

初中体育大课间活动的现状及优化策略研究

袁鹏

江西省赣州市兴国县均村中学

摘要：在以往的初中体育大课间活动当中，主要的活动方式是小超以及课间操，其相对枯燥乏味，很难将学生的积极性和主观能动性调动起来。所以在参加体育大课间活动的时候，很多学生都存在敷衍心理，不能有效发挥大课间活动的效用。随着学生体质健康标准的修订，学生需要注重身体健康，学校要的对体育大课间活动进行优化，但在很多因素的影响下，体育大课间活动仍旧存在不足，本文就初中体育大课间活动存在的问题及解决对策进行研究。

关键词：初中体育；大课间活动；现状对策

【DOI】10.12252/j.issn.2096-627X.2024.02.022

一、初中体育大课间活动的意义

对青少年而言，良好的运动习惯的养成在成长以及发展过程中发挥着至关重要。而且，在进行日常学习的时候，应当确保学生每天的锻炼量。只有这样，才能帮助学生提高身体素质，得到全方面的、综合性的发展。为此，教师需要仔细研究当下大课间体育活动当中存在的问题，并从实际情况出发，采用科学合理的策略进行处理。

（一）有利于帮助学生明确学与练之间的联系

受中考的影响，很多学生面临着严峻的升学压力。所以，开展体育大课间活动的第一个意义，就是帮助学生明确学练之间有着怎样的联系。在生活水平的不断提升以及学生的学习时间越发紧张、学习压力越发严峻的背景下，大多数学生的身体素质未得到锻炼、提升。而在大课间活动的展开过程中，教师应当让学生明确学习和锻炼之间有着怎样的联系，让学生明确身体才是革命的本钱，如果自己的身体不够健康，那么学习是很难长时间坚持下去的。而且，想要获得良好的成绩，就需要确保自己有充足的精力，而通过在大课间活动好好锻炼身体，确保锻炼的质量，能够有效地提高自身的身心素质，确保自身拥有充足的学习精力，更好的应对接下来的学习。

（二）有利于帮助学生的身心健康得到发展

在素质教育背景下，不仅关注学生的学习成绩的提升，还注重让学生拥有健康的身体和心理。因此，开展初中体育大课间活动的第二个意义，就是能够帮助学生身心健康的发展。当学生参与体育大课间活动的时候，他们的学习压力能够得到有效的释放，可以暂时处于放松状态，并且与其他学生以及教师在锻炼的过程中增进

感情，学会处理人际关系。在大环境的影响下，如果学生的学习压力过大，那么就会对学生的各个方面的成长造成影响。体育大课间的出现意义以及存在意义是为了让学生能够在运动的过程中，感受到快乐，获得喜悦之情，以确保学生能够在今后的学习以及生活当中更加具有活力。体育大课间活动具有多元化的项目和组织形式，能够为学生的智力水平的提升、身体素质的提升、心理素质的提升提供帮助，确保学生能够在运动过程中体验更多的可能性，感受更多的快乐，这就能够充分的达到体育大课间活动的目的。

二、初中体育大课间活动存在的问题

（一）内部重视程度有所欠缺

从整体出发进行分析，很多学校领导以及教师已经将体育大课间活动的开展放在了重要位置上。逐步落实国家政策。然而，一部分领导以及教师不够重视体育大课间活动的开展，在进行综合考虑之后，仍旧将体育大课间活动的开展放在了次要位置上。虽然这些领导和教师并没有放弃体育大课间活动的开展，但是没有花费时间进行研究，只是跟着其他学校进行操作，或者直接让学生在在大课间活动中自由活动，所以，体育大课间活动千篇一律。

（二）组织者培训机制不完善

要想将体育大课间活动的效用最大限度地发挥出来，让学生主动积极的参与体育运动，在潜移默化中形成主观能动性，就应当保证，组织体育大课间活动的人的综合素质，能够满足实际要求。通常来讲，体育教师是大课间活动的组织者，而部分教师对其了解不够深刻，学校也没有开展相应的培训活动。所以，教师无法及时掌握相关技能以及知识，这对体育大课间活动的开展

造成了直接影响，限制了学生的成长以及发展。

（三）活动内容过于单调枯燥

在体育大课间活动当中，活动内容的设计至关重要，其完全贯穿于整个活动当中。当活动内容不够丰富的时候，学生的积极性和主动性就无法被调动起来，他们就不能在参与活动的过程中感受快乐、锻炼身体。而就目前情况而言，部分中学所创造的活动内容相对枯燥、单一。比如，只是组织简单的广播体操活动、球类游戏运动，未将季节变化重视起来，对活动的开展进行调整，由于学生一年四季参与的活动都是大差不差的，所以学生逐渐的丧失了参与体育大课间活动的积极性。

