

“双减”政策下小学舞龙舞狮校本课程的开发与实践策略研究

文/刘建

摘要: 舞龙舞狮校本课程的开发可以实现对中华优秀传统文化的弘扬与继承, 可以增强学生的身体素质, 满足“全民健身, 全面发展”目标的要求, 还可以培养学生的审美情操与艺术素养。“双减”政策的出台, 为小学舞龙舞狮校本课程的开发与实践提供了更充足的空间。教师应因地制宜, 统整资源, 打造具有本校特色的舞龙舞狮课程, 点亮学生的校园生活, 让传统文化在新时代焕发出新的光彩。文章在探讨“双减”政策下舞龙舞狮课程开发的价值与原则的基础上, 分析了小学体育舞龙舞狮校本课程的具体实践策略。

关键词: “双减”政策; 小学体育; 校本课程; 舞龙舞狮

中图分类号: G40

文献标识码: A

文章编号: 2097-1737(2023)07-0017-03

引言

“双减”政策即减轻学生义务教育阶段的作业负担与校外培训负担, 目的是推动基础教育全面转型升级, 使其真正成为“面向人的发展”的素质教育。在“双减”政策背景下, 体育迎来了快速发展的机遇。一方面, 体育是素质教育的重要组成部分, 是学生“享受乐趣、增强体质、健全人格、锤炼意志”的主要途径。“双减”政策实施后, 体育在基础教育中的地位迅速攀升。另一方面, “双减”政策下, 学校需扮演课后服务的新角色, 这为特色体育课程的开发与实践提供了充足的空间。舞龙舞狮是中华传统民俗活动, 可以增强学生的体质, 培养学生的审美情操, 提升学生的民族自信。“双减”政策下开发舞龙舞狮的校本课程, 将其融入日常体育教学及课后服务, 大大丰富了体育教学的形式, 提升了学校教学的品质。

一、“双减”政策下舞龙舞狮校本课程开发的价值

(一) 历史文化价值

舞龙运动又被称作“耍龙灯”“龙灯舞”, 在商代已有“以龙祈雨”的民间习俗。唐代舞龙运动进一步普及, 在宫廷、民间都可以看到它的身影。狮子形态彪悍, 神情勇猛, 在我国古代象征着智慧与力量。同

舞龙一样, 舞狮也是我国优秀传统文化的精髓, 并在历史发展过程中延伸出“北狮”与“南狮”两大派系。

舞龙舞狮是传统民俗活动的代表, 是中华民族数千年来优秀文化的浓缩与集中体现, 具有独特的历史文化价值。在小学开发舞龙舞狮校本课程, 可以加深学生对传统文化的了解, 增强他们的民族自信心, 使传统文化在新时代焕发新光彩^[1]。

(二) 教育价值

作为一项民俗运动, 舞龙舞狮包含了大量的技术要领。学生学习这些要领, 可以很好地培养吃苦耐劳、独立自强的精神。舞龙舞狮还是一项集体运动, 需要参与成员相互协调, 密切配合。开展舞龙舞狮校本课程能够培养学生的团队协作意识与团队协作能力, 使学生受益终身。舞龙舞狮运动中还包含大量的文化要素, 在校本课程开发过程中, 如果教师能够对这些要素进行深入挖掘, 还可以增加学生的文化知识, 提高学生的文化修养。

(三) 竞技价值

舞龙舞狮中所传承下来的文化, 代表了这项运动的精神特征。而舞龙舞狮具体的表现形式则体现了竞技性的特征。舞龙舞狮进校园可以激发学生的运动激



情,发展他们的心肺功能,锻炼他们的肌肉群,达到强身健体的效果。随着对舞龙舞狮运动深入的参与,学生对体育运动价值的感知也会更直接,会自觉参与到课后、校外的体育锻炼中,养成终身运动的习惯^[2]。

(四) 审美价值

舞龙舞狮经过数千年的传承,早已形成了完整的项目体系,其呈现形式多样,动作精妙简洁,通过运动将背后所蕴含的丰富情感展示出来,有很高的审美价值。不同的技术动作体现了不同的意境,浓缩了文化的精髓,因而使舞龙舞狮有很好的观赏效果。将舞龙舞狮融入小学课程,可以给小学生活增添别样的色彩,也可以培养他们的审美情操,使他们懂得欣赏美,善于发现美。

