦操项目体系越来越明朗化,针对不同层次年龄阶段的啦啦操套路、各种风格相交的套路以及校园文化背景下所特有得啦啦操项目在近几年不断涌现出来。其中,幼儿啦啦操在全国第二套啦啦操套路中被列入进去,专门的幼儿啦啦操教师、教练员以及专门的赛事不断促进幼儿啦啦操的发展,目前幼儿啦啦操已形成独立的体系在啦啦操项目中蓬勃发展。本文以学前教育专业的学生为视角,阐述啦啦操项目对学前教育专业的学生在个人能力获得和身心发展方面有哪些积极影响,提出在高校的学前教育中开设啦啦操项目的必要性和价值性。

关键词:啦啦操;学前教育;价值性研究

伴随着2009年校园健身活力操系列在高校中开始推广普及,啦啦操项目开始慢慢进入到高校中被广大师生所熟悉,在2011年由全国大学生体育协会出版的第一套全国啦啦操规定套路的发行,啦啦操项目开始非常明了化被大众熟悉和参与。全国第一套啦啦操规定套路分为舞蹈啦啦操和技巧啦啦操,同时舞蹈啦啦操又分为花球啦啦操、爵士啦啦操和街舞啦啦操,在全国第一套啦啦操规定套路中只有大学组,也就是说当时的啦啦操项目只针对大学生在开设,普及范围也是在各高校中。待到2013年全国大学生体育协会迅速出版全国第二套啦啦操规定动作,这次出版的啦啦操视频不仅包含大学组的四种风格舞蹈,还包括小学组和中学组的四种风格舞蹈,直到2016年全国啦啦操委员会的正式成立以及各个环节完善稳定后,全国大学生体育协会联合全国啦啦操委员会出版了全国第三套啦啦操规定套路和示范套路,将幼儿啦啦操也列入其中,也就是说,截止到2016年全国第三套啦啦操动作的出版,啦啦操项目已经涵盖了幼儿、小学、中学以及大学并在各幼儿园、中小学和高校中开始普及和发展。

学前教育专业的学生毕业后面向的就业岗位大都是各幼儿园和早教培训等教育系统,而现在人们越来越重视学前儿童的培养和发展,学前教育成为一个热门专业被现在的学生和家长们去选择。研究在学前教育专业中开设啦啦操项目对学前教育专业的学生在个人能力获得和就业帮助以及在身心健康方面发展的影响,提出在高校的学前教育中开设啦啦操项目的必要性和价值性。

1 学前教育专业学生啦啦操项目的优势

学前教育专业的学生毕业后的就业方向大都是幼儿园或早教培训等教育系统,要求学生不仅学习相关的学前理论知识,还要会手工、唱歌、跳舞、画画等,可以说必须多才多艺,主要目的就是在儿童的教育中能够让他们有一定的兴趣爱好,学会自主动手的能力、积极参加活动、培养积极乐观向上的性格。在学前教育中组织儿童参加最频繁的集体活动和教师展示最频繁的集体活动当属舞蹈,但并不是每一个学前教育专业的学生都是能歌善舞的,或是具有能够快速掌握并完美演示的能力,只有一少部分的学生在选择本专业前学习过一段时间的舞蹈,那么对于从来没有接触过舞蹈的学生来说啦啦操项目就是最简单、要求最低、活力最大的一种集体项目,任何时候学习都不会晚。同时在幼儿园的各种活动中,教师要具备一定的组织舞蹈的能力,但儿童年龄小,掌握动作慢,又好动,选择中国舞可能过于单调和不活泼,那么啦啦操所具有的活力性、动作多样性、配合多变性就成为幼儿园活动举办的一种最合适、最流行的形式。

啦啦操项目给一部分非专业舞蹈的学生带来了自信,弥补了在舞蹈方面的不足,同时幼儿啦啦操的迅速发展为学前教育专业的学生提供了多一条的就业之路。她们可以认真钻研啦啦操项目,获得本专业以外的技术和理论能力,在就业时进行针对性的展示,作为一个特色项目、特殊

