

舞龙舞狮运动在中职学校的发展价值与路径探析

前言

舞龙舞狮历史悠久,逐渐从民间传统习俗发展成为运动项目。舞龙舞狮运动能够锻炼人的体魄,是一项团队合作的运动,但近些年已经逐渐落寞,很少出现在大众视野中。如今将其引进到中职学校,既切合新课改的理念,又能传承舞龙舞狮体育文化,利用院校教学的优良环境和师生条件,为舞龙舞狮运动的延续和发展提供舞台。本文就传统体育文化进校、舞龙舞狮在中职学校的发展,展开讨论并提出相应的措施,期望通过舞龙舞狮运动的教学改革,为中职学校传统体育文化发展提供借鉴。

关键词

中职学校;舞龙舞狮;发展路径

舞龙舞狮运动是民族传统文化,它既能让人们感受到艺术的魅力,也能让人们体会到民族的智慧。通过观看这些优美的表演,观众能够感受到中华民族文化的丰富多彩,并且能够更好地了解民族的独特魅力。通过举办舞龙舞狮比赛,不仅能为中职学校课堂增添趣味,还有助于传承优良传统。

运动可以给学生、学校和社会带来巨大的好处。近年来,随着社会的发展,许多中职学校都积极推广舞龙舞狮运动,这种运动的意义和价值被广泛关注和采用。然而,由于舞龙舞狮运动刚刚起步,许多院校的教师技术水平较低,基础设施落后,教材匮乏。同时,许多院校的舞龙舞狮课程安排无序,教育目标模糊、内容杂乱,这些问题阻碍了这项运动的发展。本文重点关注当前传统体育文化进中职学校的发展现状,阐明其教育价值、文化价值、竞技价值等,并规划其发展路径。

1 舞龙舞狮运动的现状分析

1.1 社会发展现状

舞龙舞狮是中国传统文化的重要组成部分。在新中国成立后的一段时间里,舞龙舞狮曾经面临着衰落,甚至被认为即将退出历史舞台。然而,随着人们对传统体育运动的重视和各种运动形式的盛行,舞龙舞狮再次焕发了新的生机。同时,国家对非物质文化遗产的保护也推动了舞龙舞狮的发展,并逐步扩大了其影响。舞龙舞狮起源于民间,

应用于民间,是一种结合武术、舞蹈、音乐和技艺等多方面内容的综合运动形式,它不仅能够锻炼体魄,还能够给人带来观赏乐趣。现今的舞龙舞狮队仍然保留着传统的训练方式和技艺,经常参加各种活动进行表演,使传统舞龙舞狮得到了承接、延续和发扬。此外,一些地方对舞龙舞狮运动非常重视,将其作为推动地方发展的重要手段,因此,舞龙舞狮队经常受邀参加商业演出,让更多的人了解和认识了舞龙舞狮文化。如今,政府逐步重视舞龙舞狮文化,也为其打造了很好的发展空间。

1.2 学校发展现状

随着国家和政府对舞龙舞狮运动的重视和提倡,越来越多的院校领导逐渐认识到舞龙舞狮运动的体育价值。舞龙舞狮的技艺也在不断更新和规范,相关的器械道具也在逐步革新。目前,舞龙舞狮的中大型比赛和教练裁判的培训活动已经举办了多届,促进了民族文化和精神的传承,同时也推动了舞龙舞狮运动的普及。随着中职学校开设了相关运动课程,舞龙舞狮运动在中职学生中的参与度不断提高,发展势头日益增强,发展前景十分广阔,这将推动舞龙舞狮运动在全国范围内的普及和传承,对于民族文化的传承和推广具有重要意义。

2 中职学校开展舞龙舞狮运动的价值分析

2.1 舞龙舞狮运动在中职学校开展的文化价值

作为一种古老的文化活动,舞龙舞狮不仅代表着中国的文化精髓,而且也深深影响着人类的的生活方式。龙狮文

化源远流长,龙作为一种民族文化符号,不仅代表着中华民族的精神,还代表着中国民族的自尊、团结、坚强等品质,同时,狮子也被视为一种抵御邪恶的物种,在文化中有着举足轻重的地位。通过举办舞龙舞狮活动,可以让学生更好地理解并继续发扬这些中国民族文化,此外,这项运动既可以加强人们的锻炼,也可以为国家增添独特的魅力。

