

男子形体课开进中学课堂 PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

https://www.100test.com/kao_ti2020/282/2021_2022__E7_94_B7_E5_AD_90_E5_BD_A2_E4_c123_282769.htm 拉丁舞、交谊舞引入体育课堂。“胯要扭起来，收腹挺胸，一、二、三、四……”昨天（12日），在北京市101中学高二年级的形体课上，30名男生随着老师喊出的节奏学习拉丁舞基本舞步。作为北京市唯一一所开设男子形体课的中学，101中学从本学期起正式将拉丁舞、交谊舞引入体育课堂。在课堂上学习拉丁舞对大多数学生来说都是头一回，学生们不是脚步跟不上节奏，就是手和脚配合不协调，一个动作还没反应过来老师就已经做到下一个动作了。尽管大家的动作都有些滑稽可笑，却没有一个人因此觉得不好意思而放弃学习，只要音乐响起，大家就认真地跟着老师一起练起来。“我很喜欢上形体课，我妈说我变得更精神了，不驼背了，也没有罗圈腿了。”高二（2）班的男生鲁骏说，高中的学习很紧张，上形体课后出一身汗有利于缓解疲劳。尤其是通过老师的讲授，大家开始注意起自己的形体，走路时也不含胸、驼背了。由于高中的形体课是男女生分开上，男生学跳舞的情形也吸引了同校女生的好奇，上课时经常能看到教室外有女生在偷看。高二（3）班的女生闫瑾说，通过男子形体课能发现班里有表演天赋的男生。教拉丁舞的马杰老师介绍，女生的形体课侧重柔美，安排了民间舞、瑜珈、普拉提等舒缓的项目。男生的训练侧重力度和外在表现，开设了街舞、搏击操、健美操等课程。马老师认为，开设拉丁舞和交谊舞对男生来说比较实用，通过舞蹈的锻炼，有助于锻炼男生的身体协调力，增强他们

的自信。形体课每周上一次，各种项目内容老师将轮流教授。“刚开始学生们都不好意思，该扭的时候不扭，动作也放不开。”马老师说，在开设形体课前学校曾做过一次调查，愿意上形体课的男生不足10%。为了逃避形体课，男生们曾用肚子疼、脚扭伤为借口请假，但这些伎俩都没有得逞，在马老师的坚持下，任何“身体不适”的男生都必须正常出勤，腿疼的就做手的动作，不能动的就在旁边看。几次下来，请假的男生越来越少，大家对形体课渐渐有了兴趣，半数男生都表示愿意上形体课. 100Test 下载频道开通，各类考试题目直接下载。详细请访问 www.100test.com