

阳光体育背景下体育教育改革思考

张凤仙

(武汉华夏理工学院 湖北武汉 430223)

摘要:为达成健康第一的目标,我国各大学校以阳光体育理念为指导,开展体育教育改革创新探索。在实践中,了解阳光体育的核心理念,找到体育改革的方向,推动体育教育全面革新。但是,由于体育教育传统理念深入人心,使体育教学工作没有从根上实现创新突破。对此,积极探索阳光体育理念应用到体育教育改革的路径,在具体教学实践层面,提出教学策略,为体育教育工作的实施提供参考。

关键词:阳光体育;体育教育;教育改革

引言

新时代下,素质教育的改革的全面落实,使体育所谓五育的一部分,其育人的地位日益凸显。面对当前学生体能下降,参与体育运动积极性不高的现实问题,体育教育深入贯彻阳光体育理念,加深体育教育改革的深度,以全新的教育形态,强化学生的体能素质水平,培养学生运动习惯,使学生在阳光下感受体育,并爱上体育。

一、阳光体育的概念和要求

阳光体育以健康、运动、阳光为核心,通过实施阳光体育活动,吸引学生走出教室、走到阳光下、走进大自然,在体育运动中感受生命活力,体会运动的重要意义,从而养成良好的体育运动习惯,积极参与各类体育活动,掀起群体性的运动新热潮。在中共中央全面深化改革的会议上,针对我国青年学生的身体素质现状,以及体育教育工作实施的现实问题,对体育教育工作作出全新的部署,并提出:“强化体育课内外训练,促进学生身心健康成长”的新要求。在此背景下,体育教育迎来新常态,体育教育改革找到新方向。在阳光体育理念的指导下,体育教育需要回归教育本质,开展更贴合学生运动需求的教学活动,进而使体育锻炼成为常态。首先,回归教育本质。要求体育教育结合素质教育的要求,进行人文教育和体能教育的融合,发挥体育育人的最大化作用,强化学生体能和素质的同时,使学生树立正确的运动意识,实现自身运动心理和体能的协同发展。其次,贴合学生需求。学生身体素质情况,以及学习需求表现出的差异化,需要阳光体育活动以培养学生运动兴趣、运动习惯、运动信心为目标,落实差异化的教学活动,使学生保持积极健康的运动心态,在教师的指导下高效率的展开运动。最后,体育锻炼成为新常态。要求体育教育以推动阳光体育活动为抓手,在全校范围内积极开展活跃师生的体育活动,推动全校健身运动,在校园中营造积极健康的氛围,使丰富多彩的体育运动为学生带来快乐体验,满足学生心理需求,同时促进运动习惯的生成。

二、阳光体育背景下体育教学改革现状与问题

(一) 体育教育对落实阳光体育教学工作的新尝试

为深入贯彻阳光体育教育理念,我国各大院校纷纷开展阳光体育教育改革创新探索,研究体育运动心理对学生参与运动行为的影响,快乐体育和阳光体育在学生审美能力、智力发育、思想品质、身体素养发展上的积极作用,探讨引入全新教学手段,促进学生体育学习能力全面发展的实践问题,并号召体育教师展开创新实践。在这种环境下,学校体育教育结合现

实条件,开展体育类活动,通过开展体育沙龙、知识讲座、体育竞赛、文化活动等,鼓励学生走出课堂,在阳光下感受体育的魅力,在参与体育活动中感受身心变化,获得参与体育的激情和积极性。经过长期的实践,阳光体育理念深入人心,体育教育在全校师生群体中大受欢迎。但是分析体育教育成效,发现阳光体育没有从根上改变当前重知识、轻体育的现实情况,阳光体育对学生的宣传和教育的还存在不足,在体育教育中教师发挥的积极作用有限,学生参与体育运动的时长有所增加,但是还不能达到强化学生身体素质的要求,整体呈现出教育改革效果不明显的现实问题。