2.2 舞龙舞狮运动在中职学校开展的教育价值

舞龙舞狮这种民间艺术形式不仅反映了中华民族的精神风貌,更融合了本地的社会环境,成为本地人民的精神支点,成为本地社会的象征。“舞龙舞狮”这一传统文化,要求每个人都能够以一种更加默契、更加和谐的方式参与其中,并且每个人都要拥有优秀的团结协作能力。通过在中等职业院校举办舞龙舞狮活动,可以帮助学生培育团队合作能力,增强学生的身体和心理素质。

生动活泼的舞龙舞狮活动能够帮助中职学校的学生们更好地掌握这项运动,同时也有助于更好地培养他们的团队合作精神。此外,这项活动还有助于培养他们的民族认同感、独立性、荣誉感,从而加深他们的团队合作精神。

2.3 舞龙舞狮运动在中职学校开展的健身价值

“舞龙舞狮”是一种将传统的武术、舞蹈与当地的民间音乐相结合的项目。通过对比这些项目的物理性质,可以发现它们具备高水平的协调性、灵活性以及高超的技艺。当演员伴随音乐的旋律,通过身体的不同部位进行表演时,可以将传统的武术与当地的音乐完美地呈现出来。同时,通过快速、持久地锻炼身体,并结合适当的训练方法,能使人保持良好的健康状态。舞龙舞狮运动不仅需要精确地控制,还需要灵活的肢体语言;不仅是一项高强度的锻炼项目,还能帮助肺部更好地发挥其功能。尽管舞龙舞狮需要极高的体能,但它能够帮助参与者减轻压力,并有效地改善学习者的心态,从而促进他们的全面成长,达成身心健康的最终目标。

2.4 舞龙舞狮运动在中职学校开展的竞技价值

舞龙舞狮是一项传统体育运动,它以独特的形式展示出来,并且在国际上享有盛誉。为了更好地发挥这种运动的优势,现今在国际上也为其制定了相关的竞赛规则。随着舞龙舞狮运动在中职学校的普及,各学校之间也开始积极开展竞技比赛,这不仅能够激发学生们的团结精神,还能够有效提高参赛队伍的竞技水平,从而为舞龙舞狮运动的发展做出重要贡献。

3 中职学校舞龙舞狮运动发展路径

3.1 舞龙舞狮运动文化的保护

加强对舞龙舞狮文化的保护才能促进学校舞龙舞狮运动的发展,中职学校与舞龙舞狮项目的发展才能协同进行。对舞龙舞狮运动的保护而言,没有政策的支持与保护就是空谈。保护舞龙舞狮运动的重点在于保护舞龙舞狮文化,没有文化,舞龙舞狮运动就没有灵魂^[1]。因此,要保护舞龙舞狮文化,首先就要深入原始舞龙舞狮的发源地,对其发展史及动作要领进行收集整理,用文字形式记录成册、编辑成书;其次,对传统舞龙舞狮的整套动作进行收录和编排;再次,要做好组织宣传,宣传也是一种有效的保护手段;最后,民间的传统舞龙舞狮队离不开政府的支持及社会的扶持。

