

体教融合背景下区域提升中小学体育健康水平的实践研究

钟善为

(东莞松山湖中心小学, 广东 东莞 523830)

摘要: 本文从镇街和园区区域的视野, 去分析区域学生体质存在的问题和情况, 以及从多种举措提升学生体质水平的实践研究, 发现现阶段存在几个问题, 为解决这一系列问题, 区域运用优化各校体育课程效度、打造区域竞赛双平台等举措推动学校落实和提升学生体质健康水平。最终研究结果表明体教融合背景下区域提升措施可有效改善了中小学体质健康水平, 从建设学校特色体育课程、区域学校体育活动全员化和竞赛化和实施科学的评价和干预保障了学生体质成效, 促进了学生身心全面发展, 提高了学生的体育核心素养。

关键词: 体教融合; 体质健康; 区域提升

一、研究目的

本文从镇街和园区区域的视野, 去分析区域学生体质存在的问题和情况, 以及进行多种举措提升学生体质水平的实践研究, 发现现阶段存在以下几个问题: 1. 家长和学生知道 50 米跑、仰卧起坐、体前屈等名称却不知道国家体质健康测试的内涵所在; 2. 从镇街和园区区域的视域来看, 公民办学校的学生体质健康水平不均衡, 民办学校学生体质优良率较低; 3. 学生体质多年下降虽有回升, 但是不能达到预期, 区域运用哪些举措推动学校落实和提升学生体质健康任需探索。所以为解决这一系列问题, 在体教融合文件精神指导下, 切实提升学生体质健康水平, 东莞市松山湖园区从落实学校体育主体责任、提升学校体育课程和课堂质量。

二、研究对象

以体教融合背景下区域提升中小學生体质健康水平实践为研究对象, 研究的学生样本为 5 所公民办学校学生。

三、研究方法

(一) 文献资料法

根据本研究的目的和研究内容的需要, 借助清华同方 CNKI 全文数据库, 查阅大量关于体育教学方面的文章, 全面了解本研究领域的研究现状, 并对检索所得文献资料进行分类、整理。

(二) 问卷调查法

结合本文研究需求, 行动研究前邀请学生体质健康领域研究专家对发放的问卷进行了指导, 发放了 660 份调查问卷, 回收问卷 632 份, 有效问卷为 628 份。针对调查问卷的发放、回收、有效性、信度、效度均进行了统计和分析。经过计算检验, 信度系数大于 0.8, 进行结构效度因子分析, 效度大于 0.8, 符合问卷调查。

(三) 行动研究法

为了探索区域提升学生体质健康水平的路径, 联合松山湖园区五所学校体育骨干教师, 研究提升学生体质健康水平的策略和措施。研究开展后, 对其效果进行了归纳总结。

(四) 实验法

通过进行区域学生体质健康抽测, 开展区域学校全员运动会, 得出有效实践方案和实验数据, 为提高学生体质健康提供有效参考。

(五) 数理统计法

在本研究的过程中, 针对所采集的数据采用 SPSS19.0 统计软件进行了分析和处理。并将区域体测数据进行了对比分析得出相

关结论。

四、结果与分析

(一) 体教融合的内涵

在学生体质状况持续不乐观的情况下, 为促进青少年体育锻炼与文化学习协同发展, 2020 年 9 月 21 日国家体育总局和教育部联合印发《深化体教融合促进青少年健康发展意见》其中第一点加强学校体育工作提到“树立健康第一的教育理念, 面向全体学生, 开齐开足体育课, 帮助学生在体育锻炼中享受乐趣、增强体质、健全人格、锤炼意志, 实现文明其精神、野蛮其体魄。”并指出“开展丰富多彩的课余训练、竞赛活动, 扩大校内、校际体育比赛覆盖面和参与度。”在第二点中提到完善青少年赛事体系。从以上文件内容可以看出体教融合不仅注重学生增强体质, 同时注重学生参与各级体育赛事。通过多个方面的举措推动学生体质健康发展, 培养优秀体育人才。