二、“双减”政策下舞龙舞狮校本课程开发的原则

(一) 统整性原则

校本课程的开发需要学校对学校资源、课上时间等进行整体分析与规划,统整各方的支持,结合学生的学习兴趣和成长目标。在进行资源统整时,教师还应特别关注家校之间的联动,使家长支持舞龙舞狮课程,鼓励那些有条件的家长参与课程的建构,丰富课程的开展形式,实现资源的有效运用。

(二) 灵活性原则

舞龙舞狮校本课程的开发需要因地制宜,灵活设计,结合本校的特色与优势,从校园实际情况入手,只有这样才能在有限的资金背景下,获得最佳的教学效果。与传统课程相比,校本课程也需要更具灵活性,满足学生素养发展的各项需求,提升教学品质。比如,课程并不一定要完全局限在校园内,教师可以创新教学形式,拓展教学的维度,将校本课程的实践环节融入学生的日常生活中。

(三) 生本性原则

传统的体育教学以“师讲生练”为主要模式,学生自主思考、自主尝试、自主体验的空间较有限,参与体育的动能难以被释放。长此以往,学生会认为体育运动枯燥乏味,逐渐萌生出对体育学习的抗拒心理,进而降低体育教学的效果。在进行舞龙舞狮校本课程开发时,教师应秉持“教师主导,学生主体”的设计理念,给予学生更多的参与空间,释放他们的学习潜能,让学生在亲身体验中生成感悟,建构知识。

(四) 趣味性原则

小学阶段的学生心理还较为稚嫩,身体发育也不成熟,需要教师从他们的心理喜好与身体条件出发,对

舞龙舞狮的样式进行适当的简化与改进,使其更贴近小学阶段学生的特性。小学教学是启蒙教学,在对舞龙舞狮进行改进时,教师应当将趣味性放在第一位,让尽可能多的学生感受到舞龙舞狮的独特魅力,进而自觉参与到体育活动中。这样的课程开发原则,不仅有助于提升学生当下的身体素质,还能帮助他们适应日后的学习生活,受益终身。

三、“双减”政策下舞龙舞狮校本课程的实践策略

(一) “技术·创新”——灵活运用线上微课,拓展校本课程的教学维度

在教育信息化时代,舞龙舞狮校本课程的开发与实践应融入更多的技术要素,打造“互联网+教育”的一体化教学模式,拓展教学的路径,提高教学的质量。除线下课程外,教师还可设计线上微课程,为学生的舞龙舞狮学习提供指导。体育线下课程的安排数量有限,且教学任务众多,将部分基础的舞龙舞狮知识转移到线上进行,有助于丰富教学内容,加深学生对舞龙舞狮的理解。

笔者所在学校共开发了4门线上的舞龙舞狮校本课程(见表1),涵盖历史文化讲解、标准动作展示、审美鉴赏等。微课短小精悍,主题清晰,语言凝练,穿插在整个学期的教学中。每节微课的时长控制在15分钟,学生可以借助电子设备利用课后时间随时在线进行观看。

表1 舞龙舞狮线上校本课程的开发

课程名	课时数	每课时长	知识点/技能点	教学目标
龙文化与舞龙	8	15	(1) 浅谈龙文化;龙的九死说;龙的定义 (2) 舞龙的起源与分类	(1) 了解龙文化的发展历史,了解舞龙的常见分类 (2) 以理性态度和务实精神传承龙文化
浅谈狮文化	8	15	(1) 舞狮起源与分类 (2) 现代舞狮与古代舞狮的区别和联系	(1) 了解舞狮文化的起源与发展 (2) 树立辩证的文化发展观
龙狮赏析	10	10	(1) 龙狮欣赏导论 (2) 龙狮历史典故 (3) 民俗民间舞龙舞狮赏析 (4) 现代竞技龙狮赏析	(1) 初步掌握欣赏舞龙舞狮表演的技巧 (2) 提高学生的艺术素养与审美素质



续表

课程名	课时数	每课时长	知识点/技能点	教学目标
龙狮训练	24	15	(1) 舞龙舞狮基本动作展示 (2) 舞龙舞狮术语介绍 (3) 舞龙舞狮徒手动作展示 (4) 舞龙舞狮组合动作展示	(1) 在观看中初步掌握基本的动作要领 (2) 对舞龙舞狮的实践有一个直观的认识 (3) 感受到舞龙舞狮运动的独特魅力

