

双减背景下县域中小学体育与健康领域运动伤害防护体系建设探究

周 平

合肥师范学院 安徽省合肥市 230001

摘 要: 在“双减”政策全面实施,县中小学体育教育既迎来了新的发展机遇,也面临着诸多挑战。因此,在学生参加体育活动时,如何保证安全,将中小学体育推向优质发展,构建完善的运动伤害防护体系,起到至关重要的作用。本文着眼于运动伤害防护体系建设的核心要点,深入分析县域中小学在推进运动伤害防护体系过程中遇到的难题,并针对性地提出建设路径,希望为提升县域中小学体育教育水平、助力学生健康成长提供理论与实践的建议。

关键词: 双减背景;运动防护;中小学体育;运动损伤

1 引言

2021年7月,中共中央办公厅,国务院办公厅印发了《意见》,简称为“双减”政策,^[1]县域中小学的学生们迎来了全新生活节奏,不再是天天被作业、课外辅导班束缚着,有了更多闲暇时间,去投身于各式体育活动中去。学生有了更多参与体育活动的自由,让学生可以恣意参与到各种体育活动中去,是体育教育的出发点,但与此同时,如何让学生在参与体育活动时,保证安全,也成为体育课程和体育活动面临的新挑战,体育活动越多,运动风险越大,一旦发生运动伤害,不仅会影响学生的身体健康,还会影响学生的学习和生活节奏,因此,对体育课程和体育活动安全提出了更高的要求,需要建立一套完善的防护机制。

学生体质的发展水平影响着国民身体素质的强弱,关乎着体育强国能否实现,对参与全民体育有十分重要的意义^[2]。学生学习成长的基石是拥有一个健康的身体,学生只有具备良好的身体素质,才能更好地应对学习中出现的各种挑战,培养学生坚韧不拔、团结协作的意志品质。然而,目前全县中小学在运动伤害防护方面存在着许多亟待解决的问题,这些问题犹如一座大山,是体育教学顺利开展的拦路虎,也使学生在参加体育活动时面临一定的安全隐患。比如,有些学校缺乏专业的运动防护人员,体育教师面对学生受伤往往束手无策;有些学校的体育场地和器材设施老化陈旧,难以满足学生安全运动的需求;还有些学校安全意识淡薄,缺乏系统的运动安全课程和宣传活动。正是因为这些问题的存在,构建完善有效的运动伤害防护体系

成为当务之急,这不仅是对学生负责,也是对学生身心健康的保障。

2 中小学运动伤害防护体系建设的要义

2.1 保障学生生理、心理健康发育

伤害是可控、可防的,被称为流行病的一种,一个重要的流行病学分支—伤害流行病学^[3]。在中小学体育教育过程中,学生是身体发育的主体,他们的每一次跑跳投出都是身体成长的见证,因此,在构筑运动伤害保护体系时,成为摆在我们面前的第一个难题,这就是保障学生参加体育活动时身体安全的问题。通过一系列科学有效的防护措施,最大程度地减少学生运动损伤的机会,避免因损伤给身体健康带来不良影响,从而使学生的正常学习生活节奏得到保障。比如体育课,老师们事先可以对场地、器材等进行安全检查,确保万无一失;在组织体育比赛时,为了学生受伤时能够及时处理,安排专业的医务人员在场边待命。

不仅如此,完备的运动伤害防护体系能减少学生对运动的恐惧,当学生知道学校有可靠的运动伤害防护机制保障学生安全时,他们会更愿意参加体育锻炼,在锻炼的过程中提高身体机能水平,增强身体素质,提高免疫力,促进学生心理健康,锻炼学生坚强的意志品质,培养学生的团队合作精神,促进学生身心全面发展。篮球比赛,学生要在比赛的过程中相互配合、共同面对对手,学生能在与同学沟通、合作的过程中培养自己的团队精神和集体荣誉感。长跑锻炼中,学生要克服身体的疲惫和心理的恐惧跑

