

小学生大课间体育活动存在问题及解决的策略

袁春平

(福建省福鼎市古田县玉田第二小学, 福建 福鼎 352200)

摘要: 今年4月教育部颁布了《义务教育体育与健康课程标准(2022年版)》(以下简称新课标), 新课标中强调体育与健康课程要培养的核心素养是运动能力、健康行为、体育品德的培养。教师应在时代背景下进一步明确教学目标, 大课间活动的有效开展, 是提高学生运动能力, 培养学生健康行为、体育品德的有效途径, 是学校体育工作的重要组成部分。如何解决大课间体育活动存在的问题, 是我们学校体育必须解决的迫在眉睫的问题, 本文探讨了在小学大课间体育活动中遇到的问题以及解决这些问题的策略。

关键词: 大课间体育活动; 学校体育; 策略; 体质素质; 身心健康

【中图分类号】G807

【文献标识码】A

【文章编号】ISSN1002-879X(2023)11-230-02

1 大课间体育活动的意义

大课间体育活动是学校体育的重要组成部分, 它的有效开展保证了学生体育活动时间, 更是对体育教学课堂的有效补充, 缓解了课堂教学时间的不足, 是体育课堂教学的一个延伸。但是大课间体育活动未被学校和老师所重视, 存在着组织管理不善, 内容单一, 场地器材不足等问题。大课间体育活动浮于形式, 使其开展的效果不佳, 很难真正发挥其应有的作用。

2 当前小学大课间体育活动存在的问题

2.1 学校老师、学生及家长的思想观念

由于长期以来应试教育影响, 文化课的地位在人们的心中根深蒂固, 比如: 有些小学没有一次的体育课或者大课间活动时, 学生是全员到位的, 总会被一些班级的语文老师留在班上补作业, 还说“语数都学不好, 还锻炼什么身体”。还有很多的家长也有这种的观念, 让他的孩子参加学校的田径队, 他们也总是以学习成绩不理想作为拒绝的理由。学生长期受老师和家长的这种偏激的思想影响下, 也认为锻炼身体不重要, 学习语数才是最重要的。虽然我国针对素质教育的改革推行了很多年, 但是由于长期过分关注文化课的, 导致了不合理的作息安排, 使孩子们的睡眠时间变少, 上课听课效率低, 没有合理的运动时间, 反而影响了学生的学习成绩。学生作为教学的主体, 特别是在小学这个重要的阶段, 不能一味的强调学生的文化课学习, 要以全面性的发展理念, 让学生多维度发展, 培养学生更多的兴趣和爱好。

2.2 大课间体育活动效果不明显

在开展小学大课间体育活动过程中, 由于一些老师思想上也没有加强重视, 还有拖课现象, 导致学生不能准时到达场地, 缩短了活动时间, 使大课间活动变为散漫, 缺乏科学统一性的具体规划。我们也注意到, 很多学校对于大课间体育活动缺乏创新, 导致了综合效果不够理想。在有的情况下, 大课间体育活动流于形式, 由于对学生缺乏有效的引导, 导致学生的活动效果不够理想。

2.3 大课间体育活动内容较为单调

大课间体育活动由于长期没有受到学校老师以及家长的重视, 因此体育老师也缺乏对其进行创新改革的动力, 最终导致了太单调, 长时间内都是单一的形式展示, 而小学生本身又处于好奇心强的年龄, 更喜欢具有新鲜感的活动, 由于大课间体育活动内容较为单调, 乏味。因此也出现了小学生逃避大课间体育活动的现象。如果我们站小学生的角度思考, 这样单调的活动课程, 很难让学生产生兴趣, 出现这样的情况也是理所应当了。

2.4 学校运动计划不科学

大课间体育活动如果单单是靠老师们以往的经验 and 习惯, 就会缺乏科学性, 对于学生的活动效果影响非常大。众所周知小学生的所有课程都是按照计划进行的, 这些计划也都是依照小学生的年龄特点、生长特征制定好的, 但是没有科学的规划, 就不能够有效促进学生的全面发展, 特别是随着时代的发展和社会的进步, 当代的小学生与以前的学生在各方面都有着明显性的差异, 创新和改革才能适应时代的发展和变化。