人才引入培训机构或幼儿园中,也可以从事专门的幼儿啦啦操教练员,带队训练参加各种比赛等等,种种途径无疑对学前教育专业学生的未来发展提供了广阔的前景。

2 学前教育专业学生在啦啦操运动中的能力获得

啦啦操项目是体育项目的一种,它具有所有体育项目所具备的素质特点,如速度、力量、柔韧、耐力和体能等等,它不像中国舞一样音乐节奏缓慢、动作缓慢、有一定的重复动作,大都对人体的柔韧性和耐力要求高些。而啦啦操与之不同,啦啦操分为花球、爵士、街舞,这三种舞蹈中花球啦啦操是最为基础的,学习相对稍微快些,爵士次之、街舞最难,但是这三种舞蹈对力量和体能的要求都非常的高,只有充足的力量和体能才能保证动作的速度和空间控制效果。啦啦操项目是一个集体性项目,大都以团队的方式进行组织和比赛,要求每个位置的每位运动员都必须做到动作的结构化—整齐划一,每次位置的变化都要迅速且到位准确,舞蹈中很多动作的编排需各种形式的配合,也需要每名运动员各司其职,在整个表演过程中每名运动员都要做到“眼观六路”来时刻保持排面的整齐。

因此在长期参与啦啦操学习过程中,学生能慢慢的获得以下能力:

一、自身身体素质的提高。啦啦操的学习和训练时非常辛苦的,所有动作都不是一学就会且能完美演示出来的,它需要不停地训练,掌握技巧方法,这就需要学生有很强的体能作为支撑,除此之外每一个动作,每套动作的演示都需要力量和柔韧的支撑,只有充足的力量和爆发力才能使得舞蹈动作有张力并且迅速到位,同时保持一定的制动,这样的啦啦操动作才是完美的。学生不断的以完成这种目标来要求自己,久而久之自身的身体素质就会提高,达到了锻炼身体的目的。二、各种专项技能的获得。舞蹈的学习不仅仅只是学习动作,还有编排、练的方式方法、教的方式方法等等,一名优秀的运动员除了能自己完成动作外,还要知道如何去教授动作,如何去教授练习的最佳方法,“授之以鱼,不如授之以渔”除此之外,根据不同的音乐风格编排不同的舞种,以及相匹配的动作也是舞蹈编排的要点。动作技能、练习方法、教授方式、编排要点等等一些列的专业理论知识和技能都是学前教育专业学生在参与啦啦操学习中所获得的专业本领。三、团结互助、奋力拼搏、吃苦耐劳的优秀品质。啦啦操项目是一个集体项目,需要所有运动员坚定同一个目标为之奋斗,在日常学习和训练中团结互助,一个人的优秀并不代表团队优秀,团队需要大家互帮互助一起成长进步,奋力拼搏才能取得优异的运动成绩,而这些无形间养成的大局观、荣辱观、互帮互助的优秀品质都是在日常的学习和训练中通过长期相处形成的,也是再其他课程中所无法获得的。另外,啦啦操项目需要学生有较高的体能才能完美完成,那么就需要学生有吃苦耐劳的品质,只有意志和行动上的坚持并且不断加强体能锻炼才能取得好的运动成绩。这些优秀的意志品质的获得都来源于啦啦操的学习。

(下转第118页)

基金项目:汉中职业技术学院院级教研与科研课题“啦啦操在高职院校中的价值性研究——以学前教育专业为例”(HZYKYJGYB201930)

作者简介:王志玲(1987—),女,河南焦作人,汉中职业技术学院体育运动管理中心讲师。研究方向:体育教学与训练。

过程中探索“不同声音”的原因是必不可少的。课堂教学存在过于简单、脱离学员实际的现象。有的学员认为教练在教学中组织过于简单,例如,教练在多人多的教学中常常采用轮流练习,不仅练习密度达不到,还严重浪费学生上课时间。

