

# 体艺融合背景下形体训练教学优化路径研究——以四川传媒学院播音主持专业为例

李昱

四川传媒学院 有声语言艺术学院, 四川成都, 611745;

**摘要:** 2019年发布的《中国教育现代化2035》明确提出了“五育融合”的教育发展目标,这一新的育人理念也为体艺融合提供了新动力。近年来,体艺融合在教育领域的应用上涌现出了许多新的教学方法与手段,但实践对象多偏向体育或舞蹈专业学生。而播音主持专业作为培养未来传媒人才的重要一环,其特殊的培养目标及教学对象,使得形体训练课程的开设也显得尤为重要。因此,在播音主持专业形体训练课中探究及实践体艺融合的教学形式和训练方法是非常有意义的。四川传媒学院一直致力于为传媒行业输送优秀的主播人才。因此,本文以四川传媒学院播音主持专业形体训练课程为研究对象,运用文献资料法、专家访谈法、问卷调查法、逻辑分析法等研究方法,对其课程设置、教学内容、教学方法、学生反馈等现状进行分析。指出当前课程在体艺融合深度、教学资源整合、评价体系完善等方面存在的不足,进而提出体艺混合式教学的课程优化方法:运用体育训练方法强化学生核心力量,进而提升学生语音发声的稳定性;借鉴舞蹈手眼组合的训练方式强化上镜状态,进而提升学生运用肢体语言强化表达的能力。通过构建更加科学合理的课程体系,创新教学方法,同时建立健全的反馈与评估机制,实现播音主持专业学生身体素质、艺术素养及专业能力的全面提升。

**关键词:** 体艺融合; 播音主持专业; 形体训练课程; 混合式教学

**DOI:** 10.64216/3080-1516.25.09.004

## 1 前言

### 1.1 选题依据

《中国教育现代化2035》<sup>[1]</sup>是我国首个以教育现代化为核心纲领性文件,其指导思想鲜明地强调需“紧密围绕‘五位一体’总体布局”,从战略高度明确了面向2035年的教育发展方向,即“五育融合”与“立德树人”的并重。在“五育融合”的框架下,我们不仅要深化“德智体美劳”各领域的内容发展,更要促进五育间的深度交融与相互渗透。其中,体艺融合蕴含着深刻的逻辑机理,它遵循五育并举与身心和谐共生的教育理念。

当前,体艺融合在教育领域展现出多元化与创新的蓬勃发展态势,并在教学实践中催生了一系列新颖的教学方法和手段。然而,在审视高校体艺融合研究现状时,我们不难发现其多聚焦于体育或舞蹈等特定专业,研究对象往往已具备相关领域的专长,从而在融合教育中占据一定优势。相比之下,同样会进行形体训练的播音主持专业的学生则面临不同的挑战,他们在体艺融合教育领域的研究中展现出独特的复杂性和多样性。以其为研究对象,可以拓展体艺融合研究新思路以及实践新途径。

从课程设置的角度来看,各大传媒院校普遍将形体训练纳入课程体系,作为播音主持等专业的辅助教学手段。这些课程旨在塑造学生的专业形象、提升气质与舞台表现力,同时强化信息传递的效果,促进师生间的良

好互动,最终实现学生综合素质的全面发展。因此,探索播音主持专业形体训练课程中体艺融合的教学模式与训练方法,不仅具有创新意义,也是提升该专业学生身体素质、艺术修养及专业能力的关键途径。更是完善传媒院校播音主持专业建设,促进复合应用型人才培养的现实需要。

### 1.2 研究目的和意义

从已有的研究来看,专门针对播音主持专业形体训练课程的理论研究相对匮乏,使得传媒院校在设置相关课程时缺乏有效的参考依据。再从课程实践方面来看,传媒院校播音主持专业的形体训练课程普遍以舞蹈为主要内容,众多教师倾向于直接沿用舞蹈专业的教学与训练方法。然而,这种做法缺乏对播音主持专业及其学生特性的深入探索,进而导致教学效果存在显著偏差。鉴于上述经验不足与指导缺失的现状,传媒院校在播音主持专业开设形体训练课程时难免遭遇诸多挑战,并可能偏离正确的发展方向。这无疑也对播音主持专业人才的培养构成了一定程度的制约。