3.2 提高院校领导的重视程度

中职学校舞龙舞狮教学的推广与院校领导的重视程度密切相关。尽管国家积极推进新课改,但如果院校领导对舞龙舞狮运动的重视程度不够,可能就不会选择开展舞龙舞狮教学。我国有许多传统民俗体育形式适合在院校开展,因此,要在中职学校开展舞龙舞狮教学,需要院校领导对舞龙舞狮运动给予足够的重视^[2]。在中职学校开展舞龙舞狮教学可以促进我国全民健身计划的推广,提高人们的身体健康水平,缓解其压力,使人们更好地投入工作。近年来,已经开展舞龙舞狮教学的院校需要通过多种方式加深对舞龙舞狮运动的认识和了解,完善师资队伍建设,并通过不同的活动形式开展实地参观和交流,真正将舞龙舞狮运动融入学校的教育活动中。对于还没有开展舞龙舞狮教学的院校,教育部门应根据政策要求,通过培训、交流和案例分享等方式,加强这类院校领导层对舞龙舞狮运动的正确认识 and 了解,为后续开展舞龙舞狮运动的教学活动打下坚实基础,真正发挥舞龙舞狮运动的体育价值,实现新课改对体育教育目标的要求,推广和发扬舞龙舞狮文化^[3]。

3.3 开展教学,培养接班人

通过提供不同的教学和培训方式,可以使舞龙舞狮这项古老的民间活动变得更加丰富和充满活力。舞龙舞狮既具有浓厚中华文化底蕴,又具备竞技和欣赏的功能。为了保护和传承舞龙舞狮文化,需要培养大量的接班人,使文化得到更好的传播和承接延续。因此,在中职学校开展舞龙舞狮教学活动时,应结合其特点,采用多样化的教学活动形式,真正实施素质教育。例如,可以通过以下方式开

展教学活动：采用选修课的形式进行教学，舞龙舞狮目前还不能成为专业课程，因此可以将其设为选修课程，满足对舞龙舞狮感兴趣并愿意学习的学生的需求；根据不同学生的愿望和需求，成立舞龙舞狮社团，为学生提供学习机会，让他们在业余时间了解、学习并参与舞龙舞狮运动，锻炼其体魄，为舞龙舞狮运动的竞技训练培养后备人才。通过以上方式，可以促进舞龙舞狮运动在中职学校的发展，并为学生提供学习和参与的机会，促进舞龙舞狮文化的传承和发扬^[4]。

3.4 借鉴他人的优秀经验

在政府的大力支持下，舞龙舞狮运动进校园已经发展了数十年。相关资料显示，目前已有200多所院校组织开展了舞龙舞狮运动进校园工作，这些院校拥有丰富的教学经验和强劲的师资队伍，为尚处在发展阶段的中专学校提供了很好的参考。通过与这些院校合作展开沟通、学习和

培训，便于展开本院校的舞龙舞狮课堂教学。民间的舞龙舞狮队也有十分专业的技术能力，中职学校可以通过参观、邀请教学等方式，学习和借鉴他们的优秀经验和专业技能^[5]。如今，世界各地华人华侨对祖国的传统文化十分喜爱，每年都会举办关于舞龙舞狮的大型文化交流活动，经过数十年的发展和更新，也会有先进创新的技能值得学习和借鉴。

4 结论

传统舞龙舞狮运动作为我国宝贵的知识财富，历经千年依然流传不衰。为了保护和传扬这一传统文化，需要后人的承接和传扬。在国家新课改的支持下，将传统舞龙舞狮运动引入中职学校，不仅能够保护传统文化，还能够锻炼学生的体魄。因此，推动传统体育文化进入中职学校，能够促进舞龙舞狮运动与中职学校的协同发展。

文 / 蔡合玉（集美工业学校，福建厦门 361022）

作者简介：蔡合玉，男，福建三明人，集美工业学校讲师，研究方向：体育教育训练学。

参考文献：

- [1] 龚俊辉. 高校体育专业舞龙舞狮课程思政开展现状与优化路径研究 [D]. 南宁：广西师范中职学校，2023.
- [2] 江剑羽. 赣州市高校舞龙舞狮运动开展现状及对策研究 [D]. 天津：天津体育学院，2023.
- [3] 徐雄飞. 高校传统体育舞龙舞狮训练队现状及对策分析 [J]. 武当，2022(9):61-63.
- [4] 孙倩，王俊瑞，王清山. 传统体育项目舞龙舞狮在高等职业教学中的传承与发展研究——以福建省为例 [J]. 体育风尚，2021(11):52-54.
- [5] 刘通. 江苏省高校舞龙舞狮运动的教学实践研究 [D]. 扬州：扬州中职学校，2020.