

试论农村中学体育大课间活动的有效性开展

◆洪焱

(安徽省肥西官亭中学 安徽省肥西县 231261)

摘要:由于校内的大课间活动普遍采取广播体操的活动方式,不能激发起学生体育锻炼的兴趣,此外,也未能有效培养学生自觉锻炼的习惯。尤其是农村中学大课间体育活动更是如此,与城镇中学的大课间体育活动相比较枯燥乏味。为了改变农村中学体育大课间活动的有效性,应当响应新课改的要求,改变原有的体育教学模式,如在体育课程中加入大课间体育活动,激发学生的学习兴趣,提高体育大课间活动开展的有效性。

关键词: 中学;农村;体育课间活动;策略研究

体育教学是我国教育中的重点目标,以培养学生自主锻炼的习惯,使自身的体质不断提升,实现德、智、体、美、劳全面发展为主。而大课间活动加强体育运动是培养学生自主锻炼的重要环节,在城市中的体育教学中已经注重起来^[1]。农村中学由于诸多方面的因素,并未重视课间体育活动,阻滞了农村学生的发展。要根据农村中学的特点制定改革措施,将课间体育活动内容丰富起来,与城镇中学课间体育教学的距离不断拉近。

一、农村中学体育课间活动面临的问题分析

(一)形式

农村课间体育活动未受到学校的重视,在学校的教学理念中,课间体育活动只是为了应付我国教育部门的要求以及学生进行娱乐的环节。采取的课间体育活动仍然延续着课间操的方式,学生在千篇一律的形式下,厌倦的心理越来越强,在活动过程中越来越懒散,而农村中学针对学生懒散的现象也未加管理,使课间体育活动的重要作用无法充分发挥出来。

(二)内容

课间体育活动是让学生在学习过后放松自身心态以及释放压力的重要环节,同时,通过课间体育活动,实现了体质不断增强的目标。由于农村中学教学理念中并未注重体育教学,课间体育活动更是为零,仍然采取传统流传下来的课间体操内容形式,让学生进行锻炼,内容枯燥乏味,学生的锻炼意识逐渐低下,甚至产生厌恶锻炼的心理。

(三)时间

教育部门规定了课间的活动时间,但是在农村中学内部没有依照教育部门的时间规定,只采取5至10分钟左右的活动时间做做广播操走走形式,即完成了课间体育活动。从此可以看出,农村中学课间体育活动严重缺失。

二、农村中学体育课间活动有效实施的策略研究

(一)加大宣传力度

课间体育活动能够让学生增强体质、释放压力、愉悦身心,需要让学校领导层、体育教师重视起课间体育活动的重要作用。当地教育部门要对农村中学宣传课间体育活动的重要性,要采取不断加大宣传力度的方式,让农村中学了解体育教育的目标,才能采取有效的改善措施,改变课间体育活动模式,让学生在丰富的体育活动中实现体质不断增强的目标^[2]。

(二)改善农村学校设施或者自创器材

农村中学由于资金缺乏,在体育教学方面未投入较多的资金,使农村中学的体育场地与体育器材严重匮乏。教育部门要注重农村中学资金匮乏的问题,加大对农村中学的经费投入,扩建学校的体育场地和补充体育器材。另外,农村中学可以采取教师与学生共同自创体育器材的方式。在自创的过程中,学生的兴趣被激发,积极参与到课间体育活动中来,实现课间体育活动的教育目标。

(三)培养体育教师

体育教师的专业素养决定着课间体育活动的实施质量,课间体育活动内容需要体育教师运用自身的专业性来制定。另外,课间体育活动属于全校学生行为,范围大、内容广,体育教师要拥有组织能力,才能将课间体育活动有效的开展,充分发挥出课间体育活动的作用。各地教育部门以及学校,要注重体育教师的培养,可以采取鼓励机制促进体育教师自修或者是采取培训的方式将先进的体育教学方式传授给体育教师,使课间体育活动质量逐渐提升。

(四)资源整合

大课间体育活动内容可以根据学校的实际条件创建,将各个学科中与体育相关的环节利用进来,丰富大课间体育活动,使学生在多样化的大课间体育活动中,不断提高参与兴趣,使大课间体育活动的作用充分发挥。

例如,音乐是每位学生比较喜欢的,可以与体育活动进行融合。以往跳绳体育活动的方式是将时间限制告知学生,让学生在枯燥性的在限制的在规定时间内跳的越多越好。课间体育活动可以改变枯燥的跳绳模式,将音乐与跳绳体育活动相融合,在音乐的播放下,让学生踩着音乐的音调跳绳,学生的兴趣会被激发出来,使自身得到了锻炼。

(五)建立农村特色活动

每个地区的农村都拥有独特的特点,学校和体育教师需要将当地的特色融入课间体育活动中,实现丰富课间体育活动的目标。另外,学生是在本地土生土长的,对当地的各方面都比较熟悉,利用当地的活动是在学生的认知能力范围内,学生能够更快速的掌握。通过对比,并不是运用城市中的活动内容才是培养学生体育运动的重要工具,农村当地的特色在农村学生的眼中要比城市中的新鲜活动更有吸引力,农村中学可以注重此项环节。

(六)组织保障

大课间体育活动的有效开展,并非体育教师一人之力,需要学校、全体教师积极配合,才能将大课间体育活动高质量施展。农村中学应该设立大课间体育活动的组织部门,确立专人负责,使学校的大课间体育活动顺利的开展。学校还要设立研究小组,不断研究有利于学生体育运动的活动,不断丰富大课间体育活动的的内容,激发学生的参与兴趣,达到大课间体育活动健康发展的目标。

(七)活动设计

在设计大课间体育活动时,要考虑学生的特点、心理、身体素质。由于年级的不同,学生的心理和身体素质拥有差异性。在设计大课间体育活动时,要将不同年级学生的状态考虑在内^[3]。每个年级开展的课间体育活动,能够提升学生的体质,同时又能与学生的心理、身体素质相辅,这与体育教师的专业素养有较大的关联。体育教师在设计时,要以激发学生参与兴趣为初始目标,通过多样化、适合学生年龄的大课间体育活动,可以促进学生的身心发展,使农村中学原有的状态显著性的改变。

体育教师在实际设计时,可以采取以下措施:首先,根据学生的年龄。每个年龄段的学生拥有的体质不同,体育活动拥有的强度大小具有差异性,教师需要按照学生的年龄选择体育活动。其次,根据学生的条件,让学生自主选择体育活动内容,目的是以学生的兴趣为出发点。最后,调节活动难易度。体育活动是要促进学生个体的发展,体育教师要根据学生年龄段进行难易度的设置,使学生实现了有效的锻炼。

综上所述,农村中学大课间体育活动需要改变以往的活动模式,从而促进学生体质的提升,使学生向德、智、体、美、劳全面发展。要求学校注重大课间体育活动,丰富大课间体育活动内容,以学生的兴趣为出发点,实现农村中学大课间体育活动有效变革。

参考文献:

- [1]苏近阳.遵义市农村中学体育课外活动开展现状分析[J].体育世界(学术版).2012,(05):36-37.
- [2]李晓滨.农村中学课间体育活动探究[J].学周刊.2015,(17):15-16.
- [3]王芳.中学体育课外活动中的教育方法分析[J].运动.2015,(24):19-20.

作者简介: 洪焱(1982年1月-),安徽省肥西官亭中学,男,汉族,安徽省肥西县,大学本科,中学一级教师。

本论文系合肥市教育科学规划课题研究成果,课题名称:提高农村初中大课间体育活动实效研究;项目编号:HJG17019。