本研究立足于体艺融合发展的全新视角,聚焦于四川传媒学院播音主持专业形体训练课程的实际发展状况,综合运用文献资料法、专家访谈法及逻辑分析等多种研究方法,系统剖析了培养目标、培育规格、教学流程、课程布局、师资力量及硬件设施等多个维度的问题,

并在此基础上提炼出了一系列针对性的“体艺混合式”课程优化策略。此举不仅有助于丰富和完善体育与艺术融合发展的理论体系，为体艺融合理论的深化与发展贡献力量；同时，也为传媒院校播音主持专业形体训练课程的改革与创新提供了宝贵的理论支撑与实践指南，契合了时代发展的迫切需求，为培育符合社会期望的复合型传媒人才开辟了切实可行的实践路径。

## 2 文献综述

### 2.1 国内外体艺融合教育研究现状

通过CNKI和万方数据库，以“体育”“舞蹈”“体艺融合”等关键词交叉检索2019—2024年文献，筛选出30余篇相关研究。

在理论研究中，胡小明指出体育与艺术同根同源，通过美育融合发展。祝雅雯梳理了从2004年“体育、艺术2+1项目”到2019年政策，为体艺融合提供契机。朱诗宇探讨了历史脉络、逻辑机理，构建了运行体系和实现路径。

在实践研究中，主要分两类。一类在花样滑冰、艺术体操等项目中，体艺融合提供新思路和创新方法，邱洋子等强调需呈现协同效应。另一类在教育教学中，袁苑强调课程融入体育文化，提升教师意识；董虹池在舞蹈创作中实践体艺融合。

体艺融合在体育类院校艺术专业中尝试，邹雨晨指出需加强教师培训。艺术类院校的形体课程可借鉴体艺融合理论。

### 2.2 播音主持专业形体训练的相关研究

通过对CNKI、万方数据库2019—2024年间以“播音”“主持”“形体训练”为关键词的文献检索，筛选出18余篇相关研究。张宇娇<sup>[9]</sup>比较戏剧影视表演、播音主持等专业的形体课程，指出其对提升专业素养、塑造职业形象及增强职业竞争力的重要性。李晓梅<sup>[10]</sup>与许璐<sup>[11]</sup>指出当前课程存在两大问题：一是教学内容以芭蕾基础训练为主，教材与设计偏向舞蹈专业，难度过高；二是缺乏符合播音主持专业特性的专用教材，学生反映课程对专业提升帮助有限。因此，该课程需结合语言与美学特征，把握主持人形体特点。杨宏<sup>[12]</sup>与许璐<sup>[13]</sup>提出课程应包含目光语运用、肢体协调、躯干语言、礼仪仪态及情景模拟练习。

综上，部分体育类院校在播音主持形体课程中尝试体艺融合成效显著，而艺术类院校相关研究路径较单一。能否借鉴体艺融合理论与方法提升教学质量，是值得深入探讨的课题。

## 3 体艺融合背景下课程优化策略

### 3.1 优化原则与目标

结合播音主持专业的独特特点，致力于强化体育与艺术的深度融合，全面提升学生的身体素质、艺术素养以及专业能力。通过系统的训练和多样化的课程设置，学校不仅注重学生在体育方面的体能锻炼，还强调他们在艺术领域的审美培养和创作能力。通过这种全方位的教育模式，学生能够在身体素质、艺术修养和专业技能上得到均衡发展，从而在未来的播音主持行业中展现出出色的表现。

### 3.2 课程内容优化

首先，教师要及时更新教学内容。在播音主持专业尤其是在新闻方向非常讲究时效性，因此老师也需要具备对社会热点的敏感度。比如更新流行音乐作为练习曲目，让学生在进行比较枯燥的姿态练习还可以欣赏音乐、在进行身体素质练习时在强烈节奏感的带动下更有动力。同时还可利用网络流行的手势舞，通过改编后融入对学生手眼练习中。使学生掌握一些手势语言的规范要求，能在语言表达时进行合理地搭配并且注意其中约定俗成的定义。

