

“阳光体育运动”背景下学校体育若干问题的探讨

林 伟¹, 游文华², 廖晓玲²

(1. 集美大学体育学院, 厦门 福建 361021; 2. 厦门市大同中学, 厦门 福建 361009)

摘 要:研究采用文献资料法与逻辑分析法,在阐释“阳光体育运动”的内涵及其时代使命的基础上,探讨了当前学校体育在开展“阳光体育运动”过程中所面临的诸多困惑。结果认为:为了推进“阳光体育运动”在各级学校的持续健康发展,学校主管领导及体育教师应明确目标,形成共识;构建与时俱进的课程内容体系;适当增加体育课的运动负荷和竞技成分,促进学生运动技能和身体机能的提高;同时还要建立完善的长效机制,确保该项运动在学校体育中能发挥更大的整体功能。

关键词:阳光体育运动;学校体育;国家学生体质健康标准

中图分类号:G807.0

文献标识码:A

文章编号:1007-7413(2018)03-0042-04

Discussion on Some Questions of Physical Education in the Background of Sunny Sports

LIN Wei¹, YOU Wen-hua², LIAO Xiao-ling²

(1. Physical Education Institute of Jimei University, Xiamen 361021, China;

2. Datong Middle School, Xiamen 361009, China)

Abstract: By documents and comprehensive analysis, the author probes into some confusing problems arising in the practice of Sunny Sports in physical education on the basis of explaining the connotation and the mission of Sunny Sports in modern times, and concludes that, in order to develop Sunny Sports, the authorities of schools and the teachers concerned should be clear about the purposes, share a common understanding of Sunny Sports, and construct an optimized curricular, properly increase training load and athletic composition to promote students' athletic skill and physical function. Meanwhile, a perfect long-term efficiency mechanism should be built up to ensure the campaign can play a better role in physical education in schools of all levels.

Key words: sunny sports; physical education; National Health Standards for Students

自从“阳光体育运动”工程在我国正式启动至今,已经走过了整整十年的实践历程。这项工程的启动与实施,无疑为学校体育的发展起到重要的作用。然而,在实施过程中,我们既看到了美好的发展前景,也在认识与操作层面遇到诸多问题,有些问题已经严重阻碍了该工程在学校体育中的开展进程,使之很难达到预期的效果和目的。为了增强该工程操作的规范性和可控性,使之在学校体育中得以长期有效地可持续发展,有必要对若干问题进行全面系统地探讨。

1 “阳光体育运动”缘起及其历史使命

我国“阳光体育运动”工程缘起于全国范围的学生体质健康水平持续下降的大时代背景,国家教育部

曾多次对全国范围学生体质健康进行调研,结果显示:我国各地学生多项体能素质指标呈持续下降趋势,视力不良率居高不下,超重和肥胖学生比例逐年增加。^[1]“身体越长越高,却跑得越来越慢;体重越来越重,力量却越来越小;胸围越来越宽,肺活量却越来越小;知识量越来越大,学生近视率也越来越高”成了当代中国青少年学生体质的真实反映。这些令人堪忧的现象反映了一个现实问题:尽管物质生活水平提高了,学习环境改善了,但学生健康水平却明显下降了。针对这一问题,2006年12月20日国家教育部、国家体育总局、团中央联合下发了《关于开展全国亿万学生阳光体育运动的通知》(下称《通知》),并于2007年4月29日全面开启了该项运动。^[2]这一运动让广大青少年学生走向操场,参加体育锻炼,切实

收稿日期:2017-11-30

第一作者简介:林伟(1969—),男,福建诏安人,讲师,硕士。研究方向:高校体育教学、体育人文社会学。

促进了青少年的健康发展。

“阳光体育运动”是一项在国家领导下,全社会支持、广大学生参与的,有目标、有任务、有措施的体育健身计划,是与建设和谐社会相配套的社会系统工程和战略规划,承载着艰巨而伟大的历史使命。首先,学生的健康体质是国家的财富,是社会进步、国家昌盛的希望,提高学生健康素质是提高全民族健康素质的关键。而“阳光体育运动”工程的启动正是新时期加强人才建设的战略措施和富国强民之本。该工程围绕“以人为本”的育人理念,吸引广大青少年学生走向操场和阳光下,激发学生运动兴趣,培养学生终身体育的意识。其次,“阳光体育运动”突出“运动、健康、快乐”的主题导向,在素质教育大环境中,与学校体育教学的要求相得益彰、相映成辉。“阳光体育运动”所倡导的“健康第一”思想,是在学校体育健康教育思想不断整合的过程中,人们对学校体育本质功能提出的更高要求。再次,该项运动的启动还使各级学校形成浓郁的校园体育锻炼氛围,激发学生努力进取、奋发向上,倡导各种健康文明的行为,从而进一步推动整个社会精神文明建设的发展。