2.5 大课间体育活动设计角度过于狭窄

小学大课间体育活动的编排与设计要按照小学生的生理特点和心理特点

进行, 在传统的体育活动策划方面教师更多的是将注意力集中在了提高学生身体素质环节, 这一点非常重要, 但是还不够全面, 因此我们要在大课间体育活动中更多的帮助学生树立健康的体育知识以及体育道德文化, 从心理和生理的双重角度带领学生成长。

2.6 学校领导不够重视

学校领导是大课间活动的主要策划者, 如果他们的态度是消极的, 那么大课间活动就没有了领头羊, 导致整个学校的体育工作群龙无首, 整个体育组的教师就会以“做一天和尚, 撞一天钟”的态度对待工作, 即使体育组的老师有想对大课间活动做些改革, 也应该有学校各个部门和全体老师的配合, 否则, 全靠体育老师来做也是势单力薄。还有就是资金的保障。所以要想做好大课间活动就必须有一个远见对体育工作特别支持的领导, 充分利用现有的人力资源 and 财力资源来保障大课间活动的顺利开展。

2.7 场地器材的不足

有的学校存在着场地较小, 不够全校学生同时进行大课间体育活动, 没办法让所有的学生都在同一时间进行运动; 器材也很不足很有限, 器材室里除了几个憋气的球和破旧的几个不能用的器材, 没有其他能够使用的器材了, 这也限制了学生活动内容的选择, 活动的效果就大打折扣了, 达不到预期的目标。

2.8 小学大课间体育活动的安全隐患

大课间体育活动参加的人数比较多, 进场和退场就存在的一定的安全隐患; 在做动作时, 由于动作不整齐也会有一些安全问题; 学生的服装也是一个影响运动安全的一个方面, 如没穿宽松的衣服, 没穿运动鞋等; 还有在活动中一些突发的问题, 如运动后由于学生的低血糖产生晕厥, 在昏厥的学生中女生的低血糖问题比较多; 小学中高年级的女生例假期的体育运动量的掌握等等问题。以上几点都是小学大课间体育活动中最普遍的安全隐患问题。

3 策略研究

3.1 以学生为教学主体, 加速转变教育观念

随着新课程改革的不断深入, 我国的教育理念一再强调要以学生为教育主体, 促进学生“德、智、体、美、劳”全面发展才是现代教育的最终目的, 其中的“体”就是指对于学生身体健康的重要教学。平常的教育教学中就要不断对学生的思想进行渗透, 首先, 让他们觉得一个好的身体有多重要; 其次, 让他们有榜样的作用, 如, 上篮球课就可以介绍我国著名的篮球运动员姚明, 上短跑课介绍短跑运动员苏炳添, 等等通过这些名人的介绍, 激发学生对体育活动的兴趣, 引导学生对一些体育知识的自主学习; 第三, 在平常的体育活动及体育课中, 鼓励学生踊跃参与, 经常采用小组合作形式, 让学生成为体育活动的主体。

3.2 加强学校体育教师队伍的建设

体育教师是教授学生体育活动的重要人力资源, 教师的专业性也直接影响到学生大课间体育活动的质量, 因此我们需要进一步加强和完善体育教师队伍的建设工作。首先我们要端正体育教师的工作态度, 让教师从思想上转变对于自身工作的正确认识, 并在此基础上对体育教师队伍进行培训, 掌握更多的教学技能, 夯实自身的薄弱环节进行培训, 掌握更多的教学技能, 夯实自身的工作基础, 并针对自身的薄弱环节进行“查缺补漏”, 以此提升体育教师队伍

伍的整体水平。我校对体育教师的培训很重视,今年我们两校区的11名体育教师都参加过各类培训,如,骨干教师到南安市跟岗培训,让我们领略到南安市小学课间操不同的风采;体育教师全员参加《福建省同心知行讲师团送优秀传统文化进古田专场》的花样跳绳,让我们收获颇丰;我还参加了《宁德市第二届民族传统文化进校园“百校万人”系列活动(屏南站)暨体育教师技能培训》的培训,学习了闽东特色的拳法“畚家拳”,畚家拳拳法简单易学使用,也是我们今后大课间值得推广的一个项目。

3.3 完善评价体系与监督体系

小学生大课间体育活动不能单独依靠教师的自觉性和主动性,我们要按照制度进行教师的行为约束,更多的利用评价体系和监督体系促进小学生大课间体育活动的良性发展。首先要将大课间体育活动提升到与其他课程的同等地位,纠偏教师心中的教学方向,改正班主任与体育老师对体育活动的看法,并相应的纳入教师的考核体系。就如我校的大课间活动已经列入了班级的三项评比中,每次大课间活动由少先队组织的值日生对大课间活动学生的出勤,动作质量,进退场的秩序进行打分。每年的广播体操比赛,广播体操的比赛会提高了大课间广播体操的质量,并把比赛结果加入班主任工作量量化中。这样大课间活动的质量就会有一个良性循环。