完全程,学生能在面对困难时坚持,不轻易放弃,锻炼学生的意志品质。

2.2 促进中小学体育教育高质量发展

一个健全的防护体系对于体育教学和课外体育活动的开展具有重要意义。有了它,教师就可以放心大胆的开设各种体育课,各种丰富多彩的体育活动和各种多样的训练形式就可以在课堂中出现,如一些高难度的体育项目,如攀岩、蹦床等,因为缺少防护体系,以往可能无法开展的体育项目,在有了防护体系后,就可以让学生们尽情地体验。从而大大地激发学生的运动兴趣,让学生们更加积极地参与到体育运动中来,提高体育教学的效果。

而且,相比于过去传统的模式,新的模式更加注重学生全面发展、崇尚科学锻炼的转变,以及促进体育教育理念的转变,我们必须加以改进。传统的体育教学往往重视学生的技能训练,而忽视了学生的兴趣爱好和个性发展,完善的防护体系,可以为学生提供一个安全、自由的运动环境,使他们在选择自己喜欢的运动项目时,能够根据兴趣爱好,尽情发挥自己的特长,在运动中获得更好的体验。比如有的学生喜欢足球,有的学生喜欢舞蹈,学校可以根据学生的兴趣开设相应的体育课程和社团活动,让学生在自己喜欢的领域中尽情发挥,从而实现体育教育的多元化、个性化发展。

2.3 落实教育政策,履行社会责任

另外我国自新中国成立以来,就陆续出台了各项减负政策,体现了党和国家对青少年的全面发展的高度重视,也体现了我国始终把义务教育放在国家发展的战略地位,习近平总书记在十九大报告中提出,建设教育强国是中华民族伟大复兴的基础工程,必须把教育事业放在优先位置上^[4]。“双减”政策以促进学生全面发展、健康成长为基础,县域中小学加强运动伤害防护体系建设是“双减”政策的应有之义。学校重视学生健康、履行学校应承担的社会责任。学校是教育的主阵地,要为学生营造一个安全、健康、成长的环境。构建完善的运动伤害防护体系,让学生在锻炼中得到充分保护,才能让学生健康成长,才能让学生从长远的角度促进德智体美劳全面发展,为国家输送更多优秀人才,这也是对教育政策战略的支持,只有教育质量提升,才能培养出更多有能力、有素质的人才,为教育振兴注入新的活力。

3 县域中小学运动伤害防护体系建设面临的挑战

3.1 专业人才匮乏

当前全县中小学体育教育存在两大短板:一是师资专业能力不足,二是配套保障缺失,具体表现为:(1)体育教师大多未接受过系统的运动损伤防护培训,遇到学生受伤难以准确判断伤情或采取正确的应急处理措施。在实际教学中,体育教师往往凭借自己的经验处理学生的受伤情况,缺乏专业知识和技能,如学生扭伤脚踝时,教师可能不知道如何正确地进行固定和包扎,导致伤情加重。(2)学校普遍缺乏专业运动防护人员的编制岗位,导致体育课和课外训练缺乏专业防护支撑,即使学校有聘请专业运动防护人员的意愿,也面临编制不足、经费有限等问题,使得该岗位设置难度较大。

3.2 管理与协调机制不完善

全县中小学运动损伤防护工作涉及多方面,包括体育教学、课外体育活动、体育锻炼、后勤保障等多个部门,但各部门之间缺乏有效的协调沟通机制,职责分工不是很明确,各部门之间的工作职责分工不够明确,不能很好地协调配合。比如,学生在上体育课时受伤,体育老师、班主任、后勤人员等,该负什么责任,可能就不清楚了,造成问题得不到及时解决。同时,在学生运动伤害处理和康复过程中,学校和家长、医疗机构之间,还没有建立起完善的合作机制,因此会产生一系列衔接不畅的问题。比如,学生受伤后如何及时送到医院,学校可能不知道,而学生的具体情况医院也不清楚,导致耽误了救治。一旦发生运动伤害,它们不仅会对身体造成伤害,还会给家庭和学校带来压力^[5]。近年来,各种体育运动中学生发生重大事故或死亡事件时有发生,学校安全防护措施不足或者体育教师疏忽造成的事故。这并不罕见^[6]。

4 县域中小学运动伤害防护体系建设路径

4.1 加强专业队伍建设

4.1.1 开展教师培训

定期组织全县中小学体育教师参加运动损伤防护专业培训班,邀请运动医学专家、专业运动防护师授课,系统学习运动解剖学、运动生理学、运动损伤急救处理、康复训练等知识和技能,并将培训成果纳入教师考核体系,激励教师提升专业素养。例如,可以每学期举办一次培训课程,培训内容包括理论讲解和实际操作,让教师真正掌握运动

