

民族体育舞蹈“学练赛”模式促民族团结教育实践

肖梅¹ 赵帅² 扎史次里³

1 云南师大附中, 云南 昆明 650106

2 泰国皇太后大学, 泰国 清莱 57100

3 迪庆州藏文中学, 云南 迪庆州 674400

[摘要]民族体育舞蹈将中华优秀传统文化全面融入校园文化建设中, 体育课作为这门课程推广教学的主要载体, 是集教育性、思想性、知识性、趣味性的体育教学实践活动。云南师大附中的特色体育校本课程聚焦于“教会”“勤练”“常赛”的实施, 推广民族体育舞蹈就是对国家体育与健康课程的拓展和再扩充。课程育人使得学生加深民族传统文化的理解、认同多元化的民族文化, 各民族同学能和谐共处, 促民族地区民族团结。

[关键词]民族体育舞蹈; “学练赛”; 民族团结; 核心素养

DOI: 10.33142/jscs.v3i5.10183

中图分类号: G642

文献标识码: A

"Learning and Training Competition" Model of Ethnic Sports Dance Promotes the Practice of Ethnic Unity Education

XIAO Mei¹, ZHAO Shuai², ZHASHI Cili³

1 The High School Affiliated to Yunnan Normal University, Kunming, Yunnan, 650106, China

2 Thailand Mae Fah Luang University, Chiang Rai, Thailand, 57100, Thailand

3 Diqing Tibetan Middle School, Diqing, Yunnan, 674400, China

Abstract: Ethnic sports dance fully integrates the excellent traditional Chinese culture into the construction of campus culture. As the main carrier of promoting teaching in this course, physical education is a practical activity that integrates education, ideology, knowledge, and interest in physical education teaching. The characteristic physical education school-based curriculum of The High School Affiliated to Yunnan Normal University focuses on the implementation of "teaching well", "diligent practice", and "regular competition". Promoting ethnic sports dance is an expansion and re expansion of the national physical education and health curriculum. Curriculum education enables students to deepen their understanding of traditional ethnic culture, identify with diverse ethnic cultures, enable students from all ethnic groups to coexist harmoniously, and promote ethnic unity in ethnic regions.

Keywords: ethnic sports dance; learning and training competition; ethnic unity; core competencies

引言

云南省是我国少数民族种类最多的省份, 25 个少数民族生活在奇特优美的红土地上, 多姿多彩的少数民族文化底蕴, 提供了民族特色文化创作的宝贵资源, 也为民族团结教育素材提供得天独厚的条件。教师作为传道、授业、解惑者应注重中华传统文化对学生成长的熏陶, 培养学生身心健康成长。云南省教育厅和省体育舞蹈专属委员会推出的民族体育舞蹈课程, 结合云南少数民族众多的民族地域性的特点, 该课程是对本土教材的扩充和创新。通过推广特色民族地域课程深挖少数民族文化, 为学生成长为具备“家国情怀、民族团结、身心健康、实践创新”的新时期少年提供课程资源。

1 围绕体育学科核心素养, 探究民族体育舞蹈全面育人新课程

1.1 国家对人才培养的要求

习近平总书记曾指出“文化自信是一个国家、一个民族发展中最基本、最深沉、最持久的力量。向上向善的文

化是一个国家、一个民族休戚与共、血脉相连的重要纽带”。那么, 如何挖掘课程中的文化、教育功能达到全面育人的新课程, 传承传统文化教育、构建青少年核心价值观, 是当下教育工作者的首要任务。根据课程教学实践, 发掘课程中所蕴涵的思想政治教学元素, “培养什么人”作为素质教育的第一个问题为基本指向, 以提高学生的成长成才为出发点与落脚点, 以提高课程的教育功能。落实教育部提出来的推进教育改革, 以实现立德树人的根本任务。