总结以上可知,杭州市奥体中心羽毛球馆学员对教练的组织教学能力非常满意,教练员的多种方法手段有效提高了学员的运动技术水平,以及对羽毛球学习的兴趣。

3.3 杭州市奥体中心羽毛球馆数量和场地数量分析

表3 奥体中心羽毛球馆数量和场地数量统计表

奥体中心羽毛球馆数量	3	所占百分比
奥体中心羽毛球馆主馆场地数量	24	50
奥体中心第一副馆场地数量	15	31.25
奥体中心第二副馆场地数量	9	18.75

根据表7可以发现,杭州市奥体中心建有三个羽毛球馆,分别是杭州市奥体中心羽毛球馆主馆、杭州市奥体中心地下羽毛球馆以及杭州市奥体中心羽毛球馆游泳馆副馆。这三个球馆的场地都支持网络预订,极大的满足了多个人群的不同选择的需要。

另外,“杭州市奥体中心羽毛球馆主馆”场地和“杭州市奥体中心地下羽毛球馆”场地占总数的81.25%(其中“杭州市奥体中心羽毛球馆主馆”的场地占50%，“杭州市奥体中心地下羽毛球馆”场地占31.25%)。从这里可以看出,杭州市奥体中心羽毛球馆场地的数量充足,且从早上八点至晚上二十二点的开放时间,极大地满足周边打球人群的需要。杭州市奥体中心羽毛球馆游泳馆副馆建在奥体游泳馆旁边,虽然场地只有9片,但是由于该球馆通风效果流畅,场地质量以及灯光照明非常好,所以在这个羽毛球馆上课的教练人数比较多。

3.4 杭州市奥体中心羽毛球学员器材设备分析

在本次问卷发放调查了解到,杭州市奥体中心羽毛球学员在上课期间都能做到每位学员一个羽毛球拍,同时上课期间教练也会带有备用球拍,以防止上课有学员临时需要。走访羽毛球拍零售店发现,羽毛球初学者使用的球拍价格普遍较低,大多数学员都是自费购买。另外羽毛球运动的学习,对羽毛球“球性”的培养也非常重要,因此在一节课的羽毛球教学过程中,诸多教练都会使用“多球”进行教学,有效提高了课堂的学习密度。

总结可知,杭州市奥体中心羽毛球馆的教练在教学过程中,学员上参考文献:

- [1] 周腾飞.北京市城区业余羽毛球教练员现状调查与分析[D].北京:首都体育学院,2014.
- [2] 卢海龙.北京市青少年参加羽毛球培训满意度调查与对策研究[D].北京:首都体育学院,2018.
- [3] 刘江.常州市城区有偿性羽毛球俱乐部教练员队伍现状的分析研究[D].苏州:苏州大学,2011.
- [4] 单良.青少年羽毛球社会培训市场协同治理研究——以上海市松江城区为例[D].上海:华东政法大学,2017.

【责任编辑 鄧小静】

(上接第121页)3 啦啦操运动对学前教育专业学生身心方面的影响

啦啦操是在高校中最能锻炼学生身心健康、丰富课余文化活动中的一项运动,它不仅能增强体质、增进健康、愉悦身心、强身健体,还能提升气质,增强自信心,培养坚韧不拔、吃苦耐劳的优秀品质。由于学前教育专业的就业方向决定了该专业的学生在大学期间除了学习基本的理论知识外,更加重视的是各种技能的培养,如讲故事、做手工、跳舞、弹琴等等,其中舞蹈就是一个主要的部分,很多学生在选择专业前并没有接触过舞蹈或者说并没有多大的天赋,那么她们在学习期间往往因为跟不上课程、没有感觉、柔韧性不好等等原因无法快速适应学院开设的舞蹈课程,久而久之,越来越不敢展示自我,甚至害怕上舞蹈课,最终在舞蹈方面的能力越来越差,同时也丧失了学习的自信心。而啦啦操运动则不同,它对学生的要求并没有中国舞那么高,反而它节奏鲜明、动作欢快、身体素质要求相对不高等,很容易使学生掌握。动作则是根据不同年龄参考文献:

- [1] 彭璐.全民健身国家战略背景下发展啦啦操运动的价值探析[J].当代体育科技,2019,(07):217-218.
- [2] 孙瑶.论啦啦操对中小学生学习身心健康影响[J].当代体育科技,2016,(35):130-131.
- [3] 李一凡.啦啦操对小学生身心健康发展的作用[J].小学生,2017,(03):97.
- [4] 兰宇.啦啦操运动对学生自信心和学习成绩的影响研究[J].佳木斯职业学院学报,2019,(01):112-113.
- [5] 周丹萍.啦啦操运动在护理学院开展的优势分析与实践性研究[J].卫生职业教育,2017,(12):154-155.
- [6] 田颖华.论啦啦操运动对中学生积极性心理品质的研究[J].青少年体育,2017,(12):92.

