

高校舞蹈课程改革与学生体质健康促进研究

□赵安安 李长步 张丹颖

健康中国战略旨在全面提升全民健康水平。高校作为人才培养的主阵地,学生体质健康促进成为关键环节。舞蹈课程以其趣味性、全面性和文化性,在增强学生体质、培养健康生活方式方面具有独特优势。本文基于健康中国视域,探讨高校舞蹈课程改革的路径,分析其与学生体质健康促进的内在联系,并提出系统性改革建议,以期为高校体育教育创新提供参考。

坚持健康优先,强化政策导向。健康中国战略强调“共建共享、全民健康”,将健康融入所有政策。高校教育作为国家人才培养体系的重要组成部分,必须深入贯彻落实健康中国理念,将学生体质健康促进置于突出位置。舞蹈课程作为体育与美育的结合体,不仅能提升学生的身体素质,还能陶冶情操、增强心理韧性。在健康中国视域下,高校舞蹈课程改革应坚持以政策为引领,将课程目标与国家健康战略紧密对接,确保改革方向正确、措施有力。当前,高校学生体质健康现状不容乐观,部分学生存在体能下降、肥胖率上升、心理压力过大等问题。舞蹈课程通过有氧运动、协调性训练和艺术表达,能有效

改善心肺功能,增强肌肉力量、提升身体柔韧性,同时对缓解焦虑、培养团队协作精神具有积极作用。因此,高校应将舞蹈课程改革纳入学校整体发展规划,明确其在促进学生体质健康中的核心地位。

坚持以学生为本,优化课程设置。高校舞蹈课程改革必须坚持以学生为中心,立足学生体质健康需求和兴趣爱好,优化课程内容与结构。一方面,课程设置应体现多样性,涵盖民族舞、现代舞、健身舞等不同风格,满足学生的个性化选择;另一方面,课程内容应注重科学性,结合运动生理学、健康教育等理论,设计适合大学生体质的训练模块。例如,在基础课程中增加体能训练环节,在高级课程中融入创意编舞和健康知识讲座,实现“体教融合”。此外,课程评价体系也需改革,从单一技能考核转向综合健康评价,包括体质测试、参与度、健康行为改善等多维度指标,引导学生从“被动学习”转向“主动健康管理”。

坚持科学创新,改进教学方法。舞蹈课程改革需依托科学方法,创新教学模式,提升教学实效。传统舞蹈教学往往侧

重于技巧传授,忽视健康促进功能。在健康中国背景下,应引入“健康导向型”教学法,将舞蹈与健康知识、运动防护、营养指导等内容有机结合。利用现代信息技术,如虚拟现实(VR)和智能穿戴设备,模拟舞蹈场景、监测运动数据,帮助学生科学调整训练强度,预防运动损伤。同时,推行“小班化”“分层式”教学,因材施教,确保每名學生都能在安全、有效的环境中提升体质。

坚持全面发展,完善资源保障。高校舞蹈课程改革是一项系统工程,需统筹资源、完善保障。首先,加强师资队伍建设,培养既懂舞蹈艺术又通健康科学的复合型教师,鼓励教师参与健康教育培训,提升专业素养。其次,改善硬件设施,建设多功能舞蹈教室、配备健康监测设备,为学生提供优质训练环境。此外,高校应加强校企合作、校地联动,引入社会资源支持课程改革。例如,与医疗机构、体育协会合作开展健康舞蹈项目,扩大课程影响力。通过资源整合,形成“课程—实践—服务”一体化模式,真正将舞蹈课程打造为学生体质健康促进的平台。

坚持协同推进,形成育人合力。学生体质健康促进非一己之力可成,需多方协同、共同推进。高校舞蹈课程改革应融入学校“三全育人”体系,与体育、医学、心理等学科交叉融合,形成多学科支撑的课程群。同时,加强校园健康文化建设,通过舞蹈展演、健康讲座、社团活动等形式,营造“人人参与、人人健康”的校园氛围。在管理层面上,高校应明确各部门职责,建立“学校—学院—班级”三级联动机制,确保课程改革落地见效。更重要的是,发挥学生主体作用,鼓励学生自主设计健康舞蹈活动,培养其终身锻炼习惯和健康生活方式。