（四）组织管理体系不够系统

组织管理体系能够确保体育大课间活动顺顺利利的开展。而就目前情况而言，很多学校都没有意识到组织管理体系的重要作用，没有对大课间活动的特点进行详细深入的分析，并建立针对性的组织体系，所以在实施的过程中会遇到这样那样的问题，而且实施计划不够全面系统。除此之外，还欠缺科学的、完善的评价机制，这在一定程度上导致大课间活动的开展的系统性、规范性、流畅性不佳。

（五）缺乏良好的运动氛围

氛围营造是让学生主动积极的参与体育大课间活动的基础。但是，在很多因素的影响下，学校在开展初中体育大课间活动的时候，并没有将运动氛围的营造重视起来。由于学生无法感受到体育大课间活动的魅力、乐趣，在运动的时候相对较累，所以在一定程度上影响了大课间活动的开展效果。

三、优化初中体育大课间活动的解决对策

（一）提高内部的重视程度

提高内部的重视程度，是有效解决内部重视程度欠缺问题的措施。只有内部能够将体育大课间活动的开展重视起来，才会主动学习相关内容，转变自身观念，对体育大课间活动进行创新。

首先，学校需要将内部宣传以及推广重视起来，并采用多样化的方法进行全方面的推广宣传。只有这样，才能够转变所有人的思维模式，才能够让他们明确大课间体育活动的重要作用，并且将其开展注重起来，使体育教师能够直接在体育教学计划当中纳入大课间活动。与此同时，学校应该结合实际情况建设管理团队，要求其从学校情况出发，负责大课间活动的开展。初中领导

应当明确资金在体育大课间活动的开展过程中的作用，主动的增加相关投入，并采用多种手段，争取资金，不断地进行基础设施建设。另外，教师、学生都扮演着十分重要的角色，有着不同的作用。如果他们的认知出现偏差，那么体育大课间活动的开展程度就会受到影响。而想要避免这样的情况发生，中学就需要将各种各样的方法利用起来，对体育大课间活动的重要性进行大力宣传，使教师以及学生明确体育大课间活动有着多么重要的作用，并且形成每天锻炼一小时，健康50年，幸福一辈子的理念。比方说，学校可以将宣传栏、互联网等方式利用起来进行宣传。

（二）完善组织者培训教育

组织者的综合素质如果不达标，那么体育大课间活动的开展效果也会不理想。在进行初中体育大课间活动的开展的时候，学校应当从实际情况出发，适当的开展有关于体育大课间活动的教育以及培训工作，只组织者的综合素质得到提升。

首先，学校可以不断地对组织者培训教育工作进行完善，下列对相关方法进行了阐述，学校可以将其利用起来，在潜移默化中不断的提升组织者的综合素质、个性水平，使体育大课间活动能够顺顺利利的开展。比如，学校可以建立一套培训体系，通过进修、委培、集中培训等方式的有机结合，为组织者提供培训机会。同时，定期要求组织者参与相关培训活动，对体育大课间活动的开展的知识、理念进行了解。学校需要不断的分析培训教育的内容，了解其存在的不足，并对其进行完善。在进行培训教育的时候，应当了解培训内容应该涵盖所有有关于大课间活动的知识，包括但不限于体育基础知识、健身的一些知识、体育大课间活动的发展动态等等。在学习完这些内容之后，负责组织体育大课间活动的人会建立科学完善的知识体系。再次，想要确保培训效果，学校还需要进行奖惩机制的建立，对培训效果进行详细深入的分析，做到赏罚分明。最后，学校应当尝试引入针对性的人才，并发挥专业人才的带动作用，使组织者队伍变得更加的充实、完善，使组织者的综合素质能够得到全面提升。

（三）开展多元大课间活动

体育大课间活动与其他活动不同，其是一种新型的活动类型，并没有相关的教材，而且，各个学校的情况不一样，想要达到全省、全国的活动内容的统一不太现

实。因此，各学校应当从多个方面入手进行思考，包括但不限于基础设施建设情况、学校的文化背景是怎样的、学生的实际需求等等，及时有效地调整大课间活动，并做好共建共享工作，使活动内容具有多元化特点。