其次，教师要充分利用多媒体设备，增加艺术元素融入，丰富课程内涵，使学生在学习过程中能够更好地理解和掌握知识。例如，在课堂上，教师可以组织学生观看并分析优秀的播音主持出镜案例，让学生能更好地了解形体训练课程所学内容如何运用到专业实践当中，以及运用不善对出镜形象及节目效果的影响。同时，学会利用科技手段在线上也提供一些教学视频，从而提高与学生的互动性。在课前通过观看视频激发学生学习兴趣，在课后通过视频又可进行自我复习。同时还可在线上提供欣赏视频，启发学生对自我肢体进行更进一步的探索和尝试，体会到发散性思维给身体带来的极大能量，增强学生对语义性动作的辨识度、鉴赏力，陶冶学生的情操，培养人文精神。

此外，有条件的学校还可以增加学生外出实践学习内容，如参观电视台、活动现场或其他高校同专业课程等，让学生亲身感受和体验不同的学习环境和氛围，从而拓宽视野，提高综合素质。通过优化学习内容，不仅能够丰富学生的情感与美感体验，还可以培养学生积极乐观的生活态度，尊重艺术，理解美育内容与专业知识的深度融合，培养学生的民族自豪感，增强学生对中国文化和社会主义核心价值观的深刻认识，促进学生对中华民族传统文化的理解和推广。这些也是新时代媒体人所需要具备的素质。

### 3.3 教学模式创新

采用“体艺混合式”教学模式，这种模式结合了体育和艺术的训练手段，旨在全面提升学生的综合素质。通过引入体育身体素质训练方法，强化学生的心肺功能

及核心力量。从而达到强化胸腹联合式呼吸,有效控制气息,使语音发声更加稳定。而核心训练可以提高呼吸肌、膈肌的力量,从而提升声音的穿透能力<sup>[14]</sup>。

此外,借鉴舞蹈训练中的手眼组合将其融入教学中,以提升学生的肢体语言表达能力。这种训练其实在舞蹈编导课程中的身体训练部分已经有了很好地运用,强调身体与外部环境的动态融合,表现编创主题所蕴含的独特画面、氛围和属性,让学生感受到肢体动作可以在不同空间领域内进行不同变化,并呈现出不同效果,引导学生在肢体表现和运动的过程中跟随思维创建的画面构建情感和内容,感受到自我肢体的丰富变化和表达<sup>[15]</sup>。因此借鉴舞蹈训练中的这种形式,让播音主持专业学生也能够更好地掌握肢体动作与眼神交流的协调性,使他们在表演或日常交流中更加自信和生动。这种手眼组合的训练不仅增强了学生的身体协调性,还培养了他们的艺术感知能力和表现力。

在结合专业的前提下,通过“体艺混合式”教学模式,力求在多个维度上提升学生的综合能力。

### 3.4 加强“双师型”师资队伍建设的

师资队伍应当坚实地根植于专业基础之上,针对现有在在职的形体教师,需强化其与专业领域的融合度,深化其对学科交叉研究理论方法及其实践路径的理解与掌握。此外,对于未来新进的形体教师选拔,引进具有体艺融合背景的优秀人才或可纳入从电台或媒体行业转型而来的复合型人才,鉴于他们对行业特性的深入洞悉及丰富的实战经验,将为师资队伍注入新的活力。

同时,加强对专业教师关于基础形体训练方法的认知与掌握,旨在推动其向“双师型”教师(即既具备理论教学能力又具备实践教学能力的教师)的转变。学校应确保在播音主持专业任教的形体教师享有与体育、舞蹈专业教师同等的学习培训、职业发展及晋升机会,构建切实有效的进修平台,通过积极组织学术交流活动、加大学术进修支持力度,激励教师踊跃参与国内外学术会议,进而提升播音主持专业形体训练教师在科研领域的成果产出。

此外,制定并实施一系列旨在激励教师成长与发展的政策与机制,全面提升教师队伍的整体素质与学历水平。通过访问学习、进修深造等多种方式,拓宽教师视野,深化其专业理解,确保教师个人的成长轨迹与专业发展、学校愿景紧密相连,共同推动教育教学质量的稳步提升。