(二) 体育教学改革面临的新问题

首先,对阳光体育的认知较为片面。在长期落实应试教育理念下,学校和教师普遍存在重文轻体的刻板认识,体育课时安排不足,学生课外参与体育运动的积极性不高,特别是有着学业和考试压力的高年段学生,参与体育时间过少,造成阳光体育理念贯彻执行效果不佳,学生不能真正的参与到阳光体育活动中,造成体育育人的作用难以全面发挥。其次,学校设置的体育教育目标较为单一。大多数学校以体育成绩为考察学生体育技能发展的唯一标准,且大多在课程完成后以统一的标准和评价内容,展开对学生学习的评价。这种体育教育配套服务创新不深入,阳光体育理念不能深入到体育教育全过程的现实情况,成为阻碍体育教育改革的主要因素。最后,体育教育创新性有待提升。体育教育过于关注对学生身体素质和技能的训练,对学生运动喜爱、体育心理、运动需求了解不深入。在这种情况下,实施的体育活动针对性不足,尽管开展各类阳光体育相关的活动和竞赛,但是忽视学生的学习水平和身体基础,造成很多活动流于形式,不能真正的获得学生的认可,阻碍阳光体育的有效落实。

三、阳光体育背景下体育教育改革对策探讨

(一) 多途径加大阳光体育运动的宣传推广力度,营造良好的运动氛围

为了在体育教育改革中高质量开展阳光体育运动,发挥阳光体育,促进体育教育改革的优势和带动作用,必须要重视提高学校、教师与学生多方主体对阳光体育的重视、理解和正确认知。明确认识到开展阳光体育,能够有效提高学生身体素质水平,激发学生参与体育教育的积极性和主动性,从而达到提高中华民族整体素质的目的。为此,应重视加大对阳光体育开展价值、作用及重要性的宣传和普及,借助线上线下多种渠道,大力提倡师生共同参与阳光体育,将阳光体育纳入体育教育改

革重要举措中,进一步推动阳光体育落到实处。首先,适当借鉴教体艺6号文件《国家学生体质健康标准》全面实施要求,在全国各级、各类学校中深入开展亿万学生阳光体育运动。并响应上级文件要求,将阳光体育纳入体育教师职业培训当中,定期组织开展阳光体育实施为专题的学术座谈会、学术研讨会、专题讲座、教育培训、学术交流等活动。组织同行体育教师共同研究、探讨阳光体育,落实到体育教育,改革中的有效对策,增进教师对阳光体育内涵和意义的理解和掌握,提高教师对此方面的重视程度。其次,借助校园网站、校园媒体、微博账号、微信公众号、校园角、校园体育园地等各种载体,加大对阳光体育运动的宣传和普及力度,让学生深刻理解开展阳光体育的含义和内涵,为推进阳光体育运动做好铺垫。此外,还应采用专业课渗透、专题讲座、专栏宣传、社会实践宣传等重要举措,大力提倡学生积极参与到本校阳光体育宣传和设计活动中,增强学生主观能动性和参与度,深化学生对阳光体育的重视和了解,以此来营造浓厚的阳光体育运动氛围。

(二)建立以阳光体育为导向的教学生态环境,完善教育改革保障机制

建立以阳光体育为导向的教学生态环境,有助于夯实阳光体育活动的人力、财力和物力基础,优化教育资源配置水平和利用效率,提高体育教育质量和教育目标的实现程度。一是加强学校管理部门、体育教师、各专业教师对阳光体育活动开展必要性、紧迫性的认识,积极转变传统,以提高学生身体素质为目的的体育教学目标体系,打造以全面提高学生身体素质、文化素质、终身学习意识、终身运动能力等要素构成的新型体育教学目标体系。大力提倡各专业教师积极参与,其中,带动学生共同参与阳光体育,营造“人人参与”的良好局面。二是建立基于阳光体育教育的制度基础和长效工作机制,加大体育教育资源投入和保障机制建设,积极购入各种符合阳光体育教育开展需求的设备设施、运动器械,完善运动场地,健全制度体系,保障体育教育活动的操作性与有效性。三是借助社会体育活动力量,深化学生对体育活动的热爱。比如,鼓励学生参与社会组织开展的马拉松比赛、体育项目比赛、社区体育活动,倡导学生参与到志愿者队伍当中。通过参与一系列社会体育活动,培养学生良好的体育热爱之情,逐渐形成良好的体育核心素养与价值观。四是突出学校体育俱乐部活动优势,将课外体育纳入俱乐部活动中,打造以课内俱乐部教学为主题、课外阳光体育活动为辅助的一体化教学模式。由学校体委会负责俱乐部发展的管理支持和物质保障,制定年度监督与评价机制,助推阳光体育长效开展。

