

卓越宪章

愿景与整体培养的十大支柱



卓越的传承，未来的愿景

双人体育舞蹈的现代视角

愿景

舞蹈运动组织正经历着日益深刻的变革，传统组织模式的局限性也越来越清晰地显现出来。

深厚的传统、机构认可、国际影响力和稳固的组织结构都是根本价值，但今天，单凭这些已不足以建设未来。

现代体育组织必须懂得如何沟通、吸引参与、建立忠诚、推动创新，尤其要把人们的天赋与兴趣转化为参与、成长和价值。

正是基于这一视角，**IDSF Heritage** 模式应运而生，并持续发展。

这一模式建立在一个清晰认识之上：双人体育舞蹈的传承不能仅仅被保存，还必须得到提升、研究、传递，并面向未来发展。

我们的目标，是把双人体育舞蹈伟大传统中的卓越，与现代管理、传播、科学和国际视野结合起来。

这不是在传统与创新之间二选一。

而是坚信：**传统必须成为创新的基础。**

从卓越走向社群

现代组织不能仅限于登记运动员、举办比赛和管理机构。

它必须建立一个社群。

它必须懂得倾听、沟通、吸引参与，并建立真正的归属感。

运动员、舞伴组合、专业人士、技术专家和学校，不应只是组织体系中的组成部分，而应成为一个以舞蹈文化、质量与成长为基础的国际社群的主角。

从这一角度看，我们围绕机构认可、网络覆盖、互动、忠诚度和教育转化效能五个战略维度，对国际舞蹈运动主要标杆组织进行比较分析。**IDSF Heritage** 模式获得 **7.8/10** 的综合平均分，为所有比较对象中的最高值。

然而，最值得关注的并不仅仅是最终得分。

而是各项要素的组合。

互动、忠诚度与教育转化所得的评价，清楚地指出了方向：

建立一个以人与人之间的关系作为发展动力的组织。

因为强大的社群并不仅仅源于网络的规模。

它源于组织能够建立的关系质量。

服务于艺术的管理

谈论现代管理，并不意味着把舞蹈变成一门生意。

它意味着把能够推动当代组织发展的工具运用于舞蹈：

战略、传播、教育、研究、分析、技术、品牌建设、社群关系以及规划未来的能力。

技术与管理不应取代艺术。

它们应当让艺术充分释放自身潜能。

因此，现代化并不是对传统的超越或抛弃。

而是运用新的工具，保护并发展传统所创造的最珍贵成果。

因为一项伟大的运动不能只被保存。

它还需要被理解、提升、研究并带向未来。

以运动员为中心

IDSF Heritage 愿景的核心，是一个根本信念：

一项运动最重要的传承，是那些生活其中、代表它并推动它不断发展的人。

因此，运动员不应只被视为表演者或竞赛者。

他们是不断成长的人。

他们是运动员。

他们是艺术家。

他们是舞伴组合的一员。

他们是诠释者。

他们是正在成长的专业人士。

最重要的是，他们是一段成长历程的主角。

双人体育舞蹈的卓越，并非仅仅来自天赋。

它源于成长道路的质量、知识、纪律、自我认知以及多种能力的融合。

IDSF Heritage 培养体系正是由这一理念而生。

卓越的整体培养

IDSF Heritage 提出一种整体、科学和跨学科的培养模式，对运动员进行全方位支持。

技术。

身体。

心智。

艺术。

科学。

舞伴关系。

价值观。

目标并不仅仅是训练运动员更有效地完成一个动作。

而是培养能够理解自身身体、发挥潜能、表达个性，并把技术转化为更高层次艺术表现的人。

卓越由此成为一段有结构、有意识的发展历程所取得的成果。

IDSF Heritage 整体培养十大支柱模式由这一愿景而生。

整体培养的十大支柱

1. 技术培养

追求动作的完美

技术是卓越的基础。

通过深入学习标准舞和拉丁舞，运动员能够掌握动作、身体控制、平衡、协调、姿态以及连接的基本原理。

这一培养体系旨在发展：

- 动作的准确性与效率；
- 姿态质量；

- 身体控制；
- 平衡与协调；
- 连接质量；
- 动作完成的优雅；
- 把技术转化为表达的能力。

技术并不仅仅是一项技能。

它是舞蹈艺术得以成形的语言。

2. 科学研究与创新

让知识服务于表现

伟大教师的传统与最先进的方法在这里相遇。

IDSF Heritage 把科学研究视为理解并发展现代运动员表现的根本工具。

动作生物力学

分析舞伴组合的姿态、平衡、重心转移和身体动力，以实现技术动作的最高效率。

运动表现科学

研究决定高水平表现的因素，以及技术、身体能力与艺术表达之间的关系。

神经科学与动作学习

研究与动作、感知、协调和动作记忆相关的认知过程，以优化学习过程。

技术与数据分析

运用视频分析和数字工具监测表现、发现改进空间，并建立越来越个性化的发展方案。

科学不会取代经验。

它使经验变得更加清晰和自觉。

3. 精英体能训练

塑造运动员的身体

身体是技术与艺术转化为表现的工具。

这一培养体系包括发展：

- 力量；
- 耐力；
- 灵活性；
- 平衡；
- 神经肌肉控制；
- 体育舞蹈专项身体能力；
- 训练负荷管理；
- 伤病预防策略。

追求卓越的运动员，需要一个能够承载技术与艺术最高表达的身体。

4. 测试、评估与监测

可衡量的成长

卓越需要自我认知和持续进步。

因此，IDSF Fondazione Heritage 建立旨在了解运动员并支持其成长的评估体系。

这一体系可包括：

- 身体与功能测试；
- 技术表现分析、竞赛分析；
- 个人及舞伴组合发展监测、选拔评估；
- 训练负荷评估；
- 恢复情况分析；
- 专题研习活动；
- 个性化提升方案。