1.2 探究民族体育舞蹈的育人价值

民族体育舞蹈属于运动舞蹈类课程是体育舞蹈和民族舞蹈的双融合, 融入傣族、佤族、彝族民族文化元素和体育舞蹈华尔兹、恰恰、牛仔舞三种舞种为结合创编的校园运动舞蹈, 三种民族、三个舞种和三个教学段分级(幼儿园、中小学、大学)模式设置的课程教材。课程教材是文化传承、教书育人的重要载体。它对学生身心健康和传统民族文化传承起到较好的育人价值, 是一项值得推广的特色体育文化课程。体育课作为这门课程推广教学的主要

载体,是集教育性、思想性、知识性、趣味性于一体的体育教学实践活动,让学生加深民族传统文化的理解、认同多元化的民族和谐共处,促民族地区民族团结,发挥教学实践的育人功能。

1.3 云南师大附中校本课程再开发,围绕体育学科核心素养,深挖课程内涵

新课程改革聚焦核心素养,学科课程应该以发展学校体育专业核心素质为基石,三方面:体育能力、行为、道德。高中体育健康课程模块中操、舞(武术)类占了较大比重,尤其在男女生分班教学的云南师大附中。民族体育舞蹈为师大附中的校本课程《动感校园》再开发,针对女生群体的形体训练,艺术、美育教育以及民族文化教育,提供了更多教学内容选择,更新教材顺应时代要求。民族体育舞蹈是民族团结教育与体育教学实践活动相结合的典范。通过学习掌握舞蹈技能,促使少年儿童心理健康、体魄强壮。对于民族文化的认同和传承,通过课堂知识、技能的学习,学习者通过不断练习、探究、合作、拓展民族文化,在学习实际中反复体验并积淀内化,将民族团结之花深深烙在心里。

2 “学练赛”体育教学模式促项目推广

2.1 实施“学练赛”的运动模式,学生运动专项技术如愿形成

体育与健康新课标提出,义务教育阶段,体育课程帮助中小学生掌握一至二项基本体育技能。改革任务直接指向了当前体育运动科目教育中严重存在的“低级重复性、浅尝辄止”等问题,“教会”“勤练”“常赛”作为课程目标,完善中小学生体育运动“卫生意识+基础运动技术+专门体育运动技能”的教学模式。这些相关举措的提出有利于推动“可选择性的专项化体育教学”。云南师大附中的特色体育校本课程,室内形体课程就是对国家体育与健康课程的拓展和再扩充。通过增加民族体育舞蹈的模块教学时长,在新的教学理念下,以“健康第一”为主线,掌握技能为目标。深挖体育课的核心素养,不但让学生掌握一项运动技能,更要用智慧和汗水深耕在多民族的教育阵地,让民族团结之花在红土地上绽放。

2.2 “教会”在民族体育舞蹈技能学习中是实现体育课程目标主要载体

“教会”是体育课程教学本质功能体现,是使孩子获得体育快乐,保证身体健康最关键的保障。民族体育舞蹈教学推广,围绕体育学科素养教师如何教会?首先要明晰如何教民族体育舞蹈的健康知识、文化内涵,基本体育知识与专项体育知识,提高学生素质。操、武(舞)类具有创编性、规范性、模仿习得的教学特点,不学不会。教师应根据教材特点实施教学策略,这个阶段主要是“教对、学会”。民族体育舞蹈的教学推广,围绕体育学科素养让学生通过课堂学习掌握几个学会。学会舞蹈(体育、民族)技能,发展专项素质;学会相关舞蹈知识(舞蹈符号、舞

美韵律、节奏音乐、动作要素等);学会民族文化(民族礼仪、习俗,服饰文化,民族风情,饮食文化等);学会欣赏美;学会民族团结,在教学实践活动中,各民族同学能和谐共处。

