

校园啦啦操运动的推广价值研究

前言

啦啦操是一种集体育、舞蹈、健身、音乐、娱乐为一体的新兴体育项目，近几年来深受我国广大人民的喜爱。由于啦啦操准备简单，开展方式多样，受人数限制较小，使得啦啦操拥有了一定的校园推广优势。本文将深度探讨在校园中推广啦啦操运动的价值，并提出在校园推广啦啦操的实际方法，以供参考。

关键词

校园；啦啦操；推广价值

很长一段时间以来，啦啦操普遍出现在各类体育赛事用于活跃气氛，直到近些年才被作为一种体育项目重视起来，并逐渐成为备受欢迎的简单运动项目之一。特别是伴随着信息时代的发展、公共健身场地的完善以及短视频潮流的兴起，啦啦操的影响力正在不断扩大，吸引了无数运动爱好者参与其中。在校园推广啦啦操，既能够引导学生进行体育锻炼，促进学生德智体美全面发展，同时啦啦操作为一种时尚运动项目，符合当下潮流和学生的审美，一定程度上弥补了传统体育锻炼的单调和枯燥性。从普适性来讲，啦啦操的门槛也相对较低，没有严格的设备要求，运动氛围也更加轻松，能够很大程度上帮助学生缓解压力。

1 在校园推广啦啦操的优点和必要性

1.1 改善学生的身心健康

啦啦操作为一种结合了舞蹈、运动、音乐甚至武术等多元素的运动方式，活动强度适中且特别适合学生进行有氧运动。啦啦操运动能对学生的身心起到一定的放松作用，长期保持科学的啦啦操运动，可以充分提高学生的体能和身体素质。除此之外，啦啦操对于参与人数没有限制，可以一个人开展也可以多人共同开展。啦啦操更加侧重于配合和团队协作，这也就意味着啦啦操具有一定程度的社交属性，学生可以通过啦啦操来拓宽自己的校园社交范围，丰富课余生活。

1.2 拥有一定的文化价值

啦啦操作为一种表现形式活泼，且具有一定观赏性的体育活动，充满了积极乐观、阳光向上的正向属性。在校园内推动啦啦操的普及，一定程度上能改变学生的校园生活方式，并在整个校园范围内营造积极向上的运动氛围。啦啦操还是一种融合音乐元素的体育运动，比较专业的啦啦操队伍一般都具备一定的文化属性，如风格、口号等，而这些元素本身就具备着一定程度的文化属性。

1.3 具有良好的观赏性

啦啦操在很长一段时期里被作为体育赛事的表演项目，其自身本来就拥有着很强的表演性质，与此同时，近些年来啦啦操作为一门体育项目不断获得发展，其自身所包含的音乐元素也让啦啦操变成了一种内容上赏心悦目的高观赏性活动，能够为学生带来了充分展示自我和表达自我的机会。通过开展啦啦操运动，也可以让学生变得更加自信、健康。

1.4 具备一定的人格教育意义

虽然说啦啦操没有严格的人数限制，但啦啦操更多被视为一种团体性的运动。啦啦操比赛一般都会对啦啦操团队的动作一致性、团队配合性、队员之间的协调性有一定的要求。因此推广啦啦操运动和举办啦啦操赛事，能一定程度上培养学生的团队精神和团队意识，帮助学生在学习和生活中学会更好地与别人合作，并帮助培养学生友善随和的人格，

因此啦啦操作为一种运动,一定程度上有着人格教育的意义。

1.5 啦啦操的潮流属性

啦啦操作为一种新兴的体育运动,同时也融合音乐和舞蹈等时尚元素,再加上网络平台和短视频的传播帮助,赋予了啦啦操很大程度上的潮流属性,也因此让其在校园环境下更容易受到学生的支持和欢迎。相比于其他难度较高或者较为枯燥的运动,啦啦操更容易在校园中普及开来,这也意味着能够积累更多的受众,让更多的学生参与进来。

2 啦啦操在校园推广过程中的存在的问题

2.1 对啦啦操的重视程度不够

在我国许多高校的体育课程设置中,啦啦操往往被当做体育课程中的选修项目来对待,这种过于单一的普及方式限制了学生接触啦啦操的机会,学校往往不会举办与啦啦操相关的赛事,学生能够接触到的啦啦操教育只来自课堂和社团,这都对啦啦操的传播和普及产生了一定的消极影响。同时,学校的啦啦操教育专业性不强,有时甚至只是为了完成教育任务而进行教育,在这种教育状态下学生很难感受到啦啦操的魅力,更别说是啦啦操产生兴趣。学院是推广啦啦操的执行人,只有学院认识到啦啦操的价值,并真正重视啦啦操的推广和传播,增加啦啦操在课堂教育上的占比,建设更适合啦啦操的活动环境,才能真正将啦啦操普及开来。

