

# 阳光体育运动理念下的警察院校体育教学 改革探讨

岑 凤

(广西警察学院 广西南宁 530028)

【摘要】在我国高等院校体育教学过程中，警察院校的体育教学一直以来都是重要的环节，相较于其他高校，警察院校的体育教学还存在许多问题，这些问题会影响到警察院校的学生的身心发展。随着社会的不断进步和经济的高速发展，警察这一职业也迎来了更高的挑战。作为专业培养警察的院校，一定要让学生全方位的发展，强健的体魄是警察的基础，为适应这一需求，警察院校需开展有效的体育教学，培养身心健康的优秀人才。本文就阳光体育运动理念下警察院校体育教学进行探讨以及分析，找到其中存在的问题，并找到解决方案。

【关键词】阳光体育运动；警察院校；体育教学

DOI: 10.18686/jyyxx.v3i4.41910

随着“阳光体育运动”发展的不断深入，警察院校也应当对体育教学重视起来，有效开展体育教学，给警察院校的学生带来强健的体魄以及健康的心理。警察院校在体育教学方案中也应当适当改革，找到可实施的教学理念以及方法，不断提高体育教学的质量。警察院校作为特殊的高校，在“阳光体育运动”理念下应当重视体育运动，让学生综合发展。

## 1 体育教学对于警察院校的作用

警察院校不同于其他高校，由于其院校的特殊性以及职业的原因，体育教学一般作为警察院校的主要学科。作为警察必须要有强健的体魄，因此在警察院校中开展体育教学，不仅只针对于练就一身强健的身体这一目标，还应该以实战目的为主。现阶段普通的体育教学方式已经不再适用于当前环境下的警察院校，若警察院校在开展体育教学过程中，只针对于体能训练和竞技训练，则达不到社会对于警察的基本要求。因此必须在警察院校开展行之有效的体育教学方法，警察院校的学生毕业之后会成为人民警察，其面对的困难是无穷无尽的，有时候在工作中还会发生一些突发情况，因此专业的技术以及过硬的身体素质是他们工作的基础条件，而在警察院校中开展有效的体育教学活动，则可以让让学生更好的掌握其专业的技能，以此来达到开展体育教学的目的。在警察院校开展良好的体育教学，能够提高学生对体育的热情，以此达到强身健体，多向发展的作用。

## 2 警察院校体育教学的现状以及问题

### 2.1 警察院校对开展阳光体育运动的重视度不够

阳光体育运动的开展是为了让学生拥有一个更好的身体，可以让让学生从课堂放下书本，走向操场去释放压力，挥洒汗水。在警察院校中开展阳光体育运动，能够丰富学生的课堂生活，提高他们的身体素质，也能够打造一个和谐愉悦的校园环境。但目前部分警察院校对于体育教学并不重视，没有针对体育教学制定有效的计划

以及方案，这就导致阳光体育运动理念没有充分发挥出来，在开展体育教学过程中也存在一定问题，学生对于体育课也缺乏相关的认知。随着社会的发展，社会对于警察的要求也越来越严格，国家对于警察院校体育教学的要求也在慢慢增加，若部分警察院校一直不重视体育运动，则会导致警察院校的学生不能拥有良好的身体素质，对其以后的工作也有一定影响。

### 2.2 体育教学目标不合理

其实部分警察院校的体育教学目标设置的不太合理，在某一阶段，会影响学生的全面发展，这也是部分警察院校目前所存在的一个问题。就目前而言，部分警察院校的体育教学活动一直都比较倾向于军事体育课程以及竞技体育课程的开展，这两类课程对于培养学生的技能以及身体会起到一定效果，但不能让学生全面发展。体育教学目标应该往长远的方向看，应该考虑学生的未来工作发展方向，应该以体育基础知识、基本技术为主要工作，让学生在锻炼身体的同时，还能提升自己的综合素质。在开展体育教学的活动中，由于教学目标不合理，往往只注重学生的体能技术培养，而忽略了学生的身心健康这个平衡点，若不及时处理，则会导致学生不能良好发展。

### 2.3 体育教学体系不合理

由于警察院校的体育教学体系不合理，使学生对于体育知识掌握程度不全面，这也是目前所存在的一个问题。社会在不断发展，国内外的形势也在不断变化，警察院校的体育教学也不能墨守成规，一定要根据形势变化而做出创新。以往的体能、格斗等内容已经不能满足现阶段发展的需求，除此之外，针对于以往的体育教学活动，一般都侧重于为学生讲解理论知识，从而忽略了学生的实践，若学生少了这些实践的机会，在以后工作中遇到问题就不能快速解决，其影响是非常大的。

### 2.4 教学评价标准不太科学

在阳光体育运动理念的基础下，部分警察院校对于体育教学运动的教学评价标准不太科学，这也是警察院校体育教学中所存在的一个问题。部分警察院校在评价

过程中,会忽略对学生主动学习能力得培养,其关注点往往只在于学生的职业技能以及体能培训。教学评价标准若不科学,只侧重于学生的体能培养,虽然这在一定程度上可以提高学生对于体育教学的兴趣,但不利于学生的全身心发展。