把民族体育舞蹈课程融入课堂方案,是教会的基础。课程方案设计是教材执行教学大纲的依据和路线图。据培养的整体要求,按照体育与健康的学科培养方案和学科核心素养,重新认识和梳理课程结构、教学内容、教学方法等,对思想政治教育元素、体育文化、民族团结的元素整合并进行了系统性、再造性的设计与实施,并反映在教学教案、课堂教学、课外活动等各方面当中,从而达到了课堂知识教学与思想政治教育的有机统一。民族体育舞蹈教法流程:教师备教材、学生——讲解课程内容、文化——完整示范、提取核心要素动作示范——学生跟学练——分解动作技术——动作组合——成套练习——配乐练习——采用分组合作探究练习——团队展示与比赛——课后作业阅读、欣赏、技能拓展。坚持将教育要求纳入实际教育的全过程,让学生从几方面掌握学习:舞蹈名称、练习要求、组织形式、掌握程度、运动负荷、文化底蕴6要素,要让学生清晰明了,为其搭好“学会”平台。

体育舞蹈内容教学更关注舞蹈动作设计是否遵循运动科学规律、体现运动健身价值;更强调舞蹈节奏、强度和速度;更注重舞蹈整体运动负荷;对学生的形体、力量、灵敏等体育有显著提升作用。民族体育舞蹈融入的民族舞蹈元素,在加强文化融合教育、民族传统文化和民族团结教育方面,除了提升舞者的身心健康合一,更能增强学生的民族自信教育。当代教育工作者可以利用大数据红利时代,采用智慧教育平台,现代化多媒体教学手段VR虚拟仿真等,开展线上线下相结合的混合式学习、翻转教学等,发挥多媒体技术在价值引领、情感传播和品德榜样方面的优势作用。

2.3 激发运动兴趣、加强欣赏教育,是学生“勤练”的源源不断的动力

勤练:“体育的运动技能也需要不断地练习,也需要有常规化的训练”。运动兴趣是促进学生体育学习和勤练的不竭动力。正如赞可夫说的,掌握知识与其多说不如理解。应给学生相关知识促其理解项目,加强体育欣赏教育。在达成目标的过程中,需要理解认知民族体育舞蹈,只有对某一项事物有所了解,才能付诸行动。一项运动的起源、发展、技术方法、裁判规则等,在增长见识的同时,激励学生参与练习的积极性,促使其将一项技术学精、学深。

体育欣赏教学正好可以弥补技能学习时间的不足。通过专题、随堂或课外体育欣赏,可改变学生“让我练”为“我要练”的行为。当学生对一项运动感兴趣后,会促使其主动学习、模仿,特别是在这门课程教学中,增加体育舞蹈、民族舞蹈等体育文化、民族文化的欣赏教育,不但

能提高学生对运动项目、技术要领的理解，更能推动学生主动体验学习。还能从这种习得方式中加深对民族自信、民族团结的理解。体育文化作为素质教育改革中不可或缺的一部分，将其融入体育课堂很有必要。在欣赏中理解体育锻炼知识，充分调动中小学生学习体育运动主观积极作用，进而培养参与体育锻炼的兴趣。民族体育舞蹈的美离不开艺术感十足的韵律美，实践中，学生往往关注的是运动员的形体、脸蛋或是服装，忽略了艺术美的内涵。此类评分类项目欣赏的过程中，既要引导学生欣赏优美连贯的技术动作和音乐协调配合的整体美，还要告诉学生评判舞蹈美的标准，民族舞蹈和体育舞蹈的审美不同，引导学生在体验视觉享受的同时学会分析评价，提高艺术鉴赏的能力，同时，结合项目评价规则，引导学生理解动作规范、音乐节拍、不同舞种的舞蹈符号等方面学会评价，尝试担任“小评委”，从而更好地掌握民族体育舞蹈要领。