损伤防护技能。同时,建立培训档案,将教师的培训情况作为考核的重要依据,对培训成绩优秀的教师给予一定的奖励,激励教师积极参加培训。

4.1.2 引进专业人才

县教育部门和学校要通过政府购买服务的方式,制定吸引专业运动防护人员到中小学任教或定期邀请专业运动防护人员到学校指导工作的优惠政策,为学生体育活动保驾护航。如,可为专业体育护卫队提供住房补贴、子女入学优惠等政策,吸引他们到县城中小学就业,同时与专业体育护卫队合作,定期邀请他们到学校进行指导服务,专业保障学生体育活动。

4.2 加大防护设施和经费投入

4.2.1 提升硬件设施水平

相关部门要加大对县及县以下地区学校体育教育的经费支持,各教育机构在建立定期检修制度的同时,要科学调配资源,重点对体育场地、运动器材进行升级改造,添置安全运动器材,达到标准,确保设施器材正常使用和安全性能。如:可争取政府专项拨款,用于学校体育场地、器材的更新改造,同时建立定期检修制度,安排专人负责检查维护体育场地、器材,保证其安全性能。

4.2.2 建立专用资金机制

教育机构在完善资金监管制度的同时,可设立预防运动损伤专项资金,用于采购急救物资、医疗器械,以及聘请专业医护人员等组织开展安全防护知识普及活动,确保专项资金使用规范透明。比如,可以设立专项账户管理专项资金,定期公布资金使用情况,接受社会监督。

4.3 强化安全防范意识和普及知识

将运动损伤防治知识融入全县中小学体育与健康课程,针对学生认知特点,开发阶梯式教学内容,编写规范的教学资料或指导手册,针对不同学生的认知特点,有针对性地开展教学活动。学员们通过理论讲解、情景模拟、实操训练相结合的方式,系统掌握了体育安全规范、自我防护技能、急救基本措施等内容,有力地推动了教学实效。如针对低年级学生,可采用生动有趣的动画、故事等讲解运

动安全知识;针对高年级学生,可进行实际操作训练,使其熟练掌握急救技能等。

5 结论

在“双减”和乡村振兴政策的大背景下,保障学生身心健康发展,提高体育教育质量,加强全县中小学体育伤害防护体系建设,意义重大。然而,目前全县中小学运动伤害防护体系在发展过程中面临着专业人才缺乏、经费缺乏、意识不强、管理机制不健全等诸多问题,这些问题的存在使运动伤害防护体系建设面临着巨大挑战。但是,我们不能因此而退缩,相反,我们要更加坚定地加强运动伤害防护体系建设的工作。通过加强运动伤害防护专业人才培养、加大经费投入、强化运动伤害防护安全意识普及、健全运动伤害防护管理协调机制等路径,逐步解决运动伤害防护体系发展过程中的问题,促进运动伤害防护工作的深入开展。此举不仅有利于建立体育伤害保护制度,为全县中小学开展体育与健康事业提供条件,而且有利于学生全面健康身心成长,为振兴乡村提供人才支撑。我们相信,在各方的共同努力下,全县中小学运动伤害防护体系一定能够不断完善,为学生的健康成长保驾护航。

参考文献:

- [1] 进一步减轻义务教育阶段学生作业负担和校外培训负担[N].人民日报,2021-07-25(001).
- [2] 郑宝通.我国建设体育强国基本理论的分析研究[D].郑州大学,2011.
- [3] 伍洪波,张援朝.我国伤害流行病学年文献分析[J].预防医学情报杂志,1999,15(1).
- [4] 习近平.决胜全面建成小康社会夺取新时代中国特色社会主义伟大胜利:在中国共产党第十九次全国代表大会上的报告[M].北京:人民出版社,2017.
- [5] 王向东,徐文燕,熊建箐.上海市闸北区中小学校内伤害知信行调查[J].上海预防医学,2013,25(6):337-339.
- [6] 罗梅英.学校体育教学中的安全防范与研究策略[J].体育科技,2008,(3):43-46.