## 4 四川传媒学院播音主持专业形体训练课程现状

在引入了“体艺融合”的全新教育理念之后,四川传媒学院的播音主持专业在形体训练课程方面进行了

全面而深入的优化,呈现出蓬勃的发展态势。学生们在这一过程中不仅提升了自身的形体素质,还培养了良好的艺术感知能力和表现力,为他们未来在播音主持行业的职业生涯奠定了坚实的基础。

### 4.1 专业与课程介绍

四川传媒学院,一所致力于传媒艺术教育的高等学府,其有声语言艺术学院开设了“播音与主持艺术”专业,自2001年起招收本科生。该专业于2021年荣获国家级一流本科专业建设点殊荣。在课程体系中,《形体训练》课程扮演着关键角色,被认为是培养学生专业素养和综合能力的关键环节。学院在教学环境改善、教学器材丰富以及教师培训晋升等方面都给予了大力支持。

课程设置主要针对大二学生,上学期的《形体训练1(基础)》着重于身体协调性和基本姿态的训练;下学期的《形体训练2(综合)》则根据学生分方向后的特定需求,进行针对性的体态矫正和肢体语言训练,难度逐步提升。在专业课程的实践环节及大三学期结束时,各方向的专业汇报中,形体教师也会参与指导,帮助学生在镜头前和舞台上改善形体表现。此外,学院还提供了《趣味舞蹈》《芭蕾鉴赏》《运动排舞》《社交礼仪》等选修课程,以辅助或补充学生在形体方面的学习和多样化才艺需求。

在教学内容方面,课程涵盖了芭蕾基训、身体素质训练、韵律操、体态矫正、舞蹈小品等,内容丰富多样,不仅包括基本的身体姿态和动作规范训练,还引入了弹力带、瑜伽砖、瑜伽棍、负重沙袋等多种器械,以增强学生的身体柔韧性和协调性。课程内容紧密结合播音主持专业的特点,注重提升学生的气质、形象以及肢体语言的表达能力。通过形体训练,学生能够更好地掌握如何在镜头前展现最佳状态,从而提升主持效果。

### 4.2 师资力量与教学资源

在师资建设方面,2013—2023年学院引进10位形体教师,优化师生比例。现有教研室8位教师(1男7女),均硕士学历,专业涵盖体育教育、舞蹈表演等,体现“体艺融合”。年龄26—44岁,资深教师提供经验支持,年轻教师便于沟通。职称包括2位副教授、5位讲师和1位助教。

教学资源方面,A9教学楼设5间形体训练室(4间90m<sup>2</sup>大教室、1间60m<sup>2</sup>小教室),地面采用地胶和木地板。每间配备音响、话筒、电脑等设备,整改后教室新增多媒体和灯光,便利学习与录制。学院提供完善资源,并申请体态矫正实验室,用评测仪分析数据,优化课程体系。

### 4.3 教学方法与考评标准

学院在播音主持艺术专业的形体训练课程中,强调理论讲解与实践操作的有机结合。通过传授理论知识,学生能够掌握形体训练的基本原理和技巧;通过实践操作,学生能够在实际训练中不断巩固和提升所学内容。

在教研活动中,学院一直强调形体训练是一门交叉性很强的课程,因此教师需要对课程目标、教学内容和教学对象进行深入研究与分析。结合四川传媒学院

播音主持专业学生的具体情况,走访专业课教师、进专业课堂、进演播厅直播室,并向学生发放课程调查问卷进行调查。同时,利用教研室中教师专业多样化的优点,从磨课及教研中相互交流教学方法,并在教学实践过程中不断与学生交流,进行了多次的调整,最终确定了一套较为科学合理的教学方法(表1)。

