

# 全民健身背景下高校体育文化的构建

孔维君

(华东交通大学 江西南昌 330000)

**【摘要】** 随着社会经济的高速发展,人们生活水平的逐步提升。人们开始寻找健康的生存理念和生活方式。因此,越来越多的人重视体育健身运动,有效促进了全民健身的向好发展。本文主要论述了全民健身的文化内涵,分析了全民健身背景下高校体育文化构建的意义和面临的困境难点,进一步探讨了全民健身背景下高校体育文化构建的有效策略,为提高学生的全民健身理念和体育文化素质提出指导建议。

**【关键词】** 全民健身;高校;体育;文化;构建

**DOI:** 10.18686/jyfyzyj.v3i12.68215

随着全民健身理念的逐步普及,高校体育教学也要与时俱进,积极促进高校体育文化的有效发展,以落实全民健身理念的实施。然而,高校的体育文化建设在构建过程中还存在着许多问题,严重阻碍了高校体育文化的整体构建质量。所以,高等学校就需要从体育文化的多个层面提出具体的解决办法,以便为高校体育文化建设营造良好的发展环境,从而达到全民体育健身的总体目标。

## 1、全民健身的文化内涵

全民健身对我国体育产业发展有着重要促进作用,它体现了当前体育产业发展的基本目标和特征。从根本上来说,全民健身与人们的健康水平和国家社会经济效益有着密不可分的联系,全民健身的发展影响到国家社会经济进一步发展,也有效促进人们身体素质的提高。全民健身可以有效改善人类的生存方式,增强人们体质,为实现国家发展和社会稳定提供了良好保证。总体而言,发展全民健身运动具有很大的社会价值和意义。

## 2、全民健身下开展高校体育文化构建的意义

首先,有利于实现高校大学生体育锻炼的基本目标。但目前,由于高校学生的身体素质普遍不足。在高校中体育文化教学汇总,历来都是把体育课程作为娱乐与休闲的课程。而全民健身理念的主要内容是利用不同形式的体育活动,来促进和引导学生养成体育锻炼的良好习惯。

其次,有利于培养学生团结合作的能力。在高校中开展体育文化活动需要学生的合作才能完成。比如拔河、篮球等项目对团队合作的要求就较高。只有具备一定的团结合作能力,集体性的体育项目才能有效获得成功,学生的合作能力也可以得到提高。

最后,帮助学生形成正确的价值观。学校体育文化建设中蕴涵着不少高尚的思想品德,包括艰苦奋斗、吃苦耐劳、顽强拼搏的品质等,通过进行学校体育传统文化建设活动,可以营造优秀的学校体育文化氛围,从而对学生的价值观念形成潜移默化的影响<sup>[1]</sup>。

## 3、全民健身背景下高校体育文化构建的困境

### 3.1 缺少人文关怀

通过对学校体育文化发展状况的研究表明,不少院校在建设过程中缺少人文关怀。很多高等学校的体育文化建设过程中,表现出体育健身的娱乐性和休闲性。在高等学校里举办的运动俱乐部或体育运动社团,尽管能够提高和培养学生对运动活动的爱好,但他们却极易受到学生的主观因素的影响,使得这种

体育文化活动无法真正实现教师的教学目标,也无法提高学生的全民健身理念意识。并且,由于学生的个体差异较大,高等学校体育文化建设项目且缺少灵活性和针对性。

### 3.2 体育文化同质化现象严重

现阶段,中国大部分院校已经开始意识到体育文化建设的必要性和重要性,并通过各种渠道加大了体育文化建设的构建。不过,若从学校体育文化建设的总体状况来看,我们还是会看到院校内体育文化同质化现象较严重,在教学中缺少人性化的体育文化项目。目前,不少院校还不能完全针对自己实际状况建立自己的体育文化,使得校园体育文化发展难以实现全民健身的最终目标。尤其是在高校中体育学科的发展单方面追求大众化、时尚化,导致了部分高校具有地方民族特色的体育内容消失,从而造成了高校体育的民族文化的缺失。另外,不少院校盲目重视高校体育赛事的国际排名,未能切实理解体育对人文建设的重要价值,也无法培育出社会所需要的体育人才。

### 3.3 制度建设较为落后

高校体育文化体系的结构目前还不能适应体育教育的要求,不能为高校体育文化的和谐发展提供必要的制度保障。虽然大多数高校都有多项支持体育文化的制度,但高校体育文化体系建设缺乏规范性和权威性,使高校体育文化体系建设较为滞后,很难适应全民健身对高校体育文化提出的新需求。首先,高校尚未建立牢固的体育组织机构,管理体制相对分散、混乱。同时,目前学校体育运动的管理制度规范还不够完善,无法进行学校体育文化的建设和发展。其次,目前学校体育文化体系结构仍与中国高等教育实际状况严重脱节,并不能从学校长期发展的视角构建与学校体育文化相适应的制度规范体系。最后,目前不少院校教师对学校体育文化制度建设的关注程度不足,许多老师并不严格执行有关教育法规,给学校的体育发展造成了阻碍<sup>[2]</sup>。

### 3.4 体育文化意识缺失

在我国应试教育中,很多高校教师忽视了对学生身心素质的培养。此外,由于学生本身对体育锻炼缺乏准确的了解,还不能产生浓厚的体育锻炼意识。但随着人们物质生活水平的逐步提高,虽然越来越多的人已经开始意识到锻炼身体的重要性,但对于大学生而言,他们的体育运动意识还相对薄弱,随着学生体育健身意识的下降,导致很多大学生的身体素质较差。

