

体育舞蹈在培养大学生团队精神中的应用

曹菲菲¹, 王飞²

(1.东南大学 艺术指导中心, 江苏 南京 211100; 2.山东大学 体育学院, 山东 济南 250061)

摘要: 体育舞蹈的张扬个性、协同合作、提高凝聚力、内隐性制度规范和良好的沟通特性有利于培养大学生团队精神, 在教师资质的保障、课程设置、教学计划的制定、教学方法的运用及课外体育活动的开展等方面提出了建议。

关键词: 学校体育; 体育舞蹈; 团队精神; 大学生

中图分类号: G804.85 文献标识码: A 文章编号: 1006-7116(2010)06-0073-03

Application of sports dance in cultivating college students' team spirit

CAO Fei-fei¹, WANG Fei²

(1.Center of Art Direction, Southeast University, Nanjing 211100, China;

2.School of Physical Education, Shandong University, Jinan 250061, China)

Abstract: The authors dissected the reasons for sports dance being able to cultivate college students' team spirit in such aspects as highlighting personality, coordinating operation, enhancing cohesion, establishing intrinsic institutional norms, as well as establishing good communication, and put forward suggestions for cultivating college students' team spirit in terms of teacher assurance, curriculum setup, teaching plan establishment, teaching method application and extracurricular sports activity development.

Key words: school sports; sports dance; team spirit; college student

体育舞蹈融音、体、美为一体, 受到大学生的青睐。体育舞蹈符合当代大学生对生理和心理的需求, 可以提高大学生的团结协作能力、培养团队精神。

1 体育舞蹈有利于培养大学生团队精神

霍斯特·迈斯柏格指出:“体育舞蹈不像体育运动那般激烈, 也不像舞蹈那般柔和, 它兼有文化娱乐的内涵和体育竞赛的形式, 在西方被认为是永恒的真正艺术。”^[1]体育舞蹈既能体现出舞蹈的手、眼、心、意的统一, 又能体现出体育的“力度”、“速度”和“幅度”, 所综合表现出来的是将力量、速度、协调、灵敏等身体素质融为一体的对称、和谐、统一、整齐的健康美。体育舞蹈自20世纪80年代传入我国以来, 不仅在群众中得到广泛开展, 并逐步普及到学校, 甚至成为一些学校的必修课。体育舞蹈具有的一些特性, 使其有利于大学生团队精神的培养。

1) 张扬个性——打下团队精神的坚实基础。

团队成员的个人工作能力和团队精神对团队而言同等重要, 个人工作能力是推动团队发展的纵向动力, 而团队精神则是横向动力。双人舞是体育舞蹈的主要表现形式, 男女各经过一段时间的单人基本功练习再进行搭伴双人配合, 最终成为一体。男子健壮有力、修长、稳健的阳刚之躯和女子匀称有致、曲线优美的阴柔之体在强烈对比与协调中显示出绝妙的和谐统一。在这一过程中, 给予舞伴充分表现自我、张扬个性的舞台和空间, 使其能力最大化。双人舞讲求配合不是要求舞伴相互迁就和牺牲, 而是使他们的个性都可在合作中得到张扬, 在高度明确协作意愿和协作方式的基础上产生真正的内心动力。

2) 协同合作——形成团队精神的核心。

团队精神的形成, 有赖于充分分析团队成员的优势和劣势, 通过合适的组织形式将每个人安排至合适的岗位, 使其协同合作, 充分发挥集体的潜能。体育舞蹈对于提高练习者的协同合作能力是显而易见的。

在习练和竞赛过程中,由于男女搭档的身体形态的差异性和男女动作在步法、方向、移动、旋转、音乐、风格及表现力等方面都具有显著的差异性,要求两人在练习过程中不断的磨合,相互交流,产生协同效应。

3)提高凝聚力——达到团队精神最高境界。

任何组织群体都需要凝聚力,团队成员的凝聚力是从松散的个人走向团队最重要的标志。体育舞蹈给予练习者一个充分展示自我的机会,创造了一个宽松和谐的环境,使其心情舒畅、精神愉悦,逐渐形成共同的行为习惯及行事规范。体育舞蹈练习者在长期的语言和肢体上的交流中能够形成相同的习惯、动机、兴趣等,从而产生共同的使命感、归属感和认同感,进而产生一种强大的凝聚力。这种强大凝聚力的形成使得他们具有明确的协作意愿和协作方式,不仅使练习者具有共同的目标,而且使练习者形成来自于达成共识的价值观和文化理念的自觉内心动力。

