

啦啦操在中学的推广策略研究

Research on the PROMOTION STRATEGY OF LA LA exercise in middle school

李雅欣

Yaxin Li

武汉体育学院研究生院 湖北 武汉 430000

Wuhan Institute of Physical Education Hubei Wuhan 430000

摘要:本文通过分析啦啦操运动的优势以在中学推广展开研究,认为:啦啦操具有积极向上、节奏欢快、简单易学、团结向上的优势,并提出结合网络途径、大量开办比赛、创建特色学校、提高师资质量、促进俱乐部开展的推广策略。

Abstract: Through the analysis of the advantages of the cheerleading movement to promote research in secondary schools, it is believed that: cheerleading has the advantages of positive, cheerful rhythm, easy to learn, unity and upward, and put forward a combination of network channels, a large number of competitions, the establishment of schools with characteristics, improve the quality of teachers, promote the development of club promotion strategy.

关键词: 啦啦操;中学生;推广策略

Keywords: cheerleading; Middle school students; Promotion Strategy

DOI: 10.12346/sde.v3i3.3137

中学生身心都处于快速发展的阶段,需要树立正确的人生价值观。啦啦操作为一项积极进取及团队合作的新兴体育项目,以其时尚、合作、进取、活力的精神内涵,逐渐成为了一种新型的教育方式和体育文化载体,对中学生的身心健康发展具有良好的促进作用。一项运动,既好上手又有挑战性,受众面一定很广,尤其是青少年中学生,好奇心强,易尝试新鲜事物,喜欢直面挑战,啦啦操正好契合中学生的心理特征,会成为校园文化活动中深受中学生喜爱的一项体育运动。

1. 啦啦操在中学的推广优势

1.1 啦啦操具有积极向上的精神

啦啦操运动做为一项兼具具体健美操、舞蹈等技术动作于一体的运动项目,通过炫目、整齐、难度较高、伸展性极强的动作,借助色彩亮丽的服装和节奏青春向上的音乐充分展现,将其所特有的艺术性、观赏性和竞技性予以淋漓尽致的展示。啦啦操在比赛或表演过程中,伴随着节奏急促、铿锵顿挫的音乐,队员们兴奋的表情、夸张的肢体动作、变化多端的队形、嘹亮的口号声、绚丽的表演服装以及具有标志性的大蝴蝶结头饰等,充分彰显了啦啦操独有的青春活力和表演魅力,张扬的正是青春气息。近年来,越来越多学校开展校园啦啦操比赛活动,诸多学校与俱乐部成功的例子都说明啦啦操与青少年时期的中学生极易引发情感共鸣。

1.2 啦啦操音乐节奏欢快

音乐是艺术美的独特表现形式,是所有技能主导类表现难美性项目的灵魂。好的音乐运用能调动人的情绪,振奋人心,大大提升舞蹈啦啦操的美学价值。啦啦操是一项跟随音乐伴奏进行表演的体育活动,音乐多是节奏快、热烈奔放的曲子。在近年来的国内大型赛事以及校园啦啦操比赛中,比赛音乐多为学生年龄层中受欢迎的曲目,将流行音乐进行制作并编排出富有动感的动作,迎合不同年龄层的口味,尤其受到广大中学生的喜爱。中学生正处于“跟风”时期,很容易受到外来新鲜事物的吸引,而啦啦操的音乐可以采用当前最流行的音乐加以剪辑、创编,更能吸引中学生的注意力,激发中学生积极参与啦啦操运动的兴趣。

1.3 啦啦操动作简单易学

啦啦操运动紧跟时代发展潮流,动作简单,充满爆发力和激情,充分彰显青春个性和活力。啦啦操仅有36个基本手位,下肢动作所涉及的基本步伐多为开合、锁步、踏步等动作,难度系数也不大。中学生的身体协调能力还在发展过程中,上肢与下肢动作的组合能很好的提高他们的身体协调能力,而且啦啦操的动作组合对中学生来说很容易接受,也极易上手,有助于提升学习的信心。但学好啦啦操同样具有挑战性,啦啦操的基本功讲求“快、准、狠”,要想清晰准确、干净

【作者简介】李雅欣(1995~),女,汉,山东青岛人,硕士,研究方向:武汉体育学院。

利落地完成动作,需要参与者具备相当的身体素质,也需要他们长期的刻苦训练。

1.4 啦啦操能够促进团结

啦啦操评分规则规定,作为一项集体性项目通过新颖、流畅、快速移动以及变换的整体感来使团体的舞蹈魅力得以充分表现,而带来更大的视觉冲击力。完美呈现流动队形需要团队中的每一名队员通力协作、紧密配合才能圆满完成。参与表演的每一个队员在团队中都扮演着不可或缺的角色,只有队员们发扬团队精神,精诚配合,才能完美地展示队伍的风采与活力。啦啦操队员在日常训练中要步调一致,相互配合,需要做到眼神表情的高度统一。队员们长期的练习与配合,为集体荣誉而努力,凝练团队特色,展示集体风采。

