

凤城市中职学校实施阳光体育的现状与对策研究

滕小四

辽宁省凤城市职业教育中心

摘要: 本文以凤城市的五所高中开展阳光体育运动的现状为研究对象,以职高和普高学生、体育教师、学校领导为调查对象,主要采用文献资料法、问卷调查法、访谈法、观察法、逻辑分析法,并着重从客观决策方面提出了若干对策性建议。

关键词: 凤城市职高普高; 阳光体育运动; 现状; 对策

【DOI】10.12252/j.issn.2096-6288.2022.10.021

一、前言

体质监测数据表明,凤城市于2007年8月正式启动了学生“阳光体育运动”,各级学校除了上足教好体育学科课程外,还在课间组织学生进行体育锻炼,各学校还结合实际实行大课间体育活动制度。然而,随着此项活动的深入开展,一些问题也不可避免地暴露了出来,让我们看到阳光体育中还缺少一些阳光普照。

二、研究对象与方法

(一) 研究对象

以凤城市职高及普高的阳光体育运动建设为研究对象,抽取凤城市部分学校的学生、体育教师和学校领导为调查对象。

(二) 研究方法

采用文献资料法、专家访谈法、问卷调查法、逻辑分析法,于2019年9—12月,对凤城市5所职高及普高的学生发放调查问卷。其中,发放教师问卷80份,回收74份,回收率92.47%,有效问卷64份,有效率86.6%;发放学生问卷400份,回收364份,回收率90.97%,有效问卷307份,有效率84.3%。调查数据用SPSS10.0软件包进行统计。

三、结果与分析

(一) 凤城市阳光体育的实施现状与分析

1. 开展阳光体育运动的硬件分析

1) 场地、器材基本概况调查分析

根据对凤城市现有体育场馆的调查统计,从质量上看,不少运动场地不够规范,比较简陋;从分布上看,

场馆基本集中在市区,农村学校的体育场馆非常少。因受地理环境限制许多山区学校达不到标准。场地器材较为不足,主要存在数量不足,另外规格尺寸及安全不符合要求。

2) 开展阳光体育运动的师资状况分析

目前,凤城市高中体育教师80人,本科学历体育教师80人。从体育教师年龄结构上来看30-44岁的体育教师是现在学校的主流,80%的体育老师每周要承担16节以上的课,教师课程负担重。

2. 对阳光体育活动的安排与管理的调查情况分析

表1 凤城市职高及普高校阳光体育运动的组织形式与内容

组织部门	开展内容		开展形式
学校组织	课间操	体育课	课间开展及体育必修课
体育教研组组织	运动会(拔河、球赛、田径)三人制篮球、五人制足球等	课外体育竞赛	
班级组织	班级篮球赛、等		课余体育比赛
学生自发组织	键球、乒乓球、跳绳等	课余体育活动	

从表1调查结果可以显示出,随着“阳光体育运动”这项建议的提出,我市部分学校领导对“阳光体育运动”有了新认识,对学校体育工作也有了一些改变,为了将阳光体育工作抓实、抓细,学校研究制定了一系列管理措施。

3. 学生对参与“阳光体育运动”动机态度的分析

表2 凤城市职高及普高学生参与阳光体育的动机情况调查(N=307)

	增强体质	消遣娱乐	摆脱烦恼	调节精神	健美减肥	社交	其他	主要动机 位次比较
	① (%)	② (%)	③ (%)	④ (%)	⑤ (%)	⑥ (%)	⑦ (%)	
男生	70.3	30.4	18.5	6.7	22.5	18.7	11.6	①②⑤⑥
女生	64.5	28.7	20.1	7.3	32.1	15.1	14.6	①②⑤③
合计	67.4	29.5	19.3	7.0	27.3	16.9	12.8	①②⑤③⑥

通过表2可以看出:凤城市学生参加阳光体育活动的动机不是单一的,而是多层次的。学生参加阳光体育活动的动机是较为积极的,认识是较高的,但是仍然有

一部分的学生在展开活动时,本身的动机存在着相应的问题,所以必须对其进行更加正确的引导。当然还有我们体育工作者不能做到的,例如高考同学阳光体育有

表3 凤城市职高及普高学生参加阳光体育活动的次数、每次活动时间和活动时段情况一览表 (%) (N=307)

	活动次数				每次活动时间 (分钟)			活动时段		
	经常参加	有时参加	很少参加	不参加	40	25	<20	早操	课间操	其他
男生	36.0	41.5	22.5	0	60.2	27.5	10.5	18.8	64.5	16.8
女生	33.0	38.8	23.7	4.5	81.2	14.0	4.8	21.9	63.6	14.3
合计	34.5	40.2	23.1	2.2	79.2	15.7	7.7	20.4	65.2	15.7