## 4、全民健身背景下高校体育文化构建的具体路径

### 4.1 营造浓厚的人文氛围

为了实现学校全民健身活动的有效实施,学校就必须在运动文化建设中营造浓郁的人文气息,从而使得学校运动文化体

现娱乐性、灵活性和人文性。首先,学校体育教师要改变传统教学观,树立平等的师生关系,本全面健身的教育理念进行各类体育文化教学活动,充分发挥教育本身的榜样带动功能,要针对每位学生的个性需要,来制订教育目标与教学内容,以有效提升学生参加学校体育文化建设活动的积极性。其次,学校教师应培养学生团结意识,为学校的体育文化建设活动提供指导建议,同时加强与教师的交流与沟通,在体育精神和文化中寻求满足感。最后,高校应营造人文体育环境,通过丰富多彩的体育活动发挥体育文化教育功能,营造健康和谐的校园体育文化氛围,避免高校体育文化教学过度娱乐和休闲<sup>[3]</sup>。

#### 4.2 构建特色的体育文化

由于每所高校的学校环境和体育课都不同,因此,高等学校应该针对自己实际状况,建立自身的体育文化,这样不但可以增强院校的实力,而且可以把全民健康纳入到体育文化建设之中。首先,高等学校应依靠自身体育资源优势,研究发展有民族特色的体育教学方法,形成个性化的体育课程体系,把学校体育文化氛围和地方特色体育赛事经验导入体育教学中,并在高校形成富有当地特色的运动课程和运动文化系统。其次,高校要重视对地方优秀传统文化教育的传承与发扬,确立体育文化的基本内涵,做到高校体育文化与地方传统文化教育的深度融合,突出高校体育文化的社会教育功能,增强学习者的社会责任感,彰显高校体育人文特点。最后,高等学校要打造鲜明的体育人文品牌,培养多样化的品牌形象,充分发挥地方品牌文化在高等学校体育教学中的积极影响。

#### 4.3 加强体育文化制度建设

高校要根据体育文化发展的基本要求,构建综合的体育组织机构,建立科学、系统的支撑体系,确保体育文化学院建设的与时俱进发展。同时,高等学校也要主动有序进行体育调查,对学校体育文化建设的态度与兴趣展开讨论,并制定总体教学目标,建立专门的院校体育教学制度。如激励机制、奖惩制度等,从而使有关高等学校关于体育文化的各种政策规定,得以全面地落实与实施。另外,高等学校也要关注体育文化制度建设,逐步加强对体育文化建设的宣传力度,调动大学生积极参加体育文化建设的活动中。并通过设置学分、奖学金和奖励,引导全体师生严格遵守并落实国家有关规定,为在全民健康理念下建设高等学校体育文化提供了必要的体制保证。

#### 4.4 增强学生的体育文化意识

高校学生的体育锻炼意识较差严重影响了学生参加体育健身活动的积极性。在此基础上,学校还应当指导高校学生正确地认识并感知体育文化的本质含义与价值,从而帮助学生形成良好的体育人文意识。而体育运动课实质上是为高等学校学生构建体育文化意识的主要途径,同时也是向学校学生传递体育运动知识与技术的重要科目。所以,高校体育教师要突破传统的教学模式,逐步提高运动课堂教学水平,以提高学校运动课程在基础教育课程体系中的重要地位,并培养学生的体育技能。另外,高校教师也要把体育课和学校的社会实践活动紧密结合在一起,做好体育运动和学生生活有效融合,引导学生树立正确的终身体育价值观。同时,高校体育教师在体育文化建设中要关注每个学生的身体素质和心理个性发展情况,根据学生的差异性开展有针对性的教学活动,使学生正确认识高校体育文化建设的实践价值和重要性<sup>[4]</sup>。

#### 4.5 构建以人为本的体育文化

在全民健身理念下,高等学校应当围绕着以人为本的教育宗旨进行丰富多彩的体育文化建设活动,以突出高等学校在体育文化中的人文理念。因此,高等学校要对现行的运动教学方法做出有针对性的调整与优化,针对学生的实际学习状况以及未来的运动学科发展趋势,进一步完善运动课程的内涵与表现形式,逐步消除无实用价值的体育课程,并引入学生感兴趣的体育知识与体育项目,强调体育课程的锻炼效果,并为学生提供独立的体育锻炼平台。同时,高等学校体育教师还要加强与其他院系、学科专业的联系,并针对学生体育课外活动的需要,积极建立各类学生体育课外活动俱乐部。另外,学校还可成立不同的运动队,以增强运动队的竞技性,引发学校教师对体育文化建设的重视,从而充分调动学校教师参加体育锻炼的积极性。

### 5、总结

综上所述,在全民健身背景下,高校体育文化构建应顺应时代发展趋势,积极解决当前学校体育文化建设中的现实问题。学校要立足本校的自身条件,营造浓郁的体育人文气息,优化体育文化系统结构,进一步培养学生对体育文化的认知,有效促进全民健身理念在学校体育文化建设中的积极影响,促进全民健身的有效发展。

### 参考文献

- [1] 社会主义核心价值体系与高校体育文化建设研究[J].李宝.当代体育科技.2021(22).
- [2] 全民健身视域下学校体育对社区体育发展的资源服务研究[J].隋志宇.广州体育学院学报.2018(03).
- [3] 大数据时代背景下高校体育教学改革研究[J].马宝发,武铁男,孙贺.黑河学院学报.2020(07).
- [4] 全民健身视域下提高学生身体素质的意义及措施[J].徐祯瀚.武当.2021(04).