2.2 啦啦操作为体育项目的自身缺陷

啦啦操和一些传统的体育项目相比,起步相对较晚,直到2004年才被认定为正式的体育运动项目,而进入我国的时间则更晚一些。也正因如此,啦啦操相比于传统的体育赛事存在制度不完善、规则不明晰、理论研究不充足等问题。因此许多运动会都没有将啦啦操列为正规赛事,啦啦操仍以表演的性质出现。虽然啦啦操的校园推广是以健身目的为主、参赛目的为辅,但这样的发展形势仍旧对啦啦操的校园推广造成了一定的影响,阻碍了一部分学生在啦啦操上深入发展,从而导致啦啦操在校园环境下很难深化发展,也很难组建优质的啦啦操队伍。

2.3 认知不全面,男女比例严重失衡

许多高校学生对于啦啦操这种运动存在一定的偏见,主要因为啦啦操曾在很长一段时间都被当做体育赛事和运动会的助兴节目,因此许多学生认为啦啦操是专属于女生的运动,导致在啦啦操推广的过程中,许多男生不愿意接触啦啦操。另一方面,许多男生对于啦啦操的运动属性并不认可,认为学习啦啦操没有价值和意义,从而造成啦啦操的男女比

例大幅度失调。要解决这个问题,高校和教师必须引导学生树立正确的运动观念,让学生明白体育运动没有性别之分,更要从理论知识上对学生进行一定的教育,帮助学生更好地理解啦啦操的优点和好处。

2.4 啦啦操教师专业性不足

要在校内推广啦啦操,课堂教学是最重要的环节之一,但由于啦啦操属于新兴体育项目,在国内发展的时间比较短,理论系统不太成熟,许多高校的教师往往没有能力对学生进行啦啦操的专业化教育。其中表现最为主要一方面是理论知识的缺失,许多啦啦操的教师自身具有很好的啦啦操水准,但对啦啦操的理论知识了解并不丰富,也无法剖析啦啦操背后的文化和精神内涵。体育运动的文化内涵和精神内涵往往影响着人们对体育运动的热爱,因此理论教育的缺乏会直接导致学生很难建立对啦啦操长久的兴趣。另一方面,部分教师自身拥有优秀的啦啦操技能,但教育技能却相对薄弱,在啦啦操的技巧性方面无法对学生做出良好的指导。

3 啦啦操在高校进行推广的实际措施

要在高校中切实的进行啦啦操的推广,首先是要从宏观层面进行系统实效地推广,既要考虑到啦啦操的不同性质也要考虑到高校自身的情况、文化属性以及经济发展情况。根据对以上这些因素的考量,从而制定比较合适的推广方式,以达到更好的推广效果。

3.1 建立高质量体系的啦啦操教学体系

课堂教育是学生接触啦啦操的最佳方式,也是学生进行系统性学习的最好方式,而且只有让学生拥有了较好的啦啦操运动知识和技巧,才能够更好地展开校园啦啦操运动,并让他们养成良好的运动习惯。因此在进行校园啦啦操推广的过程中,系统性的教育是必不可少。首先,学校应加大啦啦操在课程教育中的占比,尽量让每个学生都有接触到啦啦操的机会;其次,在教学内容方面,教师要做到理论和知识相结合,由于啦啦操本身的教材缺失,因此相关教师要尽可能地在理论知识方面进行自我钻研,并结合自身实践开发简单理论、运动技巧以及实际动作三方面组合的教育模式;最后,对于啦啦操运动来说,学生仅仅在课堂上运动是远远不够的,教师应当尽可能地创设课内课外一体式的教育模式,让学生将啦啦操引进生活之中,培养成为一种持续性的习惯和兴趣。