就当前的活动开展情况来看，教师可以开展的体育大课间活动的内容相当丰富，可以是球类运动，也可以是韵律操，还可以是武术动作，更可以是健美操等等。学校在开展活动的时候要遵循因地制宜的原则，从各地的情况出发，做到活动的有效改革创新，确保学生能够在参与大课间活动的时候获得一定的乐趣，而且每天都能够拥有时间进行锻炼。同时，在开展体育大课间活动的时候，应当设置如下目标：帮助学生掌握体育技能、发展学生的综合素质、提高学生的体育能力，并从学生的实际需求、热情调动出发，通过多元化的活动的开展，使学生能够具备较强的主观能动性。而且，活动的内容，可以从学校入手进行组织，也可以让班级或者年级负责，让教师自主选择内容，这样一来，学生就可以拥有一定的自主性，在参与活动的过程中学会方法。

（四）健全管理及评价机制

为实现体育大课间活动的顺利开展、按照一定的顺序进行，学校应当结合实际情况建立相关机制，包括但不限于管理机制、评价机制。这样，就能为相关活动的开展的科学性、规范化提供保障。

首先，学校需要花费一定的时间以及精力，对当前的活动开展情况进行分析研究，在分析结果的基础上，建立相关制度，比如有关于教导处的活动参与情况的评价制度、学校在活动中的参与情况的评价制度、班主任在活动中的管理制度、领导的监管制度等等。这些制度的建立，能够使体育大课间活动考核体系建立起来，使其成为考核的重要组成部分。同时，可以将考核，结果与教师以及领导的绩效相结合，使其能够树立正确意识，注重体育大课间活动的开展，并且主动积极的参与到该过程中。比如，学校可以对体育大课间活动的开展进行针对性的评价，评价内容包括但不限于教师、班主任、学生。在进行评价的时候，应当从每个评价主体的特点入手，制定针对性的评价指标，通过相应奖项的设置营造竞争氛围，使所有的评价主体都能够参与到该过程中。除此之外，评价的时候，要注重全面性，即评价内容要涉及学校，也要涉及学生，更要涉及教师。在开展学校的管理评价的时候，应当将整体的管理效果当作出发点，评价校长制度管理、教学质量管理等；在进

行教师的评价管理的时候，需要直接将体育大课间活动融入整体评价指标，对教师的情况进行评价，比如组织情况、实施情况、管理情况等等；在进行学生的评价管理的时候，需要将重点放在学生的学习态度、学生的运动技能、学生的体能情况、学生的课间表现、学生的出勤情况等上，而且，还要给予参与管理的学生评价。这样一来，就能够对所有参与体育大课间活动的主体进行考核，为活动的开展效果提供保障。

（五）营造良好的运动氛围

为了使初中体育大课间活动能够获得学生们的支持，并且使学生充分的参与到体育大课间活动当中，学校需要将运动氛围的营造重视起来。

首先，教师需要明确，运动氛围在体育大课间活动的开展过程中有着怎样的作用。比如，能够让学生爱上体育运动，爱上体育大课间活动。在此方面，教师可以采用如下几个方法。即：引导学生多观看有关于体育运动的新闻、视频；定期传授有关于运动健康的知识。通过这一过程，学生能够明确运动有怎样的好处，从而形成运动意识。如果学校有条件的话，还可以将当地的比较知名的运动员邀请到学校，使其与学生进行沟通交流，并在该过程中十级起到榜样作用，让学生能够明确运动的魅力所在，并受榜样的引导而爱上运动、坚持运动，从而实现初中体育大课间活动的顺利开展。

综上所述，可以看出，初中体育大课间活动的开展有着十分重要的意义，比如帮助学生明确学与练之间有着怎样的联系，帮助学生的身心得到发展。作为教育工作者，应当及时转变自身观念，将初中体育大课间活动的开展重视起来，通过吸引方法的应用调动学生的主观能动性。但是在很多因素的影响下，当前的初中体育大课间活动的开展存在一些问题，所以上述进行了深入分析，并提出了一些针对性的策略，如提高内部的重视程度、完善组织者培训教育、开展多元大课间活动、健全管理及评价机制、营造良好的运动氛围等等，教师可以结合实际情况进行运用。在未来，教师还需要进一步研究初中体育大课间活动的开展，以确保学生能够始终对初中体育大课间活动充满兴趣。

参考文献

- [1]张金良.初中大课间体育活动存在的问题及解决对策研究[J].当代体育科技,2019,9(13):2.
- [2]陈福龙.初中体育大课间活动的现状及改善策略研究[J].灌篮,2020(34):50-51.