健康中国战略为高校舞蹈课程改革提供了历史性机遇。通过坚持以学生为中心、科学创新、资源保障和协同推进,舞蹈课程不仅能成为提升学生体质健康的有效载体,还能助力培养德智体美劳全面发展的新时代人才。未来,高校应进一步深化课程改革,加强实证研究,探索舞蹈与健康促进的深度融合路径,为健康中国建设贡献教育力量。

(作者单位:广西幼儿师范高等专科学校)

法局签订合作备忘录,通过司法建议“把脉”行政执法痛点,相关案例获最高院表彰及媒体报道。哈铁法院将继续深化党建与业务融合,不断优化司法服务,为法治龙江、平安龙江建设助力。

(李若含)

开通涉企案件审判“绿色通道”,实行“优先接待、优先立案、优先办理”,配套推行繁简分流机制;立案阶段提前联动审判部门梳理财产信息,执行阶段强化与金融、不动产等部门协作,大幅缩短财产查控处置周期,当前涉企案件办案时间同比压缩18%,实现“权益保障”与“助企减负”双向共赢。

(梁国政)

下一步,新林区法院将以此次活动为契机,深化法治宣传教育,创新普法形式、丰富内容,推动普法与司法实践融合,打通司法服务“最后一公里”,用群众喜闻乐见的方式传递司法温度。

(于森)

情绪,引导互谅互让。最终双方达成和解,申请人撤回申诉。此举通过“职能延伸+联动协作”,避免了程序空转,减轻了群众诉累,以司法实践生动弘扬了“和谐”“诚信”的社会主义核心价值观。

(解居一)

案双备份,配备智能门锁,实现实体与电子档案同步防护。该院将持续推动档案数据与审判管理系统深度融合,推进档案工作从“保管利用”向“智慧服务”全面转型。

(吴双)

下一步,甘南县人民法院将与辖区行政机关建立“季度会商+案例通报”机制,通过联合培训、典型案例研讨等方式,推动行政机关提升执法规范化水平,共同构建“行政机关依法行政、法院依法审查、当事人权益保障”的良性互动格局,为法治政府建设提供有力保障。

(唐昭品)

今年该院组建帮扶对子39对,通过多元培训、研讨与实操,助力青年干警从“司法新人”向“业务能手”迈进,其中,11名青年干警已成功考取法律职业资格证书,他们不仅快速掌握核心业务技能,更养成良好作风与职业意识,有效破解成长瓶颈,为法院队伍高质量发展注入强劲动能。

(吕惠中)

幅提升,真正打通司法为民“最后一公里”。

此次活动增进了政协委员对法院工作的了解与监督,下一步,富裕县人民法院将继续加强与社会各界常态化沟通,让法院工作更贴近社情民意。

(张小平)

学前教育协同创新经验交流会举行

近日,由哈尔滨市教研院主办、哈尔滨市直机关幼儿教育发展中心承办、哈尔滨市人民政府机关第一幼儿园协办的哈尔滨市学前教育协同创新联盟经验交流会暨黑龙江省规划重点课题开题论证会顺利举行。

会上发布了《幼儿园幼小科学衔接活动资源》及省规划重点课题《高质量视域下学前教育协同创新

联盟创建的实践研究》开题论证。围绕传统文化专题研究,市直幼教发展中心作了题为《以文化为魂育童心 以联盟为翼促发展》经验交流,并展示联盟成效。东北师范大学王小英教授进行专题讲座。

此次活动充分发挥创新联盟的资源共享与引领示范作用,凝聚领域发展共识,引领区域学前教育持续高质量发展。

(李秀玲)

党群服务中心“升级”更“升温”

“以前找工作得跑老远,现在下楼就能对接岗位;想在家干点零活挣钱,社区手把手教……”在齐齐哈尔市铁锋区南浦街道党群服务中心,刚通过“就业直通车”找到家政工作的居民王大姐笑着说。近期,该街道完成党群服务中心升级改造,将服务功能从“集中办公”转向“精准惠民”,把民生实事办进百姓心坎。

聚焦“一社双创”,开设“微创课堂”。他们联合爱心企业、非遗传承人等推出葫芦烙刻、手工编织等6类低门槛项目,提供免费培训和资源对接,帮助23名居民开启“家门口生

意”,月均增收1500元以上。

为辖区老年人打造“银发工作室”,既设适老化改造咨询、助老服务等功能区,又组建“银龄互助队”。链接康养、法律资源开展防诈讲座、健康义诊,让“养老”变“享老”。“在这能下棋、学画画,还能免费理发,比家里热闹!”72岁的张大爷不停点赞。