(二) 区域提升学生体质健康水平的意义

“健康第一”的指导思想虽已进行多年的传播, 但是存在家长重视文化学科, 忽视学生身体健康发展的现状, 学校重视学生文化成绩提高, 轻视体育素养和体质水平的提升。故而对此现状进行学生体质健康的提升措施研究具有重大的意义, 如让区域内学校之间进行提升学生体质经验交流, 共同促进学生体质发展, 让保障“健康第一”的思想落在实地, 从学生体质的提升上体现, 显性于学生体质测试数据优良率的提高上, 让学生好的体质状态真正看得见。

(三) 区域提升学生体质健康水平策略与措施

1. 优化各校体育课程效度, 提高体育课堂质量

学生的体质, 在中国的时代环境下, 更多的需要依靠学校体育, 那么学校体育课程的实施成效就显得尤为重要。在松山湖园区, 园区积极提倡各校开发符合自身特点的体育与健康课程, 比如东莞松山湖中心小学进行体育“1+X”教学研究, 将跳绳、篮球、毽球等项目进行校本化开发实践; 东莞松山湖实验小学和东莞市松山湖实验中学开发足球校本化特色课程, 这样积极的推进体育与健康课程的校本化实践, 让学生真正习得了 1 至 2 项体育技能, 所做出的课程成效获得了各级教育部门的认可。

2. 落实各级主体责任, 推动体测知识普及

从园区领导承接市级学生体质达标要求, 积极落实园区各级部门责任, 督促学校细化体质健康管理规定和要求, 要求园区各

中小学校将体质健康管理工作纳入学校日常管理,定期评价和召开专题学生体质会议。建立健康促进校长、班主任负责制,通过家长会、家长信、家访等形式加强与家长的沟通,普及体测知识,号召家庭健康饮食,进行学生饮食健康管理和校外体育活动管理。

3. 引优秀教练员进校任教,融专业技能提高学生体质

体教融合鼓励优秀退役运动员和教练员进校任教,在松山湖园区,多所学校相继引进近 10 多名优秀退役运动员和教练员。他们不仅进行体育课程教学,还进行校园运动队的建设,在科学专业的指导下学生技能水平持续提高,在省市竞赛上取得了优异成绩。在此情况下,园区探索专业体能对学生体质健康的促进,将科学的专业体能训练方式融合到常态课教学中,从耐力、速度、力量、柔韧等多方面提升学生的体能素质。

(四) 区域提升学生体质健康水平的效果分析

1. 开展前后学生对国家体质健康测试认知度对比分析

研究过程中,在松山湖园区 5 所学校进行提升学生体质健康水平的研究,针对开展前和开展后进行了问卷调查。

松山湖园区 5 所学校进行提升学生体质健康水平的研究后,对开展学校随机发放调查问卷,以学生对国家体质健康测试的认知度进行了统计和分析。

表 1 学生国家体质健康测试认知度对比分析 (n=628)

调查内容	开展前		开展后	
	人数	百分比	人数	百分比
能说出体测项目种类	320	50.9%	620	98.7%
在家练习过体测项目	212	33.8%	616	98.1%
知道体测项目优良标准	120	19.1%	588	93.6%
参加过班级体测比赛	260	41.4%	626	99.6%
会积极参与体质测试	212	33.7%	523	83.3%

结果显示,区域进行提升学生体质健康水平的研究工作推进后,学生在能说出体测项目种类、在家练习过体测项目、知道体测项目优良标准、参加过班级体测比赛等认知方面统计中,对国家体质测试健康标准认知程度有非常大的提高,能够知晓哪些是体测项目,并积极参与体质测试,说明学生积极参与运动锻炼,促进了他们身体素质的提升。

