

Investigation and Research on the Current Situation of Female College Students Participating in Sports Dance Societies in Ethnic Colleges—Taking Minzu University of China as an Example

Xinru He Yining Zhang Yue Hu Jie Cai

Department of PE, Minzu University of China, Beijing, 100081, China

Abstract

With the gradual improvement of people's living standards, sports and cultural life is gradually enriched. Sports dance, as a hot sports cultural project, has been sought after by more and more people. Especially for girls' teaching practice, it has been proved that sports dance exercises not only have the function of strengthening the body, but also can greatly improve girls' artistic taste and aesthetic taste, and also can exercise girls' strong will and improve their character defects. This paper analyzes the current situation of female college students in sports dance associations in universities for nationalities by using the methods of literature review, questionnaire survey and mathematical analysis.

Keywords

female college students; sports dance clubs; ethnic colleges

对民族院校参加体育舞蹈社团女大学生现状调查研究——以中央民族大学为例

何芯如 张艺宁 胡悦 蔡杰

中央民族大学体育学院, 中国·北京 100081

摘要

随着人们生活水平的逐渐提升, 体育文化生活也逐渐丰富了起来。体育舞蹈作为一项炙手可热的体育文化项目受到了越来越多人的追捧。特别是对于女生教学实践证实, 体育舞蹈锻炼不仅具有强身健体的作用, 并且可以极大地提高女生的艺术品位和审美情趣, 还可以锻炼女生的坚强意志, 改善性格缺陷。论文从对民族院校体育舞蹈社团的女大学生的现状运用文献资料法、问卷调查法、以及数理分析法进行分析。

关键词

女大学生; 体育舞蹈社团; 民族院校

1 选题依据

体育舞蹈属于一项拥有较高欣赏性的体育文化活动, 20 世纪 80 年代, 正式由其他国家传播到中国。众所周知体育舞蹈在舞蹈的种类里属于较难入门的一种舞蹈, 这对学习者身体平衡性以及协调性的要求较高。女大学生随着年龄的增长, 体形和身体的代谢功能都日趋完善, 生理和心理也在向成熟发展。然而在生理方面女大学生的平衡能力、协调能力和韧带能力已趋向固定以及新陈代谢变得缓慢。在心理发展方面, 女大学生仍处于不稳定不成熟的时期,

导致她们情感含蓄、敏感、自尊心强等。而体育舞蹈, 类型丰富, 风格新颖, 具有促进人们对美的认知, 美化人们的思想, 可以使我们的形态、气质、更加优美。体育舞蹈不但能够增强人们的身心健康, 还能提高身体素质。

在民族院校中最大的特点就是来自全国各地各个民族, 可以感受各个不同的文化。且在民族院校中, 当前大部分参与体育舞蹈社团的女大学生有功底, 平衡能力和协调能力也有。对学习体育舞蹈就会比没有舞蹈基础的女生少有些挫败感。女大学生通过体育舞蹈的练习, 可以促进骨骼、肌肉、神经系统管理等方面的正常生长发育和机能的发展, 并且助于养成正确的身体姿态, 塑造健美形体, 提高柔软、协调、力量等身体素质、对改善练习者的生理和心理健康水平有着良好的效果, 因此受到好多女生的广泛追捧,

【作者简介】何芯如(1997—), 女, 中国广东湛江人, 硕士, 从事体育教育研究。

【通讯作者】张艺宁, 女, 硕士, 从事体育教育研究。

2 研究对象与方法

2.1 研究对象

随机抽取中央民族大学体育舞蹈社团的 100 名女生

2.2 研究方法

2.2.1 文献资料法

通过查阅中国知网、维普网和万方数据库等电子文献资源,查阅中央民族大学图书馆资料,就相关内容进行分析、研究和总结。为调研民族院校参加体育舞蹈社团女生现状分析提供了理论依据^[1]。

2.2.2 问卷调查法

为了能较充分的了解民族院校参与体育舞蹈社团女大学生现状,抽取了中央民族大学在校体育舞蹈社团的 100 名女大学生进行问卷调查。调查者直接用微信小程序问卷星进行发放 100 份问卷。此次调查共发放问卷 100 份,共回收问卷 98 份。回收率为 98%,有效率为 95% 被调查者的问卷都是通过真实情况以不记名的方式由个人独立完成。具体见表 1。