“升级的是阵地,不变的是初心。”街道党工委书记毕东西表示,街道将持续以党群服务中心为支点,把服务做到群众“需求清单”上。

(张婷婷)

抢前秋摆盘节约成本百万元

“我响应农场号召,前几天就把明年的水稻秧盘摆完了,这样做的好处是除了减少劳动环节,还能比春摆盘节约人工费。”近日,红旗岭农场第二管理区种植户王玉江喜悦地说。

农场在今年秋收结束后,鼓励种植户充分利用秋收结束、封冻之前,雇佣人工费用相对春天备耕生产时低的时机进行秋摆盘。农场农业部门技术人员表示,相比春季备耕时摆

盘,秋季的苗床面干燥,好平床,干活省时省力,再加上秋做床能使土壤得到充分熟化,减少病虫害,增加土壤养分释放,冬雪还保持了土壤的湿度,有利于育好苗、育壮苗。

据了解,今年红旗岭农场集中育苗基地的水稻育秧大棚秋摆盘采用率达到了70%,种植户节约生产成本100万元以上。

(王卉)

合伙人机制激活城乡闲置资源

今年以来,鸡西市城子河区城西街道持续深化能力作风建设,将提升社区治理能力和促进社会发展作为着力点,深入开展“我为发展献一策”交流研讨,创新构建“社区合伙人”机制,激活城乡闲置资源,推动治理能

力再升级,服务质效再提升。通过与邻近村联合共治,将城西社区新城委与新城村交界地带的闲置土地进行集中清理,平整腾空土地18000余平方米,实施城乡接合部环境整治和建设特色农产品“共享菜园”项目,建成3栋“共享菜园”大

棚。该项目既满足了社区居民认领种植、休闲采摘的需求,又实现村集体增收,有效化解了社区闲置土地管理难和垃圾堆放风险,为7名居民提供了长期就业岗位,为30名居民提供了临时就业岗位。

“城镇出地、农村经营、农民获利、居民就业”的双向联动模式,打破了城乡资源流动的壁垒,既盘活了城镇闲置土地资源,又缓解了城镇居民就业压力,丰富了城市“菜篮子”供应,实现了城乡合作共赢。

(毕柏宁)

高效巡回审判加速定分止争

近日,友谊县人民法院庆丰人民法庭在程某家中,就着一张圆桌、四把椅子、一台电脑,审理了程某与保险公司机动车交通事故责任纠纷一案。

据悉,原告因事故受伤,行动不便,无法前往法庭参加诉讼,为减少当事人诉累,承办法官带队上门,在当事人家中搭建调解平台。法官耐心听取双方诉求,结合事故认定与

相关法律规定,从法理、情理双方面释法析理,引导双方换位思考。

最终,在法官的专业调解下,双方当场达成和解协议,被告一次性支付赔偿款,纠纷圆满化解。此次巡回审判不仅高效解决了矛盾,更让群众感受到法治温度,切实打通了法治服务“最后一公里”,让“案结事了、政通人和”扎扎实实写在人民群众的心中。

(武孟杨)

巧妙执行善意文明促进双赢

日前,某建筑公司与某置业公司向密山市人民法院提起诉讼,经审理,判决某置业公司给付工程款一万余元及相应利息。期满,置业公司未履行给付义务,建筑公司申请强制执行。执行法官将置业公司承建的40套商品房进行查封。

法官考虑到司法拍卖可能会导致房屋价值降低,影响整个楼盘的销售,也会使申请人权益兑现受到影

响。秉持“善意文明”的执行理念,法官通过“活封”方式查封房屋能够最大限度保障双方当时权益不受损害,由某置业公司在不低于市场价格的前提下售卖被查封的40套房屋,售卖所得款项打入指定银行账户后,法院负责对售出房屋解除查封。双方当事人听后,均表示认可并达成执行和解协议,案件顺利执结。

(夏新瑞)

环评公示

▲我公司固体废物填埋场建设项目开展环境影响评价工作,向公众征求意见,详见

http://mdjrd.com/show.asp?id=310。联系人:张经理,18145316333。

牡丹江佳博道路货物运输有限公司

▲明水县2025年高标准农田建设项目开展环境影响评价工作,向公众征求意见,详见

http://suo.im/6MQ11。联系人:张晓清,18304583666。

明水县农业开发服务中心

公筷公勺 健康分餐

文明餐桌