4)内隐性制度规范——巩固团队精神的保障。

团队精神可通过各种形式进行倡导,但以制度形式将其固定或者在制度中体现团队精神的主旨必不可少。团队成员的个体行为需要控制,群体行为也需要协调。一个高效的团队,必须有制度作为保障。制度不仅是外显性的,还具有内隐性制度。外显性的规章制度主要是对劳动报酬、保险福利、职工培训、工作时间、休息休假、劳动安全卫生、劳动纪律以及劳动定额管理等的条文规定。但与此同时往往有些不成文的规定被人们约定俗成地遵守着——即内隐性制度,包括价值信念、伦理规范、道德观念及意识形态等,这种内隐性制度(软制度)的控制更为持久,且深入人心。

体育舞蹈主要通过优美的旋律和韵律,给人们带来人类的融洽、和谐的情感体验和甜蜜、高雅的生活情趣^[9]。学生在体育舞蹈的练习过程中往往受到的不是强制力量的约束(主要来自教师),更多是受到一种氛围和观念的影响。这种约束不是自上而下的硬性强制力量,而是软性内化控制。体育舞蹈的练习过程实际上也是由教师控制其行为,转向学生对自我意识的控制过程,即由外显性制度控制向内隐性制度控制过渡的过程。

5)良好的沟通——建立起团队精神的桥梁。

建立一个好的团队,首先要建立良好的信息沟通渠道。团队成员能够及时交流和沟通,倾听他人意见并且积极回应他人观点、对他人提供支持并尊重他人兴趣和成就,成员间的价值观念才能趋于一致,形成团队精神。体育舞蹈除了能够将平时惯用的语言交流形式运用到学舞、练舞、比赛和表演等各种活动中,

还能将肢体语言也加以淋漓尽致的运用。并且随着技术动作学习的深入和舞伴之间长期的磨合,交流的机会、手段和形式不断增加,逐渐形成通畅的信息沟通渠道。

总之,体育舞蹈在张扬个性、提高协同合作能力、增强凝聚力、形成内隐性制度、培养沟通能力方面都有利于培养大学生的团队精神。

2 通过体育舞蹈课程培养大学生团队精神的措施

1)教学师资的保障。

教师的自身表现和主导作用的发挥、教学水平的高低直接关系到学生体育舞蹈技术的学习和团队精神的培养。目前普通高校中的体育舞蹈教师大部分都属于自学成才,很少经过专业化训练。因此应注重体育舞蹈教师的培训和进修。由于体育舞蹈是一项实践性很强的运动,它需要学习、自练和对练。在体育舞蹈的学习过程中学生的直观感受很重要,学生的模仿性较强,因此最好由两位教师配合教学,这样会取得更好的教学效果,让学生更直观地感受团队精神在体育舞蹈中的重要性。

2)课程设置。

由于体育舞蹈涉及的内容较多、技术性也较强,学生的整体水平较低、基础较差,因此在课程设置方面必须根据学生的具体情况,做到循序渐进、先易后难。应根据学生的性别、身体素质和技术水平等进行合理分班,选择教材和教法,做到因人施教。建议实行分层次教学,在大一开设初级课程,达到粗略掌握动作技术。在大二开设中高级课程,逐渐过渡到两人的配合,以至多人配合的集体舞蹈,达到巩固和运用自如阶段。由于团队精神的基础就是张扬个性,个人的技术水平也是很重要的一个方面,因此这一课程设置方式有利于为培养学生的团队精神奠定基础。

3)教学计划的制定。

在制定教学计划时,应将对团队精神培养列入其中。学期教学计划应遵循先提高学生的个人技术水平,再根据学生的不同技术特点,分析他们的优劣势,在尊重他们意愿的情况下进行最优化组合,进行双人舞、集体舞的教学,以提高学生协同合作的能力。教学安排,应遵循先个人练习,再进行两人配合练习,较复杂的动作先分解练习后再完整练习。在教学过程中还要加强教师与学生、教师与学习团队、团队间、团队内部成员间的交流与沟通。

