

广场舞运动发展现状及对策分析研究

刘志政

(江西应用科技学院,江西 南昌 330000)

摘要:目的:通过对广场舞参与者基本情况的调查、广场舞运动的场地情况、广场舞的组织类型、广场舞活动点指导人员情况、广场舞活动经费保障情况,进一步了解广场舞运动的开展现状。方法:采用文献资料法、问卷调查法、访谈法。结果:在广场舞运动中以60岁以上女性退休人员为主,频率为每周七次每次1-2个小时为主,大部分广场舞运动为自发组织类型。结论:广场舞运动是一项很好的健身锻炼项目,但由于受到场地条件和人员的制约,广场舞运动不能很好的开展,政府应加大扶持力度,为广场舞运动的可持续发展和推进全民健身的计划提供理论依据。

关键词:广场舞;开展现状;分析研究

[DOI]10.12231/j.issn.1000-8772.2021.14.266

党的十八大中也提出了加强民生建设,丰富我国的娱乐文化,提高人民的健康水平。广场舞运动以其节奏鲜明,动作简单,活力十足的特点越来越多的受到了人们的喜爱,广场舞运动掀起了全民运动的热潮。广场舞运动是一种有氧运动,运动强度不大,比较适合中老年人的健身,在跳广场舞的过程中结交朋友,展示自己的个性,使他们的生活更加富有情趣。广场舞已经成为了展示群众体育文化的城市景观。研究体育运动的开展状况并结合国内外群众体育的发展趋势与特点提出相应建议。

1 广场舞运动现状分析

1.1 广场舞运动参与者基本情况调查

广场舞运动参与者性别比例相差极大,广场舞参与者大多数以女性为主。分析调查其原因,一方面原因是受传统文化的影响,男性不愿意在公共场所表现自己,另一方面男性体育锻炼大多选择室内的健身中心。从年龄特征来看,参与广场舞运动的市民年龄跨度较大,有年轻人,也有老年人。其中年龄在40-50岁,51-60岁,60岁以上三个年龄阶段的参与者所占比例最大,占90.18%。从广场舞参与者的职业较杂有企事业单位工作人员,有自主经商的,退休老人,无职业等。通过访问调查,参与广场舞运动的企事业单位工作人员,占28.32%,退休老人参与广场舞运动的人数最多,占39.51%。其他身份的广场舞参与者进行锻炼的人数只占32.15%。从广场舞运动参与的时间来看,绝大多数的人数参与广场舞运动时间在1-2小时甚至更长时间,由于广场舞运动是一项有氧运动,动作简单且节奏缓慢,对于提高人们的心肺功能和身体机能有良好的帮助,而且从人体生理学角度来看,在进行有氧运动持续时间在1-2小时为宜。

1.2 广场舞运动的场地情况

活动场地是开展广场舞运动的基础,自全民健身运动开展以来,按照国家《全民健身纲要》的指导意义,扩大了广场舞活动场地,开放和新建了一些广场公园供人民群众休闲。由于广场舞运动不受场地的限制,场地可大可小,所以人们只要有空旷的场地就可以进行活动,通过调查,大多数人喜欢在公园或者广场上跳广场舞。

1.3 广场舞运动的组织类型

共有四种舞蹈组织类型:一是由体育局组织的舞蹈类型,培养人民群众的健身意识;二是由妇联组织的舞蹈类型,主要目的是为了进一步丰富妇女文化生活,增强妇女的自信心,提示妇女的综合素质;三是由社区居民自发组织的舞蹈类型,主要目的是锻炼身体,愉悦身心,结交朋友;四是由社团组织的舞蹈类型,主要目的增加文化交流。

1.4 广场舞运动参与方式与指导人员情况

通过调查访问,广场舞运动点的专业指导人员是相当缺乏的,而无专业广场舞老师指导是关系到广场舞运动可持续发展的基础。通过走访调查,参加过专业广场舞老师培训的只有其个别,其余广场舞参与者是直接站在广场舞人群中跟着同伴或者领舞跳的。

1.5 活动经费情况

目前广场舞运动的经费主要来源有政府拨款、企业资助、个人自筹等几种方式,通过调查访问,他们把经费主要花销在以下几方面,一是购买服装、音响、光碟、电费以及跳舞所需的器械,二是聘请专业的舞蹈老师来指导培训所花费的费用,三是逢年过节组织关于广场舞文化的活动比赛所花费的费用。

2 结果

2.1 通过调查分析,广场舞运动参与者女性多于男性,且以老年人为主,中老年人通过广场舞运动既锻炼了身体,也扩大了交友圈。广场舞参与者的职业也涉及范围较广,有企事业单位工作人员,有自主经商的,退休老人,无职业等。

2.2 参与广场舞运动的时间主要在早上6:00-8:00和晚上19:00-22:00。由于缺乏公共的健身场所,居民寻求更多的健身空间进行锻炼时,大多数广场舞参与者选择在小区广场上或者空旷的地方进行运动。

2.3 由于广场舞的运动强度不大,以有氧运动为主,且动作结构简单,所以参与广场舞运动的群众基数大,具有较好的发展潜力,但由于组织管理混乱,导致其发展无序、散乱。

2.4 大多数广场舞群体没有专业的舞蹈指导人员指导,大部分人是直接站在广场舞人群中跟着领舞或者同伴跳的,只有极少数人通过专业的舞蹈老师指导学习或者通过网上的广场舞视频自学学习。

3 建议与对策

3.1 政府要高度重视广场舞运动的开展,要进一步落实国家体育文化的相关文件精神,充分利用网络媒体、广播、报纸、微信等平台进行宣传。

3.2 加快指导人员的培训与引进,根据广场舞参与者的实际情况,地方政府要拓宽广场舞指导人员的培养渠道,聘请专业的舞蹈老师对广场舞领舞人员进行指导和培训,使广场舞运动具有较强的观赏性和竞技性。

3.3 加强安全防范意识。尽量避免在场地湿滑的地方进行运动,防止在运动时滑倒摔伤,再者,每个广场舞运动地点预备急救药箱,以防在受伤时进行急救措施。

参考文献

- [1]周丽云.福州市城区广场舞发展现状调查与对策研究[J].福建体育科技,2014(3):19-21.
- [2]习正梅.浅析广场舞的现状与发展[J].大众文艺,2015(4):178-179.
- [3]倪晓鸣.广场舞噪音扰民多视角分析[J].体育文化导刊,2015(2):13-16.
- [4]张晓莉.广场舞锻炼与中老年妇女幸福感相关研究[J].广州体育学院学报,2014(6):35-39.
- [5]杨晓晓.聊城市广场舞参与者现状及发展对策研究[J].当代体育科技,2014(10):169-170.

作者简介:刘志政(1994,11-),男,籍贯:山东滕州,职称:助教,研究方向:运动康复。