### 3 “阳光体育运动”理念下的警察院校体育教学改革

#### 3.1 重视阳光体育运动开展

部分警察院校对于阳光体育活动的开展重视度还不够,因此作为校领导,应当主动重视阳光体育运动的开展。在宣传方面,学校也应当丰富宣传内容,制作相应的宣传海报以及文案,将阳光体育运动宣传到位,使得每一位学生都知道阳光体育运动的重要意义。除此之外,校领导还应该制定相应的执行计划,在警察院校开展阳光体育运动。当计划实施时,校领导以及老师应主动投入到阳光体育运动当中,带领学生进行体育运动,在整个过程中调动学生的积极性,让学生全身心投入到阳光体育运动中。整个体育运动教学也应与学生的实战为主要方向,在这一基础上再让学生进行身体锻炼,将多种模式相结合,让学生在体育运动中得到全方位的培养。在警察院校开展阳光体育运动时,教师也应当主动讲解体育活动内容,让学生深刻意识到体育的重要性,在课后也能自主的进行体育锻炼,一方面能够强身健体;另一方面还能提高整体综合素质。

#### 3.2 完善体育器材,改善教学环境

完善体育教材,改善体育教学环境,能够有效提高学生对于体育锻炼的积极性。在阳光体育运动的理念下,部分警察院校的体育设施还达不到标准,这一点也直接影响了许多学生对于体育运动的热情,因此想要开展良好的阳光体育运动,还需要对学校的体育设施进行更新。良好的体育环境是培养学生积极主动性的前提条件,警察院校也应当尽力满足这些需求,高校拥有良好的体育设施,能够让学生更好的进行体育运动。除此之外,警察院校的学生每日所学习的课程众多,压力也是极大的,若学校有良好的教学器材以及体育环境,则可以让让学生更加轻松的进行体育运动。在整个运动过程中,能够让学生抛开烦恼,释放压力,随时保持愉悦的心情,有利于学生的全身心发展,从而也达到了“阳光体育运动”的教学理念以及要求。

#### 3.3 优化体育教学课程结构

在阳光体育运动的理念下,警察院校除了要制定相应的计划和规章制度来重视阳光体育运动外,还应优化体育教学课程结构,对相关的体育教学模块进行更新以及优化,以学生的身体健康为主要思想,以此来开展阳光体育运动。在进行体育运动教学过程中,还应当与学生的实际情况相结合,以阳光体育运动为基础,可以开展体育必修课以及大课间等形式,激发学生的体育运动潜能,让学生积极主动的参加到阳光体育运动中。

#### 3.4 创新体育教学课程结构

创新体育教学课程结构也是一个行之有效的办法。在警察院校创新体育课程,结合实际情况开展体育运动。

一方面,警察院校可以根据学校的实际情况来开展教学任务,提前统计每个班学生的整体素质以及热爱体育的程度,再根据这些数据设置选修课程,让学生对于体育运动进行选择。在体育运动课程的设置上,学校也应当根据学生的性格以及民族开设体育课程,对于警察学院的少数民族学校可以开展相应的民族体育,对于一些性格比较突出、比较活泼的学生,可以开展拓展体育以及娱乐体育。针对不同的学生开设不同的体育课程,让所有学生都能够根据自己的需求进行选择。教师在授课时也应分类别进行授课,以这种方式开展体育教学活动,能够让学生积极主动的参加到体育活动中,从而达到“阳光体育运动”的教学理念。

另一方面,对于部分警察院校的体育课程而言,教学内容有待加强,不仅仅只局限于基础的体能知识训练以及技术掌握,还应该结合实际情况对学生进行训练。让学生在掌握理论基础的同时,再去进行实践,不仅能够丰富学生所学的知识,还能够在实践过程中锻炼身体,提高学生的体能。除此之外,对于教学内容的改革,警察学院也应当进行多元化发展,将教学内容分为两个部分,一部分为必修,另一部分为选修。基础的理论知识可作为必修,让全体学生都参与到学习中,选修的体育项目可以设置得更加丰富,将体育运动呈多元化发展,才是开展阳光体育运动的最终目的。

除此之外,还应当对警察院校的教学评价进行更新。部分警察院校对于体育教学评价的标准都比较单一,这种方法不利于学校开展体育教学活动,也不利于阳光体育教育的理念,因此需要及时更新教学评价标准,针对运动强度、运动内容以及实战应用为主要评价目标,结合教学的内容以及教学情况进行改革,在警察院校对学生进行体育运动的调查,了解学生的体育运动情况,根据这些情况作出反馈和调整,以此来更新教学评价标准。

## 4 结语

在“阳光体育运动”的理念下,警察院校开展良好的体育活动,能够提升学生的身体素质以及心理素质。不过就目前而言,部分警察院校对于体育运动开展都存在一定问题。例如,不重视开展阳光体育运动,体育教学目标不合理,体育教学体系不合理,体育教学评价标准不科学等,这些问题都会严重影响警察院校的学生的身体发展。因此警察院校必须在“阳光体育运动”的理念下大力开展体育运动,大力宣传“阳光体育运动”,更新学校的体育设施,创新体育教学课程结构等,实现体育教学的个性化和全面化发展。

作者简介:岑凤(1981.10—),男,广西贵港人,讲师,研究方向:大学体育,警察体育。

## 【参考文献】

- [1] 金宏伟.“阳光体育运动”理念下的警察院校体育教学改革探讨[J].林区教学,2019,264(3):112-113.
- [2] 吕姿樵.阳光体育运动理念下警察院校体育教学改革的研究[J].运动,2016(8):38