表 1 民族院校参与体育舞蹈社团女生调查问卷统计表

	发放数量	回收数量	有效问卷	回收率	有效率
学生	100	98	95	98%	95%

2.2.3 数理统计法

在把调查得到的数据进行整理之后,再使用逻辑分析法对数据进行归纳分析,进行严密的逻辑解读,进而得出论文的结论。运用数理统计法在所调查的问卷中的相关数据进行统计^[2],运用 excel 以及 SPSS13.0 社会统计软件对全部问卷的调查数据进行录入和分析,得出民族院校参与体育舞蹈社团女生的现状的相关情况。

3 研究结果与分析

3.1 民族院校参与体育舞蹈社团女大学生年级分布情况

关于民族院校参与体育舞蹈社团女大学生年级分布情况统计见表 2、图 1。

表 2 民族院校参与体育舞蹈社团女大学生年级分布情况统计表

年级	大一	大二	大三	大四	研究生
人数	29	53	8	5	0
百分比	30.5%	55.7%	8.4%	5.2%	0%

由上述表格 2 中的数据表明参加体育舞蹈社团的女生大部分分布在大一和大二的时候,分别占了 30.5% 和 55.7%。在大一这个阶段大部分都是新生,刚进新校园,对校园内比较新颖的社团都比较感兴趣抱着尝试的心态报名,且女大学生想通过进行体育舞蹈的练习进行减脂和塑性。大二这个阶段的女生经历过大一各种社团的尝试最后找到自己的最感兴趣的体育舞蹈社团,希望通过在体育舞蹈社团的学习能够增加自己的运动技能,提升自己的气质以及建立更好的人际交往能力^[3]。

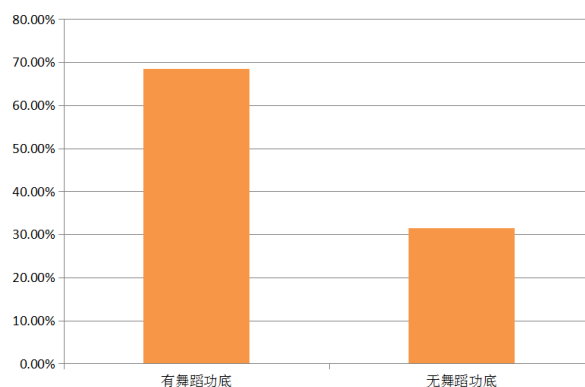


图 1 民族院校体育舞蹈社团女大学生舞蹈功底情况统计图

由图 1 的民族院校体育舞蹈社团女大学生舞蹈功底统计图中呈现出有舞蹈功底的女大学生占 68.5% 相对与无舞蹈功底的女生要多,这是与民族院校的特点相关,由于民族院校的女大学生普遍都是来自舞蹈学院的,都些许舞蹈的功底,平衡能力和协调能力都具备,所以学起较难入门的体育舞蹈会比没有舞蹈功底的其他专业的女大学生更加容易接受。

3.2 民族院校女大学生对体育舞蹈认知度情况

由图 2 民族院校女生对体育舞蹈了解程度所呈现的数据显示一开始对体育舞蹈都是一般了解的女生占 55.7%,其次就是非常了解的女生占了 30.5%。几乎不知道和不太了解占 5.20% 和 8.40%。这表明民族院校大部分女生都是比较了解自己的专项,对体育舞蹈只是通过手机看过一些舞蹈视频或者只是听说过而已。虽然社团女生对体育舞蹈有一定的认知度但认知度不高,这表明学校的宣传力度不够,在宣传方面应多加强,在网络时代下,科技发达,应多通过互联网的形式宣传^[4]。