(三)积极创新以阳光体育为核心的体育教学模式,激发学生参与兴趣

坚持以阳光体育实现为目的,积极创新体育教育模式,对于激发学生参与兴趣,提高学生参与阳光体育的意识和积极性具有重要作用。第一,制定阳光体育参与奖励制度,对于主动参与阳光体育活动的学生给予实质性奖励,能够有效调动学生参与积极性,增强体育运动意识。第二,发挥体育俱乐部教育

优势,增设更多深受学生喜爱的运动项目,如攀岩、舞龙舞狮、太极推手、拳击等,丰富体育教学内容,满足学生多样化体育运动需求,提高学生业余体育生活质量。第三,积极转变传统说教式、教师示范,学生跟练的单一体育教学模式,积极引进翻转课堂、线上线下混合教学、情境创设、小组合作、游戏教学、趣味体育等多种教学模式,充分发挥学生主观能动性,突出以学生为主体的体育教育模式。第四,借助运动竞赛杠杆开展多种形式的课外体育活动。通过开展丰富多彩的运动竞赛,如班级运动竞赛、年级运动竞赛、学校运动竞赛、校际运动竞赛等等,内容可包括排球赛、乒乓球赛、体育游戏、爬山比赛、拔河比赛等。以多种运动竞赛形式丰富体育活动内容,激发学生参与兴趣,提高运动乐趣,真正落实阳光体育教育要求和理念。第五,在羽毛球、乒乓球、足球等传统竞技体育项目的基础上,增设一些健美操、民俗体育项目等教育教学内容。并针对性开展体育俱乐部、体育文化节、体育知识讲座,打造多层次、宽领域的阳光体育课外教学活动形式,从而促进阳光体育教育目标的实现。

结语

总而言之,体育教育作为我国五育的重要组成部分,体育教育实施质量,深刻地影响着学生的身体素养和运动心理。在全面深化体育教育改革下,阳光体育理念的提出,为体育教育提出新的要求,也推动体育教育创新实践。但是,受制于现实条件,以及传统教学理念的影响,造成阳光体育理念难以贯彻落实,体育教育还存在创新性不足等问题。对此,需要学校加大宣传力度,并在校园中构建新的生态环境,以阳光体育为核心,重新构建体育教学模式,并完善配套的管理机制,促进教学任务的高质量落实,培养学生体育运动的热情和习惯,进而促使阳光体育新常态的生成。

参考文献:

- [1]孙瑶.山西省特殊教育学校“阳光体育运动”开展的现状调查与对策研究[D].山西师范大学,2020.DOI:10.27287/d.cnki.gsxsu.2020.000681.
 - [2]刘立.阳光体育运动视角下高校公共体育课教学改革思考[J].当代体育科技,2020,10(08):96+98.DOI:10.16655/j.cnki.2095-2813.2020.08.096.
 - [3]龚晓红.浅析体育教育下构建学校阳光体育运动长效机制的路径[J].当代体育科技,2020,10(02):71-72.DOI:10.16655/j.cnki.2095-2813.2020.02.071.
 - [4]郭皓.改变“重脑轻体”,促使学生积极参与体育锻炼——阳光体育背景下学校体育改革的策略研究[J].文体用品与科技,2019(06):104-105.
 - [5]陈丽波.新常态下阳光体育运动内涵、地位及意义的再阐释[J].体育世界(学术版),2018(02):2-3.DOI:10.16730/j.cnki.61-1019/g8.2018.02.002.
- 张凤仙,女,汉族,1980-11,湖北黄冈人,武汉华夏理工学院,副教授,本科学历,硕士学位,研究方向:体育教育