2.4 竞赛活动也是实现体育育人价值的重要途径，用新四段教学法达成课堂课赛。

常赛：学生需要全员参加体育竞赛活动，而缺乏竞赛，学校体育活动将无法达到其锻炼意志力、健全人格的功效。根据民族体育舞蹈的项目特点，学生课堂参与竞赛活动，如：舞蹈类如何计分、评价；国际重要体育舞蹈比赛地点、比赛方式有哪些，标准舞和拉丁舞的定义以及规则与场地设置等问题，课堂上教师应“抛砖引玉”吸引学生探索源头，通过提问和自主学习让学生了解体育舞蹈项目的赛事和参赛流程等，且针对校园民族体育舞蹈的项目特点寻找答案总结出彝族、傣族、佤族民族体育舞蹈三个舞种的项目特点。增加学生自主探究式学习，课后布置“如何组织体育舞蹈赛事活动”让学生主动查阅相关知识，了解比赛场地，帮助学生更好地了解体育舞蹈知识，提高对体育文化的理解，开阔视野。民族体育舞蹈中包含“傣族、佤族、彝族”的民族文化，通过学习、了解民俗民风，加强民族团结教育。

在实践性课程中，民族体育舞蹈的课程中本人采取了新的四段教学方法，取得了较好的效果，如下图。“教育者，非为以往，非为现在，而专为将来。”围绕体育学科核心素养“学练赛评”教学模式，教师应作为课堂比赛的设计者，体育课堂要解决体育育人目标达成的问题，总结提升出自我的教学理念、主见、教学思想和让学生受益的行为，注重课程民族文化内涵。体育与健康的学分认定不仅仅是体质测试，教学中应注重过程评价，以赛代考。组织比赛形式多样化，从个人展示，双人，三人，多人考试或者分级参赛，过级等级考试等，完善分级参赛赛事（小组、班级、年级、学校、区、市、省级），由低到高循序渐进。发展学生的创新性，如：编排队形，改版、改编音乐，创编舞蹈等。在多元化的评价方式中，落实体育教育的教育功能。如图：四段教学法

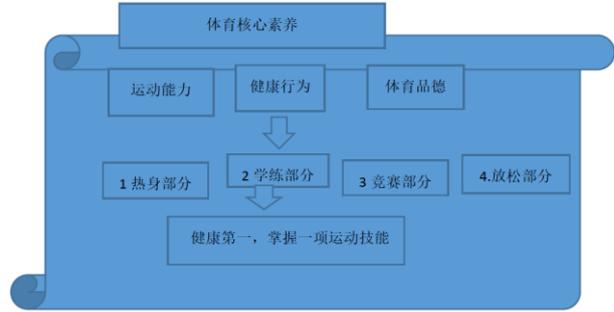


图1 课堂设计四段教学法

3 挖掘课程民族文化内涵，促民族团结

3.1 中华民族一家亲，同心共筑中国梦

少数民族体育舞蹈课程中蕴含着大量的民族团结教育素材，许多课程内容从各个视角体现了少数民族地方的风俗习惯、各民族团结互助的关系。教师应进一步发掘课程蕴涵的民族团结教学内容，加以有机整合，使其建立体系。在课堂中，我们能够通过对课堂内外各种民族团结的资源整合，优化课堂，并且高效地渗透在民族团结的教学中。

3.2 民族团结教育的课程和文化内容相结合促民族团结

云南师大附中将中华优秀传统文化内容贯穿于课程建设之中，编入教学大纲与教学计划。课程体系并不是一成不变的，需要学校不断地为其注入新鲜血液，这样才能使课程永葆青春，充满活力。在体育与健康课程在课堂教学中，加大中华优秀传统文化教育的比例，创新课堂内容、革新教育手段、优化课堂教学。让学生了解中国的传统文化、民族精神，课程设置达育人目标。汉族同学和少数民族同学和睦相处、团结互助、共享发展。

3.3 民族团结教育和课外活动相结合，实现民族团结

民族团结教育和社会实践活动相结合。让学生在多元文化、和谐、团结的环境学习成长。学校开展丰富多彩的文化活动，对各族学生深入开展民族精神教育。教师具备社会使命感，在少数民族体育舞蹈教学中，引领学生认识中国共产党的民族政策和宗教政策、中国的民族区域自治体制、各少数民族的习俗，帮助学生牢固树立马克思主义祖国观、少数民族观、宗教观。课堂内外指导学生查阅民族团结教育方面的课外读物，学生在读书中积淀积累民族知识。新中国建立至今，尤其是改革开放至今，我们的辉煌成果令世人瞩目、令我国各族民众振奋。