(二)“文化·传承”——“体艺德”三融合，挖掘舞龙舞狮的文化资源

我校以“龙狮文化”为主题，将体育课程开发与“特色阳光大课间”相结合，将舞龙舞狮融入校园的日常文化中，丰富体育教学的内涵。每次早操，舞龙之音便奔腾于整个校园，学生走上操场，完成蛟龙出海、龙腾虎跃、龙跃凤鸣、飞龙在天、龙腾盛世五个表演环节。这不仅丰富了他们的校园生活，还使舞龙舞狮成为校园日常的一部分。除课间操，舞龙舞狮校本课程还可以和主题班会、演讲比赛、书法比赛等结合起来，将体育元素、德育元素、艺术元素等融合在一起，构建更丰富的校本体系。如本校组织的“龙的传人”主题演讲大赛，各个班级的学生均可报名参加，讲述自己与“龙”之间的故事，介绍龙在中华传统文化中的重要地位。在“我手绘我心”手抄报大赛中，学生截取舞龙舞狮训练中令自己印象最为深刻的画面，将其绘制出来，并配上文字加以描述。教师可选取学生优秀作品粘贴在班级文化墙上。趣味、多元的活动使“双减”政策下学生的校园生活更多彩，也拉近了学生与舞龙舞狮之间的距离，使这项运动成为他们生活乃至生命的一部分。

(三)“生活·实践”——秉持生活教育理念，打造多元趣味的实践课程

要想打造灵动的舞龙舞狮教学体系，教师就应探索课程与学生生活之间的联系，在“引进来”的同时“走出去”，开发实践性强、趣味性强的舞龙舞狮课程。“引进来”是指教师要在课堂上积极创设生活化的情境，使生活走入课堂，用生活这股活水激活课堂学习的氛围。“走出去”是指教师要使课程走向学生的生活，让学生在生活实践中实践自己所学习的知识。舞龙舞狮教学中的“引进来”与“走出去”符合“双减”政

策的要求，也是素质教育的必然结果。

为增强学生学习的趣味性，教师可定期将校园作为主场地，模拟春节、元宵节等欢庆节日，在教学中创设生活化的情境。学生一部分负责乐器伴奏，敲锣打鼓；一部分应用自己刚刚学习的舞龙舞狮知识来进行实战表演；其余尚无基础的学生则可扮演路过群众的角色，欣赏表演。教师此时不仅要关注学生的动作运用，还应引导他们的情感投入，使他们通过具体的动作来表达自己心中的情感。

另外，组织学生“下沉”进社区，开展舞龙舞狮表演，既可以为学生的实践锻炼提供平台，又可以为社区的生活添彩。在舞龙舞狮校本课程中，学生每掌握“三人舞”“五人舞”“九人舞”中的一种，教师则可组织学生进入相邻社区进行汇报演出。在评价环节，学生可通过录像回看进行自我评分，并对其他小组的表演给出评价。在自评与小组互评的基础上，教师参与进来，从完成度、音乐契合度、美感等方面进行评价，帮助学生更好地反思自己的表演过程，激励他们以更好的姿态完成下一次的表演。

结语

舞龙舞狮校本课程的建构，既可以筑民族之“魂”，还能够造校园之“特”，可以在增强学生体质的同时，弘扬中华民族优秀传统文化。在课程开发时，教师应因地制宜，结合本校特色，秉持趣味性的设计原则与生本性的实践原则，灵活运用各种教学形式，巧借技术赋能，打造一体化的舞龙舞狮学习体系，使更多学生爱上舞龙舞狮，爱上中华优秀传统文化。

【参考文献】

- [1] 周晓明. 基于双减背景下小学体育素养的校本课程开发与实践[J]. 健与美, 2022(04): 137-139.
- [2] 邱丽玲, 汤铁军. 高等学校舞龙舞狮运动协同发展路径研究: 首都体育学院为例[J]. 武术研究, 2019, 4(05): 91-92, 95.

基金项目: 本文系 2021 年度福建省中青年教师教育科研项目(基础教育研究专项)课题“中华优秀传统文化视域下小学舞龙舞狮校本课程的开发研究”(课题编号: JSZJ21153)的研究成果。

作者简介: 刘建(1979.2-), 男, 福建邵武人, 任教于福建省邵武市通泰中心小学分校, 一级教师, 本科学历。

