

课外体育活动在学校体育中的作用

◆何秉光

(易门县方屯中学)

摘要:随着素质教育的全面推进,体育教学改革的号角已经吹响,但课外活动作为学校体育中一个不可分割的部分没有得到足够的重视。课外体育活动好与坏,直接影响体育的发展。在我国学校体育的发展中,不同的阶段对课外体育活动在学校体育教学中的作用有不同的认识,即使在同一时期的认识也有不同。课外体育活动的基本组织形式和特征多种多样,是体育课的继续延伸和补充。

关键词:体育活动;学校体育;作用

一、课外体育活动的发展

在我国,课外体育活动一直受到重视。1951年7月,政务院《关于改善各级学校学生健康状况的决定》中规定:“学生每日体育、娱乐活动或生产劳动时间,除体育课及晨操或课间活动外,以1小时至1小时半为原则”。1954年颁布实施的《准备劳动与卫国体育制度》进一步促进了课外体育活动的开展。同年8月,国务院批转了教育部、国家体委、卫生部《关于中小学生的健康状况和改进学校体育、卫生工作的报告》,报告中要求学校体育面向广大学生,首先上好每周两节体育课,同时坚持做早操和课间操,安排好每周两次班级课外体育活动。在广泛开展群众性体育活动的基础上,适当组织学生参加运动竞赛,有条件的学校开始试行《青少年体育锻炼标准》。1979年10月,教育部和国家体委联合颁发了《中小学体育工作暂行规定(试行草案)》,在总则中把指导学生锻炼身体、增强体质、学会科学锻炼身体的方法、养成经常锻炼身体的习惯作为学校体育的任务,并把群众体育活动开展的情况,通过《国家体育锻炼标准》的人数、学生的健康状况等作为评定学校体育工作的标准。

二、开展课外体育活动的指导思想

为贯彻《中共中央国务院关于加强青少年体育增强青少年体质的意见》精神,落实“生命—和谐”教育理念和阳光体育运动,全面实施素质教育,培养德智体等全面发展的人才,积极贯彻“健康第一”、“每天锻炼一小时,健康工作五十年,幸福生活一辈子”的现代健康理念,以全面实施《学生体质健康标准》、大力推进素质教育为重点,蓬勃开展“阳光体育活动”。加强学校体育课程建设。养成良好的体育锻炼习惯,提高学生的思想素质。

三、什么是体育课外活动

课外体育活动是相对于体育课而言的。它是指学生利用课余时间参与的,以锻炼身体、愉悦身心为目的的体育活动。课外体育活动作为体育课的补充、学校体育的组成部分和教育的手段,已有近百年的历史,在世界上已成为一种教育制度,且在内容和形式上都有新的发展。课外体育活动一般包括以下几种:

①早操和课间操。它们是学校作息制度中安排的体育锻炼,学生每天都应当参加。早操和课间操的内容一般应以徒手操或武术操为主,还可作慢跑步、素质操,或做较缓和的游戏。②班级体育活动。这是在课外时间以班为单位,根据性别、体质、技术水平和对体育的爱好等不同情况,组成若干锻炼小组进行各种体育活动。③学校运动队的训练。这是在学生普遍参加班级体育活动的基础上,把部分运动成绩好的学生,按特长组织成若干运动队,进行课外训练,不断提高运动技术水平,为国家发现和培养优秀的体育人材。④运动竞赛。这是推动学校群众性体育活动广泛开展,增强体质和提高运动技术水平的重要措施。

四、课外体育活动的意义

课外体育活动是学校体育的重要组成部分,它与体育教学、运动训练相辅相成,能促进完成学校体育的目的任务。课外体育锻炼是利用课余时间,对教学的继续、延伸和补充。它运用各种身体练习的方法,进行经常的全面身体锻炼,以达到增强学生体质,培养锻炼习惯,调节精神和丰富课外生活促进学生全面发展的目的。

五、课外体育活动的特点

1、以健身为目的,追求锻炼的实效性。

2、组织灵活多样,内容方法多变。

3、因材施教,区别对待。

4、课外体育活动的另一种特点是满足学生个人的爱好和发挥个人特长,比体育课具有更大优越性。

5、活动范围的广泛性。

6、自主选择性。

六、课外体育活动的原则

1、自觉性原则

2、适量性原则

3、针对性原则

4、体育教学与课外体育活动相结合原则

5、普及与提高结合,一般项目与《国家体育锻炼标准》项目相结合,传统项目与全面锻炼结合,运动竞赛与宣传教育相结合原则。

七、课外体育活动的实施措施

1、成立领导小组,切实加强组织领导。组建以校长为组长,分管副校长为副组长,教务处、政教处、团委、体育教研组、年级组负责人为组员的领导小组。

2、从时间、人员、内容上作出具体、细致、周密安排,明确责任人,建立健全工作责任制和保障机制,确保活动时间记上课表、组织人员有落实、活动内容有安排、场地器材有保障、安全及医务监督有保证。

3、精选课外体育活动项目,保证活动质量学校体育课外活动对于丰富学生的文化生活,增长体育知识,促进健康和提高运动水平等有的特殊作用,每个学校均可根据自己的师资条件,场地器材设备和学生的爱好,选择一两项目运动,长期开展,使之形成传统。

4、建立课外体育活动管理网络,提高管理效能。课外体育活动参与的人员多、工作量大,仅靠体育教师的努力是很难做好的。

5、加大经费投入。学校要加大对落实“保证中学生每天一小时校园体育活动”的经费投入,每年安排一定比例的经费用于保证开展体育活动场地器材设施的需要。

6、建立体育与健康教育教学评估制度、健全学校体育专项督导制度、完善学校体育督导评估和表彰机制,活动中成绩突出的个人或集体应予以表彰和奖励,以调动学生参与活动的积极性。

7、加强体育师资队伍建设。学校要把加强体育师资的管理,制定体育教师培养、培训计划,根据体育教学和活动需要,尽快配齐器材,按个体育教师的特长做到专职专用,以满足学校体育工作需要,体育教师必须按学校安排认真做好指导工作。

8、加强安全管理。学校要进一步完善学校体育教学、体育活动课和大课间活动的安全管理制度;建立校园意外伤害事件的应急处理机制,建立和完善学生意外伤害保险制度;加大对大型体育活动的安全管理,大型活动前要制定安全预案;加强体育设施的维护与管理。

总之,我们在强调体育教学是学校体育的基本组织形式的同时,决不能忽视课外体育活动在学校体育中重要地位与作用,体育教学与课外体育活动是不能相互代替的组织形式。中学体育课外活动是学校教学工作的有机组成部分,必须充分认识它的重要意义,使得课外体育活动的效应最大化,为新体育课程改革的标达成提供有力保障。因此,学校在上好体育课的基础上,必须积极认真地开展课外体育活动,做到课内外密切结合,更好地完成学校体育的任务。

参考文献:

- [1]《中国学校体育》杂技。
- [2]《体育教学》杂技。
- [3]《课外体育活动》百科。
- [4]《体育理论》教材。