

大众体育活动在健康教育的有效性分析

郑新刚 张晓波

(齐鲁医药学院公共教学部 山东 淄博 255000)

【摘要】要想在大众体育休闲活动的过程当中实行健康教育,这是一件不容易完成的目标,因为利益可以传递给整个组织者,以及社会。本文就将对大众体育活动要如何促进体育健康教育进行简要探究,并且在组织活动的过程当中对教育进行改善。只有体育活动能够受欢迎地周期性举行,才能够成为健康生活的有效教育工具。

【关键词】大众体育;健康教育;有效性

引言

随着我国科技的快速进步,人们的生活水平也有了进一步提高,在医学方面也取得了巨大成就,但是我国目前仍然存在着许多关于健康的问题,许多年来人们都对付了许多疾病,但是又有着新的疾病肆虐。所以健康的生活方式已经流入到我国的社会当中,并且迅速传播,本文就将对当前体育娱乐活动是如何促进健康教育的进行简要探究。

1 大众体育在健康教育当中的重要价值

有一些价值观念涉及教育的过程以及教育的目标,这比任何时候都强调教育实践在价值观中的作用。对于一些年纪较小的人来说,健康教育较为抽象,他们不能够良好地理解什么是健康教育,很难让他们形成健康的价值观,然而健康不是一定的物质条件,它可以被视为一种过程,了解健康的连续性,将能够使人从健康的一段连续到个人兴趣的发展,健康方面的工作就可以归结为健康生活的一种方式,一个人在自己身上进行工作就是对健康生活方式的实施。

体育活动是许多社会理想价值观的载体,而体育活动也受着制度形式的改变,体育娱乐是最为广泛的领域,他直指健康的生活方式,在这个过程当中,各种各样的娱乐活动能够满足个人需求,他应该值得注意的是,强调健康价值的健康教育是一个连续的过程,贯穿于每个人的生活阶段当中,而且更多的时候是超过于学校的体育教育的。体育与健康教育的组织者应该承担起教育工作。健康被认定为是一种价值,在众多的健康定义中明确地指出了,所有的正确健康并不是一项容易的任务。健康既指身体的健康,也指精神和社会状态的健康,不仅仅是没有疾病,而是拥有一个良好的状态。

有许多人在生活的过程当中都对健康缺乏尊重的表现,尽管在我们的文化当中这是被认为有巨大价值的,然而危险的行为比谨慎的行为更加具有吸引力,身体和精神上的惰性是每一个人进行体育活动时不可避免的。无论是家长还是在学校当中,这都是教育过程当中所需要面临的巨大挑战,然而重要的就是要寻求新的解决方案,建立相应意识,成为社会理想价值观的重要载体。强调健康价值是每一个健康教育过程当中需要不断进行的,它将贯穿于整个健康教育活动中。

2 大众体育和娱乐活动是健康价值观的主要载体

体育领域的活动大多数都涉及情感与竞争,他们将能够诱人向指定地点和时间聚集,约定参赛者之间的位置,是受到严格规定和限制的,其目的就是选出其中最为优秀的胜利者,在审查体育项目的过程当中,必须要对人员进行区别对待。虽然在以往的体育赛事的过程当中,都会吸引大量的观众进行观看,并且聚集在一起为职业运动员进行加油,但典型的娱乐活动却包含了大量的体育活动。其中的区别是十分重要的,因为它不仅可以决定人们的行为,还能够对人们的健康产生相应的

影响,当然体育活动在心理社会福利方面也有着巨大作用,并且还会间接地影响到体育活动。体育活动是大众文化的主要组成部分,它既超越了体育的范畴,也起到了讯息的作用,然而积极地参与相应的娱乐活动并不能够使人们带来健康的生活方式,除此之外还应该通过增强健康的训练来使生活变得更加健康,为健康生活开辟一条新的道路,即使不需要事先准备体育和娱乐活动,只是一般的参与者也应该具有健康的意识,在体育活动的过程当中促进健康的价值。只有合适的体育活动才能够触发新的动作,带来新的力量,确定人类的责任,唤醒休眠的力量,使每一个团体、社会阶层,都能够达到非常良好的效果。活动的组织者应该承担起健康教育的价值,为健康教育负责任地制订相关的活动来促进人民的身体健康。

几乎所有的体育活动都是关于促进生活健康方式而规定的,但是在某些情况下,这不过是一些公司为了能够计划出包含健康有关的规定而设定的生活方式和健康生活,健康生活的促进是隐藏议程的载体,组织者与参与者在不知不觉中就传递了相应信息。一个良好的活动几乎可以促进任何事情,一个特定的活动也能够为人们的休闲提供环境,他对组织者来说,需要充分的意识将其进行影响,并且通过有意识的活动来塑造它。值得注意的是,不仅仅是组织者,其他的参与者或者是观众和路人,都要能够在体验的过程当中自我反省,因此群众性的体育娱乐活动的目标将可能会变得更加大众化,包括积极参与的教育卫生培训计划。

在一些娱乐活动的过程当中,参与者就可以接受到免费的预防性检查,可以与多个领域的治愈专家进行访谈,人们将不会忽视健康行为的社会文化决定因素,虽然生活方式在社会化过程当中是一个不健康的状态,但是随着个体的发育,后期也会发生巨大的变化,生活方式的改变就能够有利于价值观念的重新定位。

结语

在大众体育娱乐活动的过程当中,相关组织者不应该鼓励参与人员之间互相竞争,而应该让他们定期地参与健康活动,给予及时的促进作用,积极参与体育活动的过程当中,也可以预防计划好健康能力的控制,使体育活动能够成为社交活动的主要载体。良好健康的生活方式是宣传者在宣传的过程当中应该着重强调的价值观,并且还要将其置于赞助商的商业战略之上。

参考文献:

- [1] 陆雯婕. 资源依赖视角下我国草根体育组织发展的困境与超越 [J]. 广州体育学院学报, 2018, (6). 41-44.
- [2] 吴俊. 我国东部沿海省份落后乡村体育组织资源实情与开发 [J]. 吉林体育学院学报, 2017, (4). 38-43.
- [3] 李甜. 全民体育视角下城市社会体育组织构建发展研究 [J]. 赤峰学院学报(自然科学版), 2016, (23). 224-225.