测量本身并不是目的。

它是更全面了解运动员并引导其发展道路的工具。

5. 健康、预防与运动生涯长久发展

长期关爱运动员

高水平运动员的发展必须同时伴随对人的关怀。

目标并不仅仅是达到表现巅峰。

而是建立稳固、可持续且长久的职业生涯。

这一体系关注：

- 伤病预防；
- 身体失衡分析；
- 恢复策略；
- 身体护理教育；
- 有意识的训练负荷管理；
- 与专业人士协作。

卓越不能只以成绩来衡量。

它也体现在长期保持高水平的能力上。

6. 心理训练

培养心智力量

巅峰表现来自身体准备与心理准备的结合。

运动员将在以下方面得到支持：

- 专注力；
- 自我认知；
- 竞赛压力管理；
- 对自身能力的信心；
- 心理韧性；
- 心智纪律；
- 精英运动员的思维方式。

心智是把潜能转化为成果的关键组成部分。

7. 艺术、文化与诠释

超越技术

双人体育舞蹈既是一项技术性运动，也是一种艺术形式。

因此，培养不能止于动作的完成。

它必须发展诠释、沟通并打动观众的能力。

这一体系包括：

- 音乐性；
- 诠释能力；
- 表现力；
- 动作文化；
- 艺术感受力；
- 个人风格的发展。

技术使动作得以完成。

艺术使情感得以留下。

8. 舞伴组合

超越个人运动员的新身份

体育舞蹈源于两个人之间的关系。

卓越的舞伴组合，并不仅仅由两名高水平运动员构成。

它是一个新的整体身份。

因此，IDSF Heritage 致力于发展以下能力：

- 舞伴之间的连接；
- 舞伴组合内部的有效沟通；
- 相互信任；
- 相互倾听与理解；
- 个性与统一之间的平衡；
- 建立舞伴组合的技术身份；
- 建立舞伴组合的艺术身份；
- 建立鲜明而稳固的组合身份；

伟大的舞伴组合，并不仅仅是两名运动员的相加。

它是一种新的表达形式。

9. 文化、价值观与运动员成长

表演者之外的人

卓越的运动员，首先是一个完整的人。

IDSF Fondazione Heritage 培养体系倡导：

- 纪律；
- 责任；
- 尊重；
- 质量文化；
- 自我认知；
- 体育道德；
- 对持续进步的不懈追求。
- **诚信与运动员的生活方式**

培养所关注的，并不仅仅是运动员会做什么。

也包括他们代表什么。

因为一项运动真正的传承，并不仅仅由它的冠军构成。

它还由**这些冠军能够传递给下一代的价值观**构成。

10. 领导力、专业精神与传承

成为这一项目未来的主角

卓越的运动员不能只为竞赛做好准备。

他们还必须准备好代表这一项目、承担责任、传递知识，并随着时间推移成为推动项目发展的积极力量。

这一体系旨在发展：

- 个人领导力；
- 沟通能力；
- 专业精神；
- 对自身角色的认知；
- 代表项目价值观的能力；
- 知识传承文化；
- 对下一代的责任；
- 留下传承的能力。

最终目标并不仅仅是培养一名冠军。

而是培养一个能够成为这一项目传承的一部分，并为其未来作出贡献的人。

一个完整融合的模式

十大支柱并不是彼此分离的发展道路。

它们是同一个体系的组成部分。

它们共同构建一条让每一个维度都为运动员成长作出贡献的发展道路。

技术与科学展开对话。

体能训练支持运动表现。

心智驾驭压力。

艺术把动作转化为表达。

舞伴组合把两个个体转化为一个新的整体身份。

价值观赋予这段历程意义。

领导力把个人经验转化为对整个项目的责任。

这种融合正是 **IDSF Fondazione Heritage** 整体培养的核心。

化为未来的愿景

IDSF Fondazione Heritage 诞生于传统与发展、体育与艺术、科学与创新、个人与社群的相遇。

双人体育舞蹈的传承并不仅仅被保存。

它被研究、提升、传递并不断发展。

运动员始终处于中心：作为一个人、一名运动员、一位艺术家、舞伴组合的一员，以及这一项目未来的守护者。

十大支柱代表着让这一愿景变为现实的发展道路。

从传承走向知识。

从知识走向培养。

从培养走向卓越。

从卓越走向未来。

IDSF HERITAGE

卓越的传承。

未来的愿景。