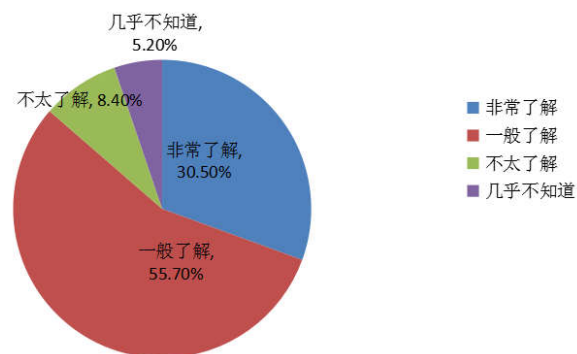


图 2 民族院校女生对体育舞蹈的了解程度图

3.3 民族院校女大学生参与体育舞蹈社团的动机

通过图 3 的民族院校参与体育舞蹈社团女生成员动机统计图可以看出参加体育舞蹈社团的女生占百分比比较多的是提高人际交往能力和平衡能力,分别占了 36.8% 和 29.4%。体育舞蹈最早起源于欧洲,所包含的内容多是一些交际性比较强的舞蹈,相对于民族学院其他舞种的学习例如在中国舞,古典舞等等当中体育舞蹈是必须双人配合的舞

蹈,而其他舞种是单人也能完成的舞蹈,所以在女大学生参加体育舞蹈社团的过程中不但提高了人际交往能力还能让女大学生们学习到一些可以在正式且大型的场合展示自己修养和魅力的技能。这对于提高女大学生的社交能力有非常大的作用^[5]。

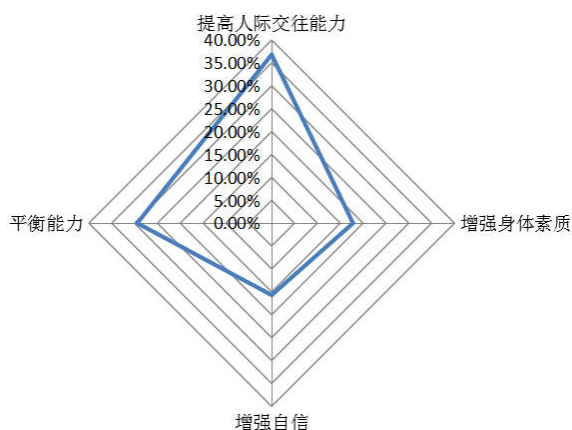


图3 民族院校参与体育舞蹈社团女大学生成员动机统计图

4 结论与建议

4.1 结论

第一,善于利用民族院校的优点,积极发挥民族院校参加体育舞蹈的女大学生有功底的优势,制定更加专业的教课内容让民族学院的体育舞蹈社团的女孩子能够走在高校前。

第二,通过调查表明民族院校参与体育社团的女大学生无论是在身体素质还是心理素质上都有质的飞跃,且在其他方面例如人际交往能力也得到了很大的提升。

第三,民族院校在宣传体育舞蹈社团时应广泛运用新媒体构建良好的体育舞蹈传播环境。通过新媒体,向学生们更深度地推广了体育舞蹈。吸引更多的男生参与其中。利用“官微”或者公众微信号,各类信息平台通力合作、积极主动、认真、准确、及时地传播体育舞蹈信息。

4.2 建议

第一,学校应多组织体育舞蹈比赛,激发运动兴趣、强化运动技能、养成运动习惯。优秀的学生选拔进入体育代表队,促进女大学生的体育舞蹈技术的提高和体质健康的持续发展。

第二,学校应加大对体育舞蹈社团的投入需要通过教学系统与辅助系统的相互作用来实现的。需要为现有的体育舞蹈社团创造条件,提高对体育舞蹈社团的重视度。加大对体育舞蹈的宣传,吸引更多的男同学参加完善课堂,同时也需要改善教学设施,增加教学队伍人数,逐步改善教学条件。

第三,体育舞蹈项目是一个循序渐进,需要长期练习的过程,所以女生对自己学习体育舞蹈后的效果认知是非常重要的,首先我们需要建立起自信心,不要气馁迎难而上。

参考文献

- [1] 许德凯,陈灿,胡悦.民族院校大学生参加体育舞蹈社团现状的调查研究[J].运动,2015(17):54-55.
- [2] 刘斌.高职院校体育社团的分析与发展对策[J].当代体育科技,2018,8(1):123-124.
- [3] 李含.鄂尔多斯市高校体育社团现状及对策研究[J].当代体育科技,2020,10(32):154-155+159.
- [4] 李龙梅.浅谈体育舞蹈的功能[J].山西大学体育学院学报,2011,26(S1):24-27.
- [5] 朱德明.浅谈体育舞蹈的价值[J].今日科苑,2009(16):158-160.