4)教学方法的运用。

在教学方法上,采用讲解与示范、分解教学、领

带教学、口令提示、照镜直观等方法,尤其要处理好讲解与示范的关系、跟舞与带舞的关系,使学生在掌握技术动作的同时,潜移默化地形成相互配合,培养团队精神。在学习的巩固与提高和自动化阶段,除了采用以上常规方法外,还可采用启发式教学法和教学比赛法,让学生参与简单舞编排练习,从而激发学生学习和创造力。编排遵循制定方案——编排——讨论——修改——编排的程序,采用合作学习的方式。教师在对学生的编排进行指导的同时还应充分利用提问、观摩、评议和相互交流的方式,加强团队间、团队内部的团结与协作。采用教学比赛的方法,检查和测试学生学习的情况,不仅能够强化学生的技术技能,还能激发学生的团队精神,提高团队协作能力。

5)教学组织。

在初级课程教学中建议采用集体教学的组织形式。这有利于节约场地和人力,加快教学进程,有助于统一和规范动作;同学之间相互学习、互相比对、互相促进、互相激励、共同提高,也可以培养集体主义精神、团队意识^[3]。在中高级课程教学中建议采用分组教学的组织形式。教学一开始就让学生自由组合进行分组,充分尊重学生的意愿,并由组员选举产生组长,每位组员都能够明确自己在团队中的角色和职责。每个团队通过体育舞蹈组合的编排,由开始的存在不同意见,到在学、练和交流沟通的过程中逐渐达成共识,潜移默化地使得每个成员形成主动参与、倾听、积极回应他人观点,对他人提供支持并尊重他人兴趣和成就的价值观念、形成团队凝聚力。

6)教学手段。

在教学手段上除采用常规的课堂教学外,建议适当安排电教化和现场观摩的教学,通过观看高水平的大型比赛,增强学生对整体动作的视觉效果,使学生能更全面直观地了解技术动作的内部结构和运动轨迹及方法,并对舞伴之间的配合及舞蹈表现力都会有更深刻的体会,从而有利于学生模仿,加快对动作的学习和掌握,加深对团结协作能力的进一步理解。

7)教学评价。

体育舞蹈课程的教学评价应当减少对技术内容的评价,而增加对学生学习过程、学习效果的评价,主要包括体育与运动技能、认知、学习态度与行为、团队精神等方面的评价。在评价方式上采用教师评价、团队互评、小组内自评相结合的方式^[4]。注重过程性评

价,对学生进行分阶段评价,并且在平时的教学中注意提示学生对他们的团队精神进行评价,让其意识到最终成绩的高低,不仅取决于个人能力,还取决于与别人的团结协作。在评价手段上采用小组打分的形式,只给每一个团队一个整体评价,而不对个人进行评价。这不仅有利于学生整体技术水平的提高,更能够提高学生的团队意识,最终形成团队精神。

8)课外体育活动的开展。

普通高校的体育课程每学期36学时,即每周1次体育课。这对于舞种较多、风格迥异、节奏不同、动作技术较为复杂、对身体素质要求较高的体育舞蹈课来说是远远不够的。同时团队精神的培养需要在实践中获得,因此应注重课外体育活动的开展。发挥学校及各院系体育舞蹈协会的作用,经常举办交流推广活动,定期组织开展系列表演活动、培训活动、专题讲座等各级各类体育舞蹈活动,使得学生的运动技术水平在实践中得到提高,团队精神得以培养。

联合国教科文组织郑重提出了21世纪教育的4大支柱,即学会做人、学会求知(学习)、学会做事、学会共处^[5]。团队精神的培养越来越受到教育界的关注。体育舞蹈作为一种独特的运动形式,因其默契配合和协同合作等特性,有利于提高大学生团结协作能力、培养他们的团队精神。

参考文献:

- [1] 黄欣加,张敏杰,熊晓正.从中西体育舞蹈历史演绎谈我国体育舞蹈的发展[J].体育与科学,2006(1): 25-28.
- [2] 丰萍,李卫民,刘建国.“体育舞蹈”对当代大学生心理健康的影响之研究[J].北京体育大学学报,2005(4): 479-480.
- [3] 韦广忠,梁宝君.体育舞蹈教学特点分析[J].武汉体育学院学报,2004(2): 123-124.
- [4] 吕宪军,于德江.促进学生有效学习的课堂教学评价策略[J].大连教育学院学报,2009(2): 16-18.
- [5] 学会做人 学会做事 学会求知 学会共处[DB/OL].长安教育网 <http://www.changanedu.com/news/view.asp?ID=0BA5194FF8F6UV15QAVETF81>.