2 当前学校体育的困惑

随着“阳光体育运动”走进各级校园,我国学校体育以其丰富的活动内容、宽松的组织方式引发学生无穷的向往。然而,近年来学校体育改革落后于社会发展,不适应时代的需求,则是一个不争的事实。从宏观方面分析,一方面,受传统教育理念影响,社会大环境对学校体育的错误认识一时难以彻底纠正;另一方面,教学观念、指导思想、教学内容和教学方法手段的陈旧僵化也是学校体育改革停滞不前的一个主要原因。从主观方面分析,部分学校领导对学校体育工作的重要性认识不够,工作思路不清晰,造成学校体育经费投入不足、体育场馆设施不完善的局面,这与学校招生规模扩大而体育场馆器材设施需求增大有关,这种窘境难以适应学校体育发展的多元化需求,特别是无法满足广大学生喜爱新兴体育项目的需求。学校在实践中也往往注重形式上的宣传,对其内涵实质的理解却存在缺陷和偏颇。纵观近年来我国学校体育的教学实践,主要存在以下几方面问题:

2.1 对“阳光体育运动”的实施细则缺乏足够认识

“阳光体育运动”作为当前教育领域的焦点和热点,频频出现在各种媒体上,但有不少体育业内人士

以及学校师生对它还相当陌生。从理论层面讲,对该项工程的实质和重要性缺乏足够的认识,例如,不少教师感到困惑:阳光体育运动和学校体育是什么关系?两者的目标、要求、内容、实现途径和手段是否一致?如果是一致的,为什么要特地启动一个“阳光体育运动”?也有人认为,在正常开展的学校体育工作或运动上冠以“阳光体育运动”之名,就算是开展了阳光体育运动。从实践层面讲,对如何有效实施该工程也缺乏正确的引导与操作。《通知》明确说明:开展阳光体育运动,要以“达标争优、强健体魄”为目标,但至于达什么标?争什么优?还有不少人很模糊。开展阳光体育运动工作涵盖哪些工作范畴?包含哪些内容?有何具体的工作要求?实施这项工程要达到什么样的程度?对于这些问题,很多人还处于一知半解状态,对于三年后实现提出的长远目标也没有具体详细的落实规划。《通知》要求建立《学生体质健康标准》(下称《标准》)通报制度。那么,多长时间通报一次?具体通报哪些内容?由哪个部门负责这项工作?体质测试结果与学生的升学、毕业有何关联?根据目前广大学生的体质状况,肯定有为数不少的学生无法达标,对于这部分学生,学校最终有何举措?开展阳光体育运动无论从工作量、教学水平还是专业技能,都对体育教师提出了更高的要求,现今的体育教师队伍是否有必要接受再培训、再提高?同时,是否应该相应提高体育教师的工作待遇或增加工作补贴,以确保其开展、投入该项工作的积极性?这些问题不少教师都没有弄明白,这增加了他们实施操作的难度。

2.2 “学生主体论”被曲解

受传统教育方式与理念的束缚,我国学校体育过分强调教师的主导作用,倡导以教师为中心,致使教学过程模式化、程序化,从而不利于激发学生的学习热情,也不利于学生身心发展。而如今,随着“阳光体育运动”走进各级校园,学生的“主体地位”被推向另一个极端。不少学校为了满足所谓的学生的“主体需要”而盲目增加教学内容,在没有对所开设的教学内容进行实效性评估以及没有考虑自身师资、场地设施条件的情况下,通过盲目攀比、简单效仿来增加教学项目,结果有些项目自身特点不突出而不受学生喜爱,教师专项水平尚未达到新项目的要求,场地设施条件也不达标,从而使体育教学质量下降,学生达不到锻炼的效果。“阳光体育运动”所倡导的“学生主体论”,蕴涵了“以人为本”的精神,是应当充分肯定的。然而,作为一门有组织、有目的、有内容、有方

