

全面提高学生体质的几点思考

◆魏敏芳

(无锡市新安实验小学 江苏无锡 214000)

摘要:提高学生体质是体育工作的重要目标,但也有学校在于表面完成上级任务,而没有针对性的进行反思,促其成长,效果更是甚微。本文针对这一现象,从部分学校的实际出发,提出了一些建议与措施。

关键词:提高;学生体质;建议;思考

促进学生体质全面提高作为学校体育的重点工作,每年都在实施,但真正切实有效地去提高学生体质的学校并不多。有些认真负责的学校,也只是在测试前利用一段时间针对性的练习一下!有的区为了切实有效的提高学生体质,专门组织中心组成员外出向有经验的学校取经,获取了一些好的做法。下面笔者结合自己的一些想法,就如何提高学生体质提出了建议。

一、突破、转型,凝聚各方面的力量

教育主管部门应根据本区实际,制定适合自己区域特色的考核量化制度,为推进学校体育工作的有效实施,以提高学生体质作为重要抓手。只有实施考核量化的制度,激发学校间的争优创先意识,才能切实有效地提高学生体质。学校的重视程度的改变,很大程度上取决于校长观念的转变,校长转变观念了将激起学校各职能部门的力量,发挥其价值,实施最有效的机制,大力促进提高学生的体质体能,促进全校学生的健康指数,为学生的终身锻炼奠定一定的基础。

1.校长的理念决定着学校体育的方向

校长是学校各项工作的组织者和决策者,他的理念、思想将会影响和带动全体教师的价值观。如果他是一个非常重视学校体育工作的领导,那么这个学校的体育成绩肯定不会差。所以真正要提高学生的体质,校长是关键人物,他的重视程度,决定着这所学校的体育工作的走向,决定着全体学生体质健康的状况。体育教师是学校体育工作的核心力量,学校领导只有充分挖掘体育教师的积极性,大力打造一支精干的体育教师队伍,营造积极向上的氛围,才能激发体育教师去思考如何才能更好的提高学生的体能,为学生的体质发展做出自己应有的贡献。学校可以制定一些对体育教师量化的考核标准,保障学生平日的体能运动量,每一学期结束时对每位教师的班级进行考察、或抽测,检测体育教师是否切实有效地落实自己的工作职责,对实施好的教师及时给予奖励与肯定,这样既能激发带动体育教师的工作动力,又能让学生体质提高真正落到实处。

2.充分发挥班主任在提高学生体质方面的作用

一个班级中学生的爱好,学习的兴趣,学生们的内需动力,班主任起着无法抗拒的力量。所以学校在实施学生体质方案的过程中,一定要充分考虑到班主任的重要作用,设计有效的奖励机制,调动班主任的积极性。如在优秀班主任的评比中可以利用班级各项体育活动的成绩给予加分,学校可以根据各年级体质考核

项目,开展一些年级组的小型趣味比赛,如立定跳远、仰卧起坐、跳绳、踢毽等比赛项目,可以以班级为单位,学生全员参与,计算各班级平均成绩进行评比。这样既能让学生全员参与到学练中来,感受竞赛的乐趣,又大大地培养了学生的责任感,团队意识!从而大面积的提高学生的体质。

3.充分发挥家长在学生体质全面提高方面的作用

如果说孩子的教育过程中,学校教育处于主导地位,那么家庭教育起着教育的连续作用,只有这两种教育相辅相成才会起到教育孩子的作用。班主任在班级中有一定权威性,家长朋友对于班主任的建议基本都是乐于采纳,再说,时下家长朋友的素质也大大提高,健康意识增强,对自己孩子的健康成长,肯定是放在第一位的,竞赛中班级的排名,责任心强的班主任,经常会督促学生家长每天检查学生的体质家庭作业完成情况。通过家校合作,学生每天锻炼的时间保证了,量到了,体质自然就上去了!

4.充分发挥体育教师在学生体质全面提高方面的作用

如何让学生懂得保护自己,提高学生体质?是我们每一个做体育教师应该着重思考,并努力实施的核心工作。体育教师不能仅仅限制于在课上做好示范与引领作用,课后,也必须时刻关注每一位学生的学练状况,以高度热情、亲力亲为,有针对性地提出改进建议,并组织参与一些趣味对抗赛、挑战赛等。利用学校大课间、体育活动课等,激发学生浓厚的学练兴趣。为学生的后续学练提供有力保障。如何能让学生在假期中,始终保持认真的学练状态,养成健康的饮食习惯,体育教师可以根据学生实际情况,设计一张假期运动处方,每天以一定的时间,让学生完成一定运动量。针对班上特别肥胖的孩子,可以提供一些健康饮食参考,借助家长的力量实施监督,为学生的假期学练提供最有效地保障。

二、强化、反馈,提高各职能部门的积极性

教育主管部门因不定时的,或者一个学期至少有一次到学校检测或抽查学生的实时体质数据,核实各学校的实际操作情况,这样能进一步强化学校对此项工作的重视程度,加大推进此项工作的有效实施力度。对学校上报的体质数据,抽测数据,应及时给予各所学校正确的反馈信息,及时表扬和肯定做得出色的学校。这样有助于学校改进和优化下一步工作的路径;有助于激发和提高学校对此项工作的高度热情;有助于学校检查具体操作中的差距,寻找下一步的有效途径。

三、开放、交流,促进具体操作者的实效性

学校与学校之间,只有实行开放,不断碰撞和交流,实施个性与共性,特殊性与普遍性的统一,大家不断碰撞和交流,吸取营养,永葆青春,具有活力,则就能真正寻找到提高学生体质的有效的途径,让每一所学校有强大的生命力,为实施好此项工作不断创新,为学生的健康体魄不断努力。