表 1. 四川传媒学院播音与主持艺术专业形体训练课程教学法一览表

教学方法		运用
基本教学方法	讲授法	分为理论讲授与实践讲授,在理论讲授时利用 PPT 多呈现图片或视频,使讲解更加生动、易理解;在实践讲授时对复杂动作要进行手脚分解讲解,着重剖析与讲解动作的做法、运动路线、发力方式、节奏韵律等要点与要求。
	示范法	综合运用正面、背面及侧面示范,多角度展示动作。通过教师对学习内容的准确示范,学生对学习内容产生一个整体的、正确的认知。还可模仿学生的错误动作,让学生主动对比正确与错误动作示范。
	分组教学法	实行组长负责制,让学生以小组的形式开展学习,可针对某一动作或组合进行分组练习、分组观摩、分组讨论或分组互相纠错指导。
	纠错法	通过教师对学生错误动作体态的纠正与指导,尽快帮助学生形成正确的身体形态、掌握正确的动作要领。
辅助教学方法	编创实践法	让学生运用所学内容编创队形及造型,锻炼学生对课堂学习内容的灵活运用能力,培养学生的想象力、创造力、组织能力和实践能力。
	器具训练法	在力量、柔韧训练时选择弹力带、瑜伽砖、沙袋等适合器具进行练习,使学生学会正确使用这些健身器具,以及一些健身器具的平替方式,从而达到学生教学在课下也能进行训练的目的。
	情景模拟法	在学习过程中设定一定的主持情境,让学生把所学的内容实践运用上去。例如:综艺节目主持人开场秀、访谈节目坐姿、晚会主持人走位等。
	讨论法	教师与学生一起交流并讨论课堂讲授内容的心得、课上实践练习的心得、观摩作品的疑问与心得,针对分组展示观摩进行点评与讨论,培养学生主动思考的习惯与能力。

艺术类学科成绩评判一般会受到教师主观感性影响,不像理工学科可以有非常明确的数据标准。因此教研室在制定考评标准时采用百分比、多维度的综合形式,并进行换班老师交叉考试的方法力求做到成绩的公平合理。首先从整体来看学生总评成绩(100%)=平时成绩(40%)+期末成绩(60%),其中平时成绩100分=考勤成绩(20分)+作业成绩(80分)其中考勤20分:旷课一次扣4分,迟到、早退扣2分,请假扣1分,总计20分。作业80分:课堂回课三次共60分,课下打卡练习三次共20分,总计80分。期末成绩100分。学生成绩直接反映老师的教学效果,在交叉考试中可以更好观察对比。对学生普遍难以掌握的部分需要进行调整或更改内容,对于学生专业能力有显著提升的练习可以增加课时比例。

#### 4.4 学生反馈与分析

教学活动的开展必须以学生为中心,根据每个学生的具体情况和需求进行因材施教。因此,及时了解学生的反馈信息显得尤为重要。为了实现这一目标,学院会在期末考试前在教务系统开通教学评价功能。学生在系统中以打分加评语的形式,从教学规范、教学态度、教学内容、教学方法及教学效果等方面对老师及该课程进行评价。通过学生在教务系统中的评价,学院可以第一时间了解学生的需求和反馈,从而调整教学安排。从教师视角出发,老师通过收集课堂反馈表与深入剖析期末

成绩,得以更精确地洞悉学生的学习动态,进而不断改进教学方法与课程内容,旨在实现教学质量的稳步攀升。与此同时,学生亦通过评价渠道踊跃提出宝贵意见与建议,积极参与到教学优化的进程中,推动教学相长的良性循环。

## 5 结论与展望

### 5.1 研究结论

自“体艺融合”这一创新教育理念引入以来,四川传媒学院的播音主持专业在形体训练课程领域取得了丰硕的教学成果。具体而言,2022年,《形体训练》课程凭借其独特的思政教育融入,荣获省级课程思政示范课程称号。同时,由形体教研室教师团队精心编纂的《形体实训教程》在四川省优秀教材评选中脱颖而出,荣获二等奖。

此外,基于形体教研室而建立的运动排舞代表队,在学院指导老师的悉心指导下,成功为非专业学生搭建了展示舞蹈才华的广阔舞台,使他们能在各类舞蹈赛事中屡获佳绩,充分践行了学校“一专多能”的教育宗旨。

上述成果的取得,离不开师资队伍持续优化与教学条件的显著改善,以及学校和学院层面在政策与制度上的大力支持与保障。因此,在体艺融合的教育背景下,针对形体课程所提出的优化策略已被证明是切实可行且成效显著的。

## 5.2 研究局限与不足

根据上述研究所得,“体艺混合式”教学模式在辅助提升学生专业能力方面,确实具备坚实的理论基础。然而,从学生成绩的构成中不难发现,其实践效果主要聚焦于身体姿态的优化及体态语的恰当运用。反观语音发声方面,其实践成效的提升缺乏充分的数据支撑。