法、科学而系统的课程,学校体育应该在教师的指导下,开设以学生为主体的双边教学活动。如果单纯追求情感上的“快乐”,把“活动”“游戏”或“玩耍”作为学校体育课的全部内容,而对“阳光体育运动”的内涵与实质要求缺乏深入研究与落实,那么“学生主体”的教育理念就会被扭曲,从而使“阳光体育运动”陷入“学生中心论”的泥潭。

2.3 淡化竞技追求娱乐

“阳光体育运动”是一项以学生为本的教育改革,理应考虑学生的心理感受,让学生在安全、轻松的环境下玩得开心,因此,为了学生的安全起见,减少竞技成分也是可以理解的。新课改时,就有不少专家认为:“淡化运动技术教学”或“淡化竞技性运动技术教学”或“淡化运动技术教学色彩”是调动学生体育学习的积极性,提高体育教学效果的途径。^[3]在实际教学中,不少教师认为,只要学生玩得开心并且喜欢上的课就是成功的,从而忽略了体育课的竞技成分,导致学校体育中竞技成分的含量越来越低,这也可能是导致我国学生的耐力、速度、爆发力及力量等身体素质连续 20 年呈下降趋势的原因之一。

诚然,“阳光体育运动”的宗旨是让学生在体育活动中玩得开心、获得快乐,这是无可厚非的,但快乐只是一个因素,不是该项运动的终极目标。相反,增强学生体质、促进学生身体健康的竞技成分才是学校体育的精髓和表现形式,也是不可或缺的内容。“淡化体育教学的竞技成分”是与体育课程的目标与传统相悖的,无论哪个时代、哪个国家的体育课程都把运动技术习得作为重要目标,体育课上学生学习运动的本领也是天经地义且亘古不变的,否定和淡化运动技术的竞技成分只能使体育课变成无源之水和无本之木。试想,离开运动技术技能的教学还是体育课吗?相反,体育课程要为推进素质教育做贡献,并提高教学质量,恰恰需要融入运动技术的竞技成分。实践也证明,淡化学校体育的竞技成分会严重降低体育教学质量,使得体育教学失去了本质。在国外,评价一节体育课成功与否的标准是:学生是否学到了体育技能,学生身体潜能是否得到充分调动,竞技因素是否得到有效的利用。^[4]

3 对策与建议

3.1 明确目标,形成共识

当前,实施“阳光体育运动”是宏大的全民健身

战略规划的重要组成部分,关系到建设和谐社会和民族复兴等伟大事业。首先,要健康稳定地推进“阳光体育运动”这一伟大的战略工程,教育主管部门和各级学校领导要向全体师生传达和解读国务院、国家教育部及国家体育总局关于加强青少年体育增强青少年体质的相关文件,让师生领会文件精神,领悟阳光体育运动的实质意义,明确该战略工程的目标,形成共识,引导广大学生自觉走向操场,主动参加体育运动。其次,学校要营造有利于开展实施阳光体育运动的氛围,制订详细的宣传计划,利用校园网络,广泛宣传“健康第一”和“终身体育”的指导思想,大力宣传阳光体育运动,使广大学生及教师、家长进一步提高对阳光体育运动的认识。再次,社会要加强对全民健身知识的宣传,引导人们建立正确的体育价值观和强烈的健身意识,养成终身体育锻炼的良好习惯,为阳光体育运动提供良好的舆论支持。

3.2 构建与时俱进的课程内容体系

时代的发展、科技的进步与教育改革的深化要求学校体育应构建与时俱进的内容体系。首先,学校体育课程应体现现代化,必须融科学性、实用性和趣味性于一体,以激发学生主动尝试和创造性学习体育的积极性和自觉性。其次,课程内容应体现综合化和多样化,以体现学校体育的整体性功能特征。再次,课程内容还应体现弹性化和自主化,这是发展学生个性、激发学生潜在创造力、提高学生体育能力和整体素质的体育课程的时代特征所决定的。在教学过程中,要充分发挥学生的主体性,让学生学会自觉、积极、主动地参与运动,体验运动的乐趣,探究学习的过程。同时,还要关注学生的个体差异,区别对待不同运动能力的学生,因材施教,让所有学生都在运动中领悟体育运动的魅力,体验成功的乐趣。