3.2 在校内打造啦啦操的流行氛围

要进行啦啦操的校园推广,营造相应的啦啦操氛围是

非常重要的。在这方面,首先学校可以组织大众化的啦啦操活动,让学生主动了解啦啦操并自主开展啦啦操活动。学校在开展过程中一是要重视学生的自发性,不能对学生进行强制要求;二是要重视活动的引导,比如说利用课余时间组织啦啦操在操场进行啦啦操运动并引导学生加入进来,体验啦啦操的魅力和乐趣。同时,可以在高校建设啦啦操俱乐部,使啦啦操运动在校园内逐渐组织化和规范化,这样既能够创造更好的校园啦啦操环境,也能够让学生在老师的指导下更加有序地开展啦啦操运动。此外,学校还可以通过啦啦操俱乐部发展出以参加比赛为目的的啦啦操队伍,或者主导举办一些啦啦操比赛和竞技表演,通过这种方式不断地扩大啦啦操的影响力和号召力,进一步让更多的学生加入到啦啦操运动中来。

3.3 加强体育观念教育,增强啦啦操的普适性

由于啦啦操被大多数人认为是女生的运动项目,因此部分对啦啦操感兴趣的男生也会因为多数人的刻板印象和眼光而拒绝参与啦啦操运动。这是因为许多学生对啦啦操运动的理解不够透彻,缺乏正确的体育观念。啦啦操作为体育项目的一种,是没有性别区分的。学校在推广啦啦操的过程中,要强化学生的体育观念教育,让学生对于体育有正确的认识。学校可以对抵触啦啦操的男生进行一些推广策略谋划,例如创立男生专属的啦啦操兴趣班,通过激发男生的好奇心理吸引男生的加入并不断地发展壮大。或是培养男生群体对于啦啦操的长期兴趣,如为男生群体创造能够进行啦啦运动的空间,让男生在进行啦啦操运动的过程中不受影响,并逐渐建立啦啦操运动的习惯;也可以培养一些高质量的男性啦啦操老师,并由教师团队编排一些适合男生或者是适合以男女

搭配的方式进行啦啦操运动,进一步确保无论是男生还是女生都能够充分地感受啦啦操的魅力。

3.4 构建学校之间的啦啦操交流平台,对啦啦操运动进行深化

在任何体育项目的普及过程中,体育竞赛是不可缺少的关键环节,体育竞赛往往是体育项目的目标指引,是进行体育项目普及的最大动力。例如,2022年冬奥会的顺利举办让一系列冰雪项目在我国成为人们热议的话题并获得快速普及。因此,进行体育竞赛也是在学校内推广啦啦操的最好方式,但真正想要推动啦啦操赛事的发展凭借一所学校的力量是远远不够的,还必须建立学校之间的啦啦操沟通交流平台:一方面,增进学校之间沟通交流,通过举办交流会,相互观摩,以及进行校际比赛的方式推动啦啦操普及;另一方面,也可以多所高校联合举办有关啦啦操的大型赛事,尽可能多地展现啦啦操的魅力,让更多人了解啦啦操、接触啦啦操,并加入到啦啦操运动中来。

4 结语

啦啦操运动作为一种新兴体育项目,因其时尚和符合潮流的属性正在受到我国年轻人的欢迎,而其运动属性和审美价值又使这门运动变得极具魅力和吸引力,因此各大高校应该重视啦啦操运动的推广,积极探寻更有效率更有创新性的推广方式。通过啦啦操在校园中的进一步推广,既能提高学生的身体素质水平,让学生能够更好的成长和发展,同时也能够借助学生的力量完善我国的啦啦操教育体系,进一步推动啦啦操在我国的蓬勃发展。

文/张晓璐(西安市曲江南湖小学,陕西西安 710061)

作者简介:张晓璐,女,甘肃张掖人,西安市曲江南湖小学教师,研究方向:体育教育。

参考文献:

- [1] 丁辉. 校园啦啦操运动的推广价值研究[J]. 广州体育学院学报, 2015, 35(6): 126-128.
- [2] 王利军, 黄鑫. 啦啦操运动在高校中的实用价值及推广研究[J]. 体育用品与科技, 2019(10): 150-151.
- [3] 周丽华. 啦啦操运动价值及其在我国高校推广研究[D]. 湖南: 湖南师范大学, 2013.
- [4] 陈彩霞. 高校啦啦操运动开展的影响因素及发展策略研究[J]. 当代体育科技, 2019, 9(6): 140-141.
- [5] 周梦天, 刘从梅. 普通高校啦啦操运动推广价值及影响因素研究[J]. 文体用品与科技, 2020(19): 80-81.