3.4 转变大课间活动的建构模式

如果我们小学的大课间活动与课堂教学一样还是以传统的模式进行教学工作,以教师为中心,教师教,学生学,这样就限制了学生的主动性和积极性。新的课堂教学的六模块是:①自学质疑模块;②交流展示模块;③互动探究模块;④精讲点拨模块;⑤矫正反馈模块;⑥迁移运用模块。我认为我们大课间活动建构模式也可按照课堂教学的六模块来组织准备的。

今年我校的大课间活动除了传统的广播体操外,还增加了体能操和室内操。在起初我与体育组的老师就商量着怎样操作,最后大家都觉得今年的大课间活动要改变传统的教学形式,放手给中高年级的学生做。具体操作步骤如下:①与学生一起确定一个方向主题,增加体能操和室内操;②主要任务分配给我校《快乐体能队》社团的成员(里面有二、三、四、五年级身体素质较好的学生)来做,四年级林奕君同学做室内操的材料收集的总负责,五年级张逸涵同学做体能操的材料收集的总负责,其中音乐那部分由五年级的李诗玥同学(钢琴十级,妈妈是音乐老师)总负责,每个班也都有负责人,又由他们辐射到他们所在的每个班级,最后汇总到总负责人那里;③每次社团活动课时,总负责的同学们展示他们收集的资料,大家一起讨论通过,教师在这过程中充当一个引导者的作用,教师利用课后时间与同学们整合动作、选择音乐;④经过一个月的时间确定好动作和音乐,室内操与体能操动作都是简单易学但对学生的身体素质提高很有效果,如体能操的动作是以跑跳辅助练习动作(高抬腿、快速低抬腿、开合跳、及一些拉伸动作等)配合现在流行的tabata音乐,接下来就在学校的录播室录制制作;⑤把制作好的室内操和体能操发到学校群,请班主任发到班级群进行全校推广。《快乐体能队》的学生们成为第一个吃螃蟹的人,他们先学好动作,每次大课时,他们就是学校和班级的领操人。

这种大课间活动的建构模式得到了广大师生的肯定和喜欢。今年我校的大课间活动,不仅同学们都热情满满,老师也踊跃参与,每次大课间活动时间他们都迫不及待地参与进来,效果显著,学生们的身体素质和体育素质都有了不同程度的提高,本年度的体质健康测试的良好率和及格率提高不少,良好率从去年的36%提到40%,及格率93%提到96%,学生的生病情况也比去年好多了,据了解今年学生的感冒人数比往年少。

3.5 提高学校领导的重视程度

要引起学校领导的重视。首先,是校以上级领导的重视很重要;其实,是体育教师们也要群策群力总结建设性意见及时与校领导交流沟通,让校领导重视大课间体育活动,让校领导多在教师大会及班主任会议上多宣传大课间活动的重要性,让全体的老师都参与进来。第三,学校领导要及时帮忙解决在大课间活动中的一些政策性问题。

3.6 对场地器材的改造,加大资金的投入

大课间活动是需要有一定大的场地和一定数量的器材,场地器材是顺利开展大课间活动的基础保障。首先,体育组的教师也可发挥大家的聪明才智,

合理的安排大课间体育活动的场地,做到“小场地,大体育”。其次,对一些老旧的场地器材设备进行改造翻新。体育教师也要开动脑筋创造一些体育器材,如绳梯制作,可直接在地上画绳梯;使用废旧的篮球、足球、排球制作举重器;开展一些低成本的体育活动,如跳皮筋、跳房子等。及时向校领导反映场地与器材的安全隐患,减少学生在体育活动中安全事故,如操场的翻新改造,由于操场使用太久地上太滑,导致安全事故层出不穷,体育组的教师就要向学校领导反映,校领导再向上反映,这样才能使问题得到解决,当然做这些都需要一定的资金做保证,所以加大资金的投入是顺利开展大课间活动的一个保证。