3.3 适当增加运动负荷和竞技成分,促进学生运动技能和身体机能的提高

“阳光体育运动”走进校园,的确让学生获得情感上的快乐体验。但强调情感上的“愉悦”并不能忽略运动技能的掌握和身体机能的改善。各级各类学校应大力促进学生身体、心理和社会适应能力等整体健康水平的提高。既要重视学生的情感体验,激发学生运动兴趣,又要善于抓住各种教育机会,适当加大运动负荷量,提出必须经过努力才能实现的目标,有意识地加强学生经受挫折能力和适应能力的训练,让学生在体育活动中体验挫折与成功,体现学校体育“既促进学生掌握知识、技术、技能,又增强学生体质,同

时又发展学生个性”的教学目标。运动必须达到一定的量和强度,体内才能分泌“快乐因素”,身体运动负荷要达到足够的量和强度,才有可能实现超量恢复,身体素质和体能水平才能得到提高。在日本,体育教师常常要求学生坚持完成一些力所难及的练习,导致学生拖着疲惫的脚步冲过终点,或瘫倒在绿茵场上而久久无法站立。但当被问到是否感到快乐时,学生们都给予肯定的回答。“乐”是“阳光体育运动”的中心内涵,但“乐”得过分自在,“乐”得没有压力,何来学习的动力和真正的成功?

3.4 建立完善的阳光体育长效机制

提高学生体质是一项长期的系统工程,不能急功近利,必须常抓不懈。因此,各级学校开展阳光体育运动还需建立长效机制,该长效机制应包括激励机制和监督反馈机制两部分内容。对开展工作成绩突出的地区、学校和个人应进行表彰奖励,对学生体质健康水平持续下降的地区和学校实行合格性评估和评优评先时一票否决。建议通过定期通报各校《学生体质健康标准》的实施情况和结果,构建主管领导、教师、学生三位一体的评价监管体系,形成一个激励、监督、反馈共存的完备评价监督机制。第一级是针对学校主管进行考核,对于“阳光体育运动”开展不力的相关领导要给予一定的行政处罚措施,责令限期整改。第二级是针对相关体育教师和工作人员的考核,将该考核纳入教师年度绩效考核之中,对于没有完成任务或弄虚作假的教师要采取相应的扣除福利或行政处罚,对于在“阳光体育运动”推进过程中表现优异的教师要进行一定的物质和行政嘉奖。第三级是针对学生的考核,对于达到体质健康标准合格的学生,应颁发“阳光体育证书”;对于达到优秀等级的学生,应颁发“阳光体育奖章”作为评优、评奖的依据,以增强学生参加体育锻炼的荣誉感和积极性。同时,

要对开展阳光体育运动的经费拨付及具体使用情况进行监督,防止专项资金被挪为他用,确保阳光体育运动的顺利开展。

4 结语

“阳光体育运动”是新时期加强人才建设和富国强民的社会系统工程和战略规划,承载着艰巨而伟大的历史使命。从表面上看,它是一句宣传口号,实质上它蕴涵着无限的生机与活力,给我国学校体育的改革与发展提供了广阔的平台与宝贵的契机。这一伟大的社会工程的启动是极为严肃,在此旗帜下所进行的一切学校体育改革也都是深入的、具有时代意义的,也是其他教育所无法替代的。因此,学校体育应利用当前良好的政策环境与社会舆论氛围,切实解决当前工作中存在的困惑与问题,采取有效的措施保障“阳光体育运动”的开展和《国家学生体质健康标准》的实施,促进“阳光体育运动”在学校体育改革与发展中发挥出更大的整体功能。

参考文献

- [1] 教育部官员解读阳光体育运动[J]. 校长阅刊,2007(7-8): 20-22.
- [2] 梁立启,栗霞. 阳光体育运动主体不和谐因素思考[J]. 体育文化导刊,2009(12):3-5.
- [3] 毛振明,窦秀红,王春梅,等. 论体育课教学质量的是与非[J]. 体育教学,2016(7):9-12.
- [4] 林伟. 高校“快乐体育”的误区及对策研究[J]. 山东体育科技,2008,30(4):81-84.

[责任编辑 江国平]