2. 区域提升措施实施后市抽测学生数据对比

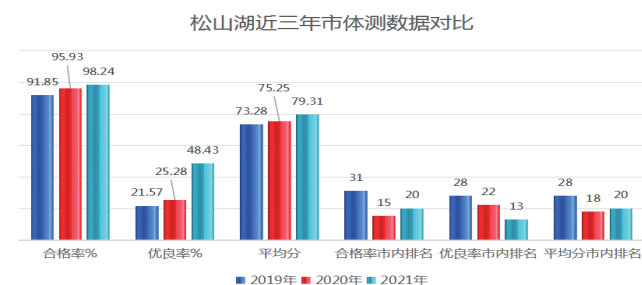


图 2 松山湖园区近三年东莞市抽测体测数据对比

从上表可知,松山湖园区 2021 年进行区域提升学生体质措施后,2021 年国家学生体质健康标准数据优良率 48.43%,明显高于园区以往两年,而且高于东莞市要求的学生体测数据优良率达到 45% 及以上的标准。说明区域提升学生体质措施实有成效,促进了学生体质健康提升。

3. 区域评价干预实施后各学校学生体测数据对比分析

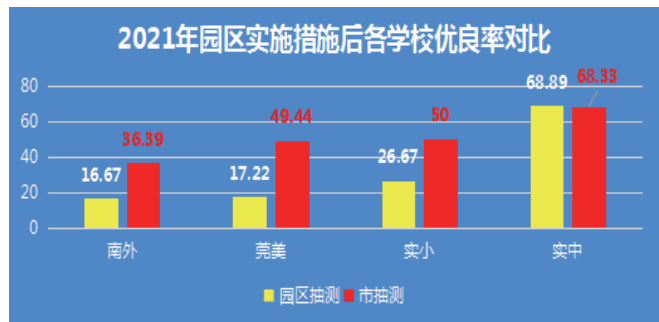


图 3 2021 年园区评价干预措施实施后各学校优良率对比

从上图可知,在园区组织各校进行体测比赛,收集体测数据后对学生体质情况未达标的各校情况进行反馈干预,从课程实施加强和要求学校设立健康促进校长,落实责任到人,并在园区进行通报反馈,在行动上让学生体质情况优秀的学校与体育教研员一同去薄弱学校开展教学经验分享,督促各校积极落实,切实增强学生体质。经过评价、反馈和干预,各校学生优良率在市抽测中有显著提高。

从分析的数据可知,园区实施抽测时干预措施前,各学校优良率占比率低,松山湖实验中学优良率占比 53%,在进行体质健康水平提升措施干预后,在市抽测数据中,实验中学优良率占比下降,其他三所学校都有较好的提升,其中民办学校莞美学校上升 11 个百分点。说明园区实施体质抽测干预措施非常有必要,能促进各学校老师的主观能动性,积极培养学生的身体素质,提高学生体质健康水平。

五、结论

1. 引进优秀退役运动员和教练员建设学校特色体育课程

贯彻体教融合的文件精神,通过引进优秀运动员和教练员进校教学,发挥其项目特长优势,挖掘和开发特色项目的体育课程校本化资源,有着很好的成效,园区多个学校被评为国家、省市特色运动项目学校,切实的让学生掌握了 1 至 2 项体育运动,并增强了其体质。

2. 实施科学的评价和干预保障学生体质成效

区域建立科学的体质监测制度和评价,积极对学生体质不达标的学校进行干预和帮扶,有利于保障学生的体质健康发展。松山湖园区通过购买第三方学生体质监测服务,对园区学生进行抽测,通过实测数据反馈到校,干预和帮扶薄弱学校,取得了较好的成效,说明此措施有成效。

参考文献:

- [1] 周爱光. 体教融合背景下我国学校体育改革的思考 [J]. 体育学刊, 2021, 28 (02): 1-6.
- [2] 范伟华. 区域提升中小學生体质健康水平的实践研究 [J]. 教育视界, 2021 (31): 21-23.

本文为东莞市教育科研 2022 年度立项课题《体教融合背景下区域提升中小學生体质健康水平实践研究》(编号: 2022GH852) 研究成果。