

试论学校大课间体育活动的合理开发和利用

◆王妃光

(广州市海珠区工业大道中小学)

摘要:《中共中央国务院关于深化教育改革全面推进素质教育的决定》明确提出:“学校教育要树立健康第一的指导思想”,教育部在《21世纪教育振兴行动计划》中,再次提出每个学生每天参加一小时体育锻炼的具体要求。学校体育职能部门适时地提出多项改革举措,其中体育课改和大课间体育活动意义尤为重大。结合《体育课程标准》,大课间体育活动极需有力更新。它不仅有效地缓解学生压力,还能提升学生合作能力和健康水平,促进全面和谐发展,为培养素质人才奠定夯实的基础。

关键词:学校;大课间;资源;开发和利用

为了贯彻中小学生“每天锻炼一小时”的国家政策,我校已开展大课间近十个年头,而且取得了明显效果。为了进一步提高大课间活动质量,达到强身健体,休息调整等功效。分析了我校大课间开展的现状。结果发现,虽然大课间已经得到全面开展,但活动内容单调、乏味,场地器材受限,长期固定模式,学生厌倦。体育大课间资源的开发与利用非常有限,严重制约体育大课间的质量的提高与持续发展。因此,提升体育大课间活动质量与发展,活动质量发展与应用已迫在眉睫。

这是摆在我们每一位体育教师面前的紧迫任务。为此,笔者从以下几个方面谈谈对学校大课间体育活动的开发和利用。

1.大课间体育活动资源在实施中的必要性

在这新形势下,原来的体育活动已不能完全适应时代发展和素质教育的要求,主要表现在以下两个方面:

1.1 原来的体育活动内容已不能很好地适应素质教育的要求

由于过去竞技体育、体质教育的影响,活动的内容主要以竞技运动项目为主,都是竞技化、成人化的,很少考虑学生的兴趣、需求和可接受性,使得原来的体育活动内容很难突破竞技体育的框架,导致体育活动内容极度单调、贫乏,从而在活动内容上不同程度地存在陈旧、重复的现象。

1.2 原有的体育活动结构已不能很好地适应素质教育的精神

过去,体育活动内容的设置是以学科中心主义为指导思想,偏重学科的逻辑性。现在,活动(大课间体育活动)内容的设置是以“健康第一”为指导思想,偏重学科的兴趣性。

2.大课间体育活动资源的特点

大课间体育活动资源充分的开发和利用,是提高大课间体育活动质量的重要举措和必经之路。

2.1 有地方的经济和文化特点。各地的经济文化有着各自的地域特点和民族特点,应大力开发具有地方特色的活动资源,把那些反映地方自然地理、风土人情、学生感兴趣的、体现学生生活经验的、带有民族特色的体育活动设置成大课间活动的内容。有了丰富多彩的大课间活动,缓解了学生的学习眼里,在活动中锻炼身体,增强体质。

2.2 结合本校的实际和体育传统活动项目。我们的大课间活动也应当符合本校体育的实际条件,同时应努力形成自己学校的传统体育活动(如自编操等)和传统体育运动项目内容,大力开发具有本校特色的活动项目。

3.大课间体育活动资源的种类

3.1 人力资源的开发和利用

学校大课间体育活动的直接参与者是教师和学生,在大课间体育活动设计过程中,除了体育教师外,还应注意开发和利用班主任、有体育特长的教师(新兴体育舞蹈)、音乐教师(指挥音乐的挑选)、计算机教师(音乐剪辑、录像效果反馈)和校医等人力资源,充分发挥他们的作用。此外,应充分调动学生的主动性和积极性,发挥有体育特长学生的骨干作用。例如我校自编操就是发挥正、副班主任、骨干学生和家的作用,创编具有本班特色的每班一操的自编操。在校外还可发挥社会体育指导员的作用,请他们辅导学生进行体育活动。在家庭应充分发挥家长对学生的体育活动进行督促、帮助等作用。

3.2 体育设施资源的开发和利用

体育场地、器材是学校大课间体育活动的质量,是否增进学生健康的物质保证。学校对现有体育设施应充分发挥应有的作用,同时也要努力开发它的潜在功能。

3.2.1 发挥体育器材的多种功能

体育器材一般都具有多种功能,例如:呼拉圈可以挂在腰上摇和放在地下用来定位跳,也可用作钻越的障碍(竖起来用);用跳绳可以做绳操、拉绳、钓鱼(游戏)等。体操垫可当小山、小河和房子等障碍物。只要用心去思考就不难发展平时使用器材的许多新功能。

3.2.2 制作简易器材、改进场地器材,提高场地利用价值

废旧创新,把多余的置物架和坏掉的课桌面制作“龙舟”等等。可以把学校成人化的场地器材改造成适合小学生活动的场地器材。如降低篮球架高度、降低乒乓球桌的高度、缩小足球门等。各校可结合本校实际,制作简易器材,改善、充实大课间体育活动环境和内容。

3.2.3 合理布局学校场地器材

大课间体育活动场地器材的布局,应当既要考虑活动时高、低年级学生活动的搭配,又要合理安排活动时所需的器材。既要确保安全,又要保证学生有地方活动。既要充分利用场地,又要具有自己活动的特色。

4.大课间体育活动内容资源的开发和利用

4.1 现有运动项目的改造

现有运动项目资源十分丰富,要大力开发以适应和满足小学生的实际需要。体育教师应根据学生的年龄和身心发展情况加强对运动项目的改造工作,这是大课间体育活动设计的重要内容,也是教师发挥作用的重要方面。

4.2 民族传统项目的继承

大课间体育活动项目应以各种各样具有民族特色的体育活动项目,如:舞龙、划龙舟、滚铁环、竹竿舞、秧歌舞等。对学生感有兴趣项目的开发,发挥学生积极主动参与活动。

4.3 对新兴运动项目的引用

结合本校的实际情况在大课间体育活动中选用健美操、形体操、跆拳道、现代舞蹈等新兴运动项目的开发。

5.大课间体育活动信息资源的开发和利用

应用各种媒质如广播、电视、网络多媒体等,获取最新体育信息,不断充实和更新大课间体育活动内容。通过信息资源的开发和利用,让活动参与者能懂得如何获取、利用信息,为活动提供参考依据或借鉴资料,从而更好地与活动和谐发展。

大课间体育活动资源的开发和利用有没有注意到活动内容的选取是否适合学生的年龄特点,是否满足学生的兴趣和爱好,是否具备注有新鲜血液的生命力,取决是否溶入于教师、学生及其生活,以及社会生活与实践。

参考文献:

- [1]安康市小学大课间体育活动现状及内容资源开发的研究[D].田晓璇.西安体育学院.2015(5)
- [2]中小学体育大课间活动资源开发与研究——以惠州市惠城区中小学为例[J].朱少林.当代体育科技.2018(09)