【责任编辑 鄧小静】

课期间每人都有球拍进行练习,同时“多球”在课堂上的运动,极大地提高了羽毛球学员练习的强度和密度,对提高课堂教学实效性、学员的技术动作水平具有显著效果。

3.5 杭州市奥体中心羽毛球馆教学环境分析

众所周知,羽毛球运动由于受到风速和空气流动等因素的影响比较大,因此羽毛球培训的开展只能在室内羽毛球馆进行。首先,杭州市奥体中心三个羽毛球馆均为室内羽毛球馆,可以满足不同天气的使用,三个场馆内都没有安装空调,因此不会对羽毛球在空中的飞行速度、轨迹等产生影响。其次,室内羽毛球馆照明吊灯的使用,以及吊灯高度的确定统一按照标准执行,确保学员抬头击球时不会因为光线的刺眼而影响击球和将羽毛球击到顶棚。再次,杭州市奥体中心三个室内羽毛球馆地板使用标准的塑胶地板,摩擦力均衡,不容易摔倒。最后,各羽毛球馆场地凭订单入内,无关人员不得进入球馆内部,一方面避免了球馆内部人多拥挤,另一方面确保了场馆内的人员安全。

综上所述,杭州市奥体中心羽毛球馆教学环境干净、优美,场馆内部宽大整齐,配上负责认真的管理,以及诸多教练科学引导的理念,认真细致的态度,让杭州市奥体中心羽毛球馆成为学习羽毛球的一个非常好的场所选择。

4 结论

(1) 杭州市奥体中心羽毛球馆学员对羽毛球教练的专业技能水平认可度非常高,这说明羽毛球教练的教学为学员带来了可观的学习效果,从这也可以看出目前杭州市奥体中心羽毛球馆教练的教学是有效的。

(2) 杭州市奥体中心羽毛球馆学员对教练的组织教学能力非常满意,教练员的多种方法手段有效提高了学员的运动技术水平,以及对羽毛球学习的兴趣。

(3) 杭州市奥体中心羽毛球馆的教练在教学过程中,学员上课期间每人都有球拍进行练习,同时“多球”在课堂上的运动,极大地提高了羽毛球学员练习的强度和密度,对提高课堂教学实效性、学员的技术动作水平具有显著效果。

(4) 杭州市奥体中心羽毛球馆教学环境干净、优美,场馆内部宽大整齐,配上负责认真的管理,以及诸多教练科学引导的理念,认真细致的态度,让杭州市奥体中心羽毛球馆成为学习羽毛球的一个非常好的场所选择。

阶段和不同能力的学生来设置的,教师可以根据学生的自身特点和能力进行针对性教学,使不同的学生都能掌握该项技能。啦啦操运动所具有的专项特点使学生在在学习过程中无形的提升了自身气质,增强了自信心,虽然在中国舞方面较弱些,但是在啦啦操方面却有着出色表现,为学生的舞蹈学习开辟了另外一条路。

4 总结

啦啦操运动的迅速发展丰富了校园文化生活,它的项目特点使更多的学生有可能参与进来并能掌握一定的运动技能,增加了学生的学习兴趣 and 课外活动量,改善学生体质和气质,增强自信心,让每一位喜欢舞蹈的学生都能展示自己。幼儿啦啦操的发展为学前教育专业的学生提供了更大的出路,针对性的内容丰富了学前教育专业的课程,增加了学生的个人能力获得。因此,在学前教育专业中开设啦啦操项目是具有很大的价值,也是非常有必要的。

【责任编辑 鄧小静】