3.7 加强小学生大课间体育活动的安全教育

虽然体育活动的过程中都有安全问题存在,但我们要防范于未然。体育教师要联合全体教师对学生进行安全教育。

首先,了解特殊体质的学生,是否是不能进行所有的体育活动,还是只是不适宜做剧烈的体育运动,如果不能运动那就不做大课间体育运动,如果只是不适宜做剧烈的体育运动,那就做轻柔的体育活动;向学生强调吃早餐的重要性,特别是鼓励低血糖的学生早上要及时用餐,不要因为赶时间,或者一些女生为了减肥而不吃早餐。其次,要强调学生在大课间体育活动的进场、活动中、退场要遵守纪律,不能私自行动,要听从指挥。第三,进行大课间体育活动时要穿运动鞋和宽松的服装,夏天秋天穿衣服的量要适中,防止中暑,冬天做完体育运动及时穿上服装,防止感冒。运动后要及时补水,防止脱水。第四,建立完整科学的安全预案。

3.8 选择适宜的体育项目

根据学校的具体情况选择合适的体育活动内容。场地小学生较多的学校可以做原地的一些项目,如神操、武术操、体能操、球操、原地跑跳辅助练习等;场地大的学校选择面就比较多了,除了原地的一些体育活动,还可划分区域做一些行进间的体育活动,如跑操、跳皮筋、跳房子、篮球行进间运球、往返跑等。对于小学低中高年级的学生及女生也可分类选择,低年级的学生可选择一些比较简单好做的一些体育项目,如模仿操等;中高年级的学生可选择运动量较大,动作较难一些的项目,如体能操、俯卧撑等;对于女生可选一些韵律感强的体育项目,如韵律操等。

3.9 家校紧密联系,实现大课间体育活动的延伸

体育教师通过布置课后体育家庭作业的形式,让家长一起参与课后体育活动中来,形成家、校、三方合力,为学生体育活动创造有利条件和良好氛围。将学校的大课间体育活动与课后体育家庭作业的内容相衔接,学校与家里学生都能体现“天天练”。这种家校联合的锻炼方式使学校体育不仅在学校能体现,还向课后延伸了,为学生提供了更多体育活动的空间和时间,将学校大课间体育活动与课后体育锻炼深度融合,使学生的身心健康发展得更加充分,真正达到了提高学生体质的目标。

我们不仅要落实2021年4月21日教育部办公厅印发《关于进一步加强中小学生体质健康管理工作的通知》(教体艺厅函〔2021〕16号)政策,要求“全面落实大课间体育活动制度,中小学校每天统一安排30分钟的大课间体育活动”,还要保证“每个学生每天锻炼一个小时”,这就需要学校家长老师的紧密配合,让我们青少年的体质问题得到解决,使孩子们的身心都能健康成长,使学生成为德智体美劳全面发展,成为新时代党和国家事业发展、推进中华民族伟大复兴历史进程接班人。

参考文献

- [1] 蒋一冰.小学大课间体育活动现状分析及对策[J].当代体育科技,2020(07):107-109.
- [2] 文迪亚.我国中小学大课间体育活动研究评析[J].青少年体育,2020(08):111-112.
- [3] 潘玲艳.提高小学体育大课间体育活动实效性的研究[J].新课程,2017(12):25-25.
- [4] 张海运.关于农村小学开展大课间体育活动现状及对策的思考[J].学周刊,2018(17):166-167.
- [5] 陈云芬,蔡吉群.小学“大课间”体育活动现状分析及对策探讨——以耀溪小学为实例[J].新课程,2018(8):26-26.
- [6] 张学彬.梅州市平远县中小学大课间体育活动的现状分析及对策研究[J].体育时空,2018(13):23-23.
- [7] 乔磊,陈严.农村小学开展大课间体育活动现状及对策的思考[J].华夏教师,2019(30):19-19.
- [8] 段瑞瑞.靖远县小学大课间体育活动开展现状及对策研究[J].当代体育科技,2020(13):72-74.
- [9] 张海运.农村小学开展大课间体育活动现状及对策的思考[J].教书育人(校长参考),2018(5):10-11.
- [10] 孟凡贵,任菲.大课间体育活动的现状及解决对策[J].课程教育研究,2016(23):213-213.
- [11] 刘勤,傅云,彭芳.中小学大课间体育活动的现状与对策研究[J].中文信息,2015(5):296-297.
- [12] 林洪江.初中大课间体育活动开展现状及对策研究[J].未来英才,2016(3):194-195.