2. 啦啦操在中学的推广策略

2.1 结合网络途径加大宣传

随着人们社会领域中线上交流空间的日益广泛及活跃,公众通过各种在线平台、社交网络的活动越来越自发而持续,在这种社会背景下,公共关系传统理论及其方法层面受到数字化技术趋势的影响越来越广泛。因此借助网络平台宣传啦啦操是一种非常可行且运营过程易上手的途径。例如,在微信公众号中发布比赛信息、在短视频软件中交流技术动作、在专业软件中传播啦啦操信息等。

2.2 大量开办比赛

竞赛及表演是体育项目运动得以开展的最好途径及载体,也是学生深入了解运动形式的窗口,其作为窗口,能够使体育工作者进一步了解啦啦操运动在社会大众中的影响力,并能够预测啦啦操运动在未来发展的走向。为了健全啦啦操竞赛体系,进一步推广和普及啦啦操运动,作为啦啦操主办赛事的主体政府或体育行政部门,必须设置科学合理的竞赛制度体系,对民间社会力量的加入给予政策的支持,从而形成小、中、大学、职业赛事和民间赛事的三位一体竞赛体系,扩大啦啦操赛事的影响力,鼓励不同群体加入啦啦操运动。

2.3 创建特色学校

近年来啦啦操运动凭借其阳光、健康的特点在我国发展迅速。校园啦啦操在发展的过程中不断探索着自己的发展模式。啦啦操进入大课间以后,各个学校开始尝试创编自己风格的啦啦操。我国校园大课间啦啦操也逐渐向多元化方向发展,越来越多的元素被加入到啦啦操中,内容越来越丰富。在“经典咏流传全国校园大课间啦啦操推广活动”发起后,学校开始关注大课间啦啦操配乐的选择,越来越倾向于选择有文化、有内涵的音乐。这样的创新结合增强了啦啦操的文化性和艺术性,并在校园体育文化建设中发挥重要作用。

2.4 提高师资质量

啦啦操教练员是啦啦操教学和普及推广的执行者,对于学校来说,承担这个角色人便是体育教师。因此,必须要提升啦啦操教练员综合能力和专业能力,才能更好地促进啦啦操运动的发展。首先,啦啦操教练员应加强对啦啦操理论和历史文化的学习,充分发扬其积极向上的原本文化,创造更好的中国啦啦操文化,深化对啦啦操运动的理解,丰富啦啦操知识结构,了解啦啦操发展的规律,提升编排设计动作能力,熟悉啦啦操规则,对啦啦操运动进行全方位的了解和学习。其次,积极参加学校或国家相关体育部门应定期为啦啦操教练员提供的培训机会,搭建相互交流学习的平台,设置教练员准入制度,做好把关工作,以此促进啦啦操的快速发展。

2.5 促进俱乐部开展

丰富的俱乐部活动可以提高啦啦操俱乐部在学生中的影响力度,对于推广校园啦啦操有养不可忽视的积极作用。啦啦操俱乐部作为推广啦啦操的一个常设机构,要发挥俱乐部的带动作用,定期开展一些丰富多彩的俱乐部活动,营造中学啦啦操运动氛围。同时,啦啦操俱乐部活动还可以与理论实践学习结合起来,邀请一些理论实践专家,举办校园啦啦操讲座,提高学生参与啦啦操运动的积极性。

2.6 其他赛事助阵

啦啦操从最初的为美式足球呐喊助威的活动发展成为备受世界人民青睐的一项体育运动,尤其以动感的音乐、富有表现力的动作以及靓丽的服装深受青少年的喜爱。校园啦啦操集娱乐、舞蹈、操化、音乐、健身于一体的活动,充满美感与活力的运动一定可以提高学生运动的积极性。篮球、足球等传统体育项目赛事频率高,观众多,因此可以在传统比赛的中场休息中加入啦啦操表演,以使更多人认识啦啦操、了解啦啦操、参与啦啦操。

综上所述,啦啦操运动相对于其他传统体育项目更加积极向上的态度、节奏欢快的音乐、简单易学动作、团结向上的姿态等优势,符合中学生的需求。通过各种推广策略,将啦啦操运动引入中学对加强校园育人功能大有裨益。不仅增强大学生体质健康,而且能够增添校园文化活力,彰显校园体育文化价值,在啦啦操运动中培养学生的审美情感、乐观精神、团结合作意识和创新能力。

参考文献

- [1] 鲁娟.规则导向下舞蹈啦啦操的艺术审美[J].广州体育学院学报,2013,33(05):95-98.
- [2] 徐豪.我国啦啦操发展现状及对策研究[J].南昌师范学院学报,2020,41(03):88-90+109.