

# 现代乡村学校体育教育的实践与反思

周建超

(江苏省淮安市淮阴区古寨小学, 江苏 淮安 223001)

**摘要:** 体育是基础教育中不可缺少的重要组成部分,而在大力发展素质教育的今天,应试教育仍然占据着主导地位,家长对体育教育的偏见,学校对体育工作的不太支持,社会对体育工作的认可度不够,学生在时间、条件等因素的不允许,导致学校体育难以在短时间内,充分发挥学校体育的功能效应。因此我们在体育训练中,可以借鉴相关学校的体育教育方式,学生户外活动大多没有区域限制及内容的限制。户外活动玩什么、怎么玩,是孩子们自主选择的,教师只是根据需要,对学生的练习进行适当的指导,允许学生根据自己的水平尝试一些教学大纲中没有的,甚至是非常规的、看似危险的活动方式,以此注重培养学生勇于进取、顽强拼搏的精神和独立生活的能力。

**关键词:** 学校; 体育; 实践; 反思

## 一、学校体育的宗旨

学校对体育教育目标,大致作了这样的界定,即:学生在训练中形成健康、良好的训练习惯;学生在愉悦身心、自觉主动、积极参与运动的前提下,快乐地开展游戏活动,使学生通过运动时间、运动强度的作用,形成积极的情感、态度和习惯。

我们一直强调训练和内容的统一、场地以及包括准备活动的整齐划一,忽视了运动项目的特色和学生性格的差异。在体育教学活动中,随着年级的升高,他们便变得越来越不愿意活动了。学生良好体育行为习惯的培养是学校体育教育的主要途径,所以每一个体育教师都要认真对待每一节活动,要把每一节课的活动都设计成精品,让学生在一种宽松的氛围中健康、快乐地成长。

所谓行为习惯,就是“通过重复而自动化了的、固定下来的且无需努力就轻而易举实现的活动模式”。是在一定时间内逐渐养成的,它与后天条件反射系统的建立有密切关系,不仅仅是训练内容,还包括训练方式、训练范围、训练节奏以及训练的难易程度,为学生在从小养成“终身体育”奠定了良好的基础。

## 二、注重冒险精神的培养

在学校教育中,冒险教育是当前我国基础教育中的一个短板,主要体现在教育的主题对冒险教育的定位没有明确说明,传统的体育课堂教学模式,对冒险教育的意识比较难以体现,导致冒险教育在基础教育中的“份量”不足。

为了使孩子自主地成长,不论是在平时的活动中,还是在学校的教育教学中,都不可缺少一定的冒险性精神教育。而在学校教育中,无论在理论还是实践中,更应该适时地结合起来,这对学生良好的个性养成起着非常重要的铺垫作用。

因此我们一直强调学生的训练活动要具有一定的探险性,孩子可以在以后的生活中,提高自己处理危险的能力。尽管活跃的运动游戏发生事故的危险性系数比较大,但学生依然能够充分、活跃、自主地进行户外活动。让孩子们在逐步学会保护自己的身体的前提下,培养其适应生活的生存能力。

## 三、运动安全教育

安全意识是人生中不可缺少的一种生存意识,对养成健全的性格、独特的个性、形成正确的人生观和价值观起着不可估量的重要作用。尤其在户外体育教学活动中,学生必须掌握基本的安全行为规则。

而乡村的家长大多包办代替了学生带有不安全因素的大多数活动,教师对学生的尝试活动基本不敢放手,不强求学生一定要做成或达到某种动作的高标准要求。当学生对游戏设施尚未完全适应时,教师会及时守护在学生身边,告诉学生设施的基本使用方法以及可能存在的危险等。

因此我们教育学生学会在平时的日常生活中注重自我防范意识意识的养成,重视让学生通过对游戏设施的反复尝试使用,逐步掌握应对不同危险情况的方法。绝大部分户外场地都能够减轻学生摔倒后的损伤程度,可以垫上塑胶垫子,在周围设置围栏或用白线标示,以提示孩子不能超过一定的“安全警戒线”等。

## 四、注重训练的科学性

体育是国民教育的基础,是对学生实施全面发展教育的重要组成部分,学校体育工作的好坏,在很大的程度上决定着学生的身心是否能够健康发展。

因此我们一直把体育教育放在素质教育的首要位置,但现实中人为因素占了很大的比重,同时因为相关的配套设施严重滞后,导致绝大多数的老师无法执行到位,以致体育教学在一定的程度上有着盲目性和随意性。

同时教师应该及时记录学生在一段时间内的心率变化,并以此信息研究分析学生的生活节奏和运动的关系;在运动后,及时测量学生机体生理活动反应,为掌握体育锻炼的运动量和时间提供科学依据

## 五、适应自然性

在大力发展素质教育的今天,体育教学还没有完全脱离应试教育的束缚,除了课间操是比较正常的,在整个学期里,大多数的学生极少上体育课,更不用说参加体育兴趣小组了(体育考生除外)。

尤其是在目前,我国学校大多实行寄宿制管理,学生即使是节假日,也要进行假期补课,有的学校根本就没有假期。至于生活用品,一切都有父母包办,无论教室还是宿舍,都是冬暖夏凉,食堂一年四季及时提供丰富可口的饭菜。

因此,我们认为,即使在寒冷的冬天,也要锻炼孩子们的肠胃功能和对生活的适应能力,注重对提高学生的适应能力,在增强体质等方面将起到很大的作用。

## 六、因地制宜进行身体训练

其实,我国的大多数学校都有宽敞的体育活动场所,孩子早晨到校后,就身着汗衫、短裤进行运动训练,特别注意利用校内的自然条件,此外还有一些大型多功能的攀登架,孩子们既可以攀登、滑滑梯,又可以在网绳上进行爬行运动。