4 体育教师是文化的传播者，促民族团结的实施者

体育是人类，也只有人类才能创造出来的社会活动，所以体育应该是一种文化的呈现。体育必须作为一种文化看待，而不是简单的身体活动。体育外显的是身体活动，隐性发展是健全人格和锤炼意志的教育行为。学校体育是

体育文化传播的主阵地。体育教师是传播体育文化的关键环节。体育课不仅仅是身体练习的课程,更应该从体育核心素养中提取思想政治内容,达到全面育人的目的。体育教师要结合民族体育舞蹈课程所归属和服务的体育学科与学科的产生历史背景、成长历史、社会现实状况与未来发展趋势,学科专业基本原理、观念及与之有关的生活实践、教育实践、科学实践等,以挖掘其中所蕴涵的使命感、责任心、爱国主义、艰苦奋斗精神,探索与创新奉献精神等思想政治德育内涵,深耕中华民族文化内涵,并使之内化为学生的精神追求、外化为学生的自觉行动。

5 结论建议

5.1 结论

广大体育教师应提高认识,体育教师不仅是体育技能的传授者,而且是文化的传播者,是全面育人的重要实施者。围绕“学练赛”课堂创设民族传统文化传承有效性,充分挖掘教材的核心素养全面育人。加强培养教师综合素质,推广民族地区特色课程,为民族地区的传统文化传承和民族团结作贡献。

5.2 建议

体育艺术结合应加强学科交叉融合,把教学课堂作为民族体育舞蹈推广实施的落脚点。项目的推广实施需要相关学者、专家的顶层设计,体育教师作为文化的传播者,应具备专业执教能力,相关教学部门应加强多渠道培训,具备实施和推广民族体育舞蹈的条件。

基金项目:中国教育科学研究院 2020 年基本科研业务费专项基金项目(课题编号:GYI 2020010)。(中国教育科学研究院:100088)。

[参考文献]

[1]于素梅.一体化体育课程的旨趣与建构[J].教育研究,2019(12):51-58.

- [2]中华人民共和国教育部.普通高中体育与健康课程标准[S].北京:人民教育出版社,2018.
- [3]卢元镇.中国传统文化与现代化冲突中的体育运动(续)[J].武术(研究),2015(3):28-23.
- [4]王凯,杨健,宋金庄.浅谈中国传统文化对现代体育的影响[J].湖北体育科技,2018,37(1):7-8.
- [5]李春蓬,郭凯.试论中国传统文化对民族传统体育的影响[J].搏击(武术科学),2013,10(4):92-94.
- [6]钱介庵.论中国传统文化与民族传统体育的关系[J].搏击(武术科学),2013(4):98-100.
- [7]孙庆龙.动作结构在舞蹈创作中的作用研究[D].长春:东北师范大学,2019.
- [8]陈妍.王玫舞蹈创作思想研究[D].北京:中央民族大学,2019.
- [9]陈哲.我国高校现代舞教学的研究[D].长沙:湖南师范大学,2019.
- [10]郭勇健.论台湾舞蹈家林怀民舞蹈艺术的美学特色——中国的元素、生命的动作与纯粹的存在[J].厦门大学学报(哲学社会科学版),2019(5).
- [11]林怀民,余秋雨.舞蹈与文化的对话[J].北京舞蹈学院学报,2019(2).
- 作者简介:肖梅(1972—),女,汉族,云南临沧人,云南师大附中高级教师,教育硕士,云南师范大学硕士生导师,昆明师范学院音乐舞蹈学科外聘导师,云南省民族团结教育基地教师,昆明市体育学科带头人,研究方向:学校体育教学与训练;赵帅(1999—),男,白族,云南大理人,硕士在读,泰国清莱皇太后大学,研究方向:应用化学教育学;扎史次里(1988—),男,藏族,迪庆州藏文,体育教育学士,中级教师,研究方向:体育教学与训练。