鉴于此,是否可以借鉴普通话测试的成熟方法,对采用“体艺混合式”教学模式进行形体训练前后的学生,进行语音发声表现的对比研究。通过收集并分析实践数据,科学验证该训练模式的有效性,并探索将这一显著变化纳入形体课程评价体系的可能性。此举不仅能够加深学生对形体训练课程对于播音主持专业辅助作用的直观感受,还有助于解决艺术类课程成绩评定过程中可能存在的感性化倾向,为教师提供更加专业、公正的评分依据。

## 5.3 未来研究方向与展望

随着教育改革的持续深化,教育领域正广泛采纳并深度融合各类科技手段以优化教学。未来,我们应当更加高效地整合学校既有资源,与专业课程体系紧密协作,特别是在已有的视频教学节目及实验实训室中,应积极引入虚拟现实技术(VR),以模拟多样化的主持场景。除了完成专业课程实践,还可以尝试让学生在高度仿真的虚拟环境中进行形体实践训练,为其预设并展现未来可能涉及的多变出镜形象,从而增强学生的适应能力与实践技能。

此外,我们还将依托学院配备的高清设备资源,结合现有的文本教材,录制一套体现“体艺融合”教育理念的形体训练视频教材。这一创新举措旨在将播音与主持艺术专业的形体训练实训教程,从传统的“图文并茂”编写模式,转型升级为“视频与文字”深度融合的呈现方式。学生仅需通过手机扫码,即可轻松访问并观看这些教学视频,极大地提升了学习的便捷性与互动性。

作为播音与主持艺术专业教学体系中不可或缺的一环,形体训练实训教程的持续优化与成熟,离不开广大学者的不懈实践与深入探索。期待通过这一系列的改革与创新,能够进一步提升教学质量,为学生的全面发展奠定坚实基础。

### 参考文献

[1]中共中央、国务院. 中国教育现代化 2035[N].《人

民日报》,2019-02-24.

[2]胡小明.论体育与艺术的关系[J].体育科学,2008(10):3-8.

[3]祝雅雯, 郅向东, 周曙.基于“体育、艺术 2+1 项目”发展路径的“体艺融合”趋势研究[J].体育视野,2022,(22):140-142.

[4]朱诗宇.体育与艺术融合发展的现实逻辑、运行体系与实现路径[J].广州体育学院学报,2023,43(03):45-54.

[5]左邱洋子,李月.体艺融合视域下黑龙江省冰雪体育文化发展的困境纾解[J].冰雪运动,2024,46(02):81-86.

[6]袁苑.体艺融合下体育类高等院校艺术学科专业课程建设的改革与探索研究——以舞蹈学科“舞蹈编导”课程的创新为例[J].当代体育科技,2024,14(23):50-53.

[7]董虹池.“体艺融合”视域下舞蹈剧目创作研究[D].上海体育学院,2021.

[8]邹雨晨.体艺融合视角下我国体育院校表演专业现状与发展路径研究[D].南京体育学院,2021.

[9]张宇娇.高校不同专业形体训练课程的特点与影响[J].时代报告(奔流),2024,(06):140-142.

[10]李晓梅.西安体育学院播音与主持艺术专业形体训练课程优化设置[J].现代交际,2019,(03):157-159.

[11]许璐.播音主持专业《形体训练》课程的教学创新[J].戏剧之家,2018,(25):168-169.

[12]杨宏.新媒体环境下主持人形体训练方法研究[J].西部广播电视,2021,42(09):160-162.

[13]许璐.形体训练在播音主持专业中的意义及展望[J].大众文艺,2017,(08):252-253.

[14]中国传媒大学播音主持艺术学院编著.播音主持语言与发声[M].北京:中国传媒大学出版社,2014:189-194.

[15]项莉.舞蹈艺术创作的多维探究[M].北京:北京体育大学出版社,2021:34-41.

[16]李鹏.播音与主持艺术专业《形体与体态语》实训教程编写的几点思考[J].艺术研究,2019,(06).

作者简介:李昱(1987-),女,汉族,湖北襄阳人,讲师,硕士,四川传媒学院,体育表演与舞蹈。