而在应试教育的影响下,如今有的学校,在课间或课外活动时为了安全,常常会安排专门的值周老师及值日学生,对在校学生进行违纪行为的扣分检查,目的是及时巡视学生在校园的活动情况,发现有安全隐患的情况及时阻止,并扣该生所在班级和班主任的年终考核积分,以此作为教师评职称、评优、评先、调资的依据。

其实发生运动损伤本是正常的事情,而这些却直接影响到教师的各种福利与评比,此问题需要学校重视并加以解决。

## 七、运动时间常态化

我国学生的体育活动大致有两大组织形式,即集体组织活动与个人自由活动,总的来说每天大约有2-3个小时时间,在大自然中进行自主的活动,尽情玩耍。

但也有的学校,学生是不可以在校园内随便进行体育活动的。在有限的校园空间里,除了操场、教室以及校园小道,剩下的就是花草树木了,而这些花草都是花钱买来、对校园进行绿化用的。可想而知,学校是不可能让学生在上面随意践踏的,更别说做游戏了。

其实即使是乡村的学生也大多脱离了大自然,一心只读课本知识。其实,农村的学生完全可以在确保安全的前提下,利用课外活动、星期天、节假日的时候,有组织、有计划地进行活动,因地制宜,利用大自然的优势,在小树林中捉迷藏,在干涸的河道地练习爬坡加速跑等,这样,不仅让学生身心愉悦,还增强了他们的体质。

## 八、内容本土化和民族化

现代乡村的孩子,特别注意将他人的运动形式改造为自己的愉悦方式,同时他们对有自身民族特色的体育活动决不放弃,如自然教育、民间传统活动都受到重视。常跟着大人们跳起广场舞。

有的还跟着退伍军人或武者学习武术或军事体育,尤其是少数民族,如游泳、障碍跑,这种与亲人们一同训练的方式,孩子们往往乐此不疲。

这种情况也提倡在学校的体育活动中,有条件的地方可以充分利用本土化和民族化的体育特色,对学生进行体育教育,并在体育训练中,对学生进行思想教育,但这在大多数的地方和学校,只能是一种设想并没有真正落实到实处。

## 九、活动充分和习惯形成

户外活动没有班级和年龄的限制,经常进行混班活动,增强学生体质、愉悦身心健康为中心展开,学生可以根据自己的需要自主营造环境,自由地与任何孩子、教师交往,不同年龄、班级的学生也借此相互学习。

而孩子们往往没有自主选择活动内容的权利,教师可以根据需要援助指导学生,但不允许学生根据自己的水平尝试一些非常规的、看似危险的活动方式。

这种练习方法是利少弊多,好处是保安全,不利之处是教师耗时耗神,并且效果很差,如果学生可以混合练习,大的同学往往会带动小同学,这样,不仅增加了小同学的运动激情,还增强了学生的集体观念、自尊心、自信心,同时因为学生之间能有共同的语言,进而提高了训练实效。当然这并不是说不要老师的参与,而是对教师的“传统角色”进行了重新定位。

## 十、平等的师生关系

在学校的体育活动中,体育教师的角色是单一的传道者,与学生往往有着不可逾越的鸿沟,甚至有的老师在上课是以“势”压人,在课堂上始终维护着自己的高高地位与神圣的尊严,不容学生以任何形式冒犯。

其实在体育活动中,教师应该扮演教育者与学生伙伴的双重身份。由于户外活动主要以自发游戏的形式展开,庭院的活动空间以及活动设施、器材面向全校学生开放,班级与班级之间没有活动区域的限制。

尤其是在开放式的户外活动,使得教师有机会作为孩子的游戏伙伴与不同班级的学生接触、交往。教师始终是一名游戏的参加者,积极参与活动或建议指导,以自己饱满的情绪感染着学生,激发其活动兴趣,从而减少他们对教师的依赖行为。当然对学生进行开放式的体育活动,并不是说对学生的活动进行了彻底的“放开”,而是要做到“松紧有度”。

## 十一、重视孩子的健康测定

当前,很多的农村孩子对父母的依赖性很强,怕吃苦,贪享受,在体育训练中勇于进取、顽强拼搏的精神不够,独立生活的能力很差。因此在我国的小学体育中,适当借鉴相关学校的教育方法,这固然有一定的道理。

在这些方面,我们的学校体育确实存在很多问题,学生在体育教学中,存在学生活动时间少、场地面积小、内容匮乏等一系列问题,甚至只是流于形式,其实只有事先发现问题,才能想办法去更好地解决问题。

同时,我们还应该用好学生的健康手册,主要记载学生的身体发育和健康状况。包括形态、机能、运动能力、视力、牙齿等,做为研究学生的体质的科学依据。这种测定与评价的做法已经形成常态化,每年都要进行,由医院机构和学校负责,然后统计数据逐级上报汇总与分析得相关的结论,提出相应的对策。

与此同时,我们也应该明白,在大力提倡素质教育的今天,应试教育仍然占据着主导地位,导致学校体育难以在短时间内充分发挥学校体育的功能效应。因此,如何真正地把学校的体育工作落到实处,让学生充分发挥“活泼好运”的天性,在愉悦的状态下,因地制宜、循序渐进、科学有序地进行体育练习,有效增强体质,提神益智,健全学生的价值观与人生观,从小养成团结友爱的集体观念和勇于拼搏的进取精神,是迫切需要全社会来共同关注的焦点话题。

## 参考文献:

[1]周琼.对农村学校体育教学现状的思考[J].老区建设,2019(008):57-58.