注：经常参加——每周四次以上，有时参加——每周三到两次，很少参加——每周两次以下

暂停现象，多则几个月等，需要教育部门严格管理。

4. 学生参与阳光体育活动的时段情况分析

通过表3可以看出：大部分的学生都可以参与到体育活动当中，在阳光体育活动中，男生的人数要明显比女生多一些。对于学生来说，进行运动主要是出现在课堂形式中，而且每一次展开体育运动的时间都不是很长，大部分学生的时间都在25分钟以下，多数学校以集

体的健身操为主。

5. 学生参加阳光体育活动项目选择情况分析

通过表4可以看出：凤城市学生参加阳光体育活动时，在项目的选择上呈多元化。男女生在对于项目进行选择时具有比较明显的性别方面的特征，但是其首选都是慢跑。

6. 学生参加阳光体育活动形式的选择情况分析

表4 凤城市职高及普高学生参加阳光体育活动项目选择情况一览表 (N=307)

	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧	⑨	⑩	选择情况的位次比较	选择项目人均种数 (种)
	篮球	慢跑	排球	乒乓球	健身操	键球	足球	羽毛球	武术	其他		
	(%)	(%)	(%)	(%)	(%)	(%)	(%)	(%)	(%)	(%)	1 2 3 4	
男生	40.6	32.3	13.5	31.3	12.0	17.3	25.5	20.4	5.5	5.7	①②④⑦	1.89
女生	30.1	24.2	15.4	9.1	17.0	20.5	27.3	37.4	2.7	2.5	①⑧⑦②	1.74
合计	36.9	28.3	14.4	20.2	15.0	18.9	26.4	28.4	6.9	4.1	①②⑧⑦	1.82

表5 凤城市职高及普高学生参加阳光体育活动形式的选择情况一览表 (N=307)

	单独活动	与家人活动	与同学活动	参与小组活动	其他	选择位次
	① (%)	② (%)	③ (%)	④ (%)	⑤ (%)	
男生	16.2	12.3	52.4	13.1	6.0	③①④②
女生	27.7	19.2	39.6	7.7	6.2	③①②④
合计	21.9	15.7	46	10.4	6.1	③①②④

通过表5可以发现有不少比例的同学活动存在孤独现象，和同学一起活动是凤城市学生参加阳光体育活动的主要形式，但以小组的形式出现比例不高，说明我们活动的自主、合作等精神没有得到足够开发。

7. 影响学生参加阳光体育活动的因素情况分析

表6 影响凤城市职高及普高学生参加阳光体育活动的因素情况一览表 (N=307)

	①	②	③	④	⑤	选择情况的位次比较
	学习负担重	场地不足	器材短缺	技术不熟练	对某些运动项目不敢兴趣	
	(%)	(%)	(%)	(%)	(%)	1 2 3 4
男生	40.1	35.1	13.4	30.7	8.1	①②④⑦
女生	38.5	25.1	15.2	2	17.8	①⑧⑦②
合计	39.3	30.1	14.3	16.3	12.9	①②⑧⑦

通过表6表明：影响学生直接参与到阳光体育活动当中的因素是多方面的，例如运动场所不足或者是运动器材短缺以及学生本身的学习负担过重等现象，因为在进行锻炼的时候缺乏正确的锻炼方式，所以也会导致最

终的效果不佳。

(二) 开展阳光体育运动存在的问题

1. 体育活动经费投入不足

从调查来看，随着社会经济的发展，凤城市职高及普高运动场地器材不足的情况已得到一定的改善，但是从整体上来看我们还是不能乐观，例如本身存在着体育器材比较短缺体育运动场地比较少，或者是器材质量比较差等一系列的现象，这些情况的出现都严重的制约了“阳光体育运动”的展开。

2. 开展阳光体育运动的宣传力度不足

开展阳光体育运动还要营造良好的舆论氛围。在调查过程中了解到，有少数学校的学生没有意识到体育课对自己健康的重要性，不喜欢体育课的原因可能是老师上课方法不对或者枯燥乏味等很多因素。学生还没有意识到健康的作用及意义，所以需要加强学生健康意识的培养，宣传健康对自己身体、心理、社会适应的作用及意义。

3. 体育教师课程任务重、课余指导时间少

通过调查发现，为了适应基础教育发展需求，更为了响应“阳光体育运动”，教育行政部门加大了教师队伍建设力度，在各级各类学校都配备了专职体育教师，并开始对体育教师的学历有所要求。学生的学习压力大，在紧张的学习气氛下，运动时间是很少的，课外活动成了学生开展“阳光体育运动”的重要环节，从调查

结果看,安排课外活动的学校占了多数,很多学校也给了学生进行体育锻炼的时间,但是有一些学校所安排的课外活动的时间存在着明显的不足。

4. 阳光体育运动缺乏有效的监督和控制

调查中发现,针对“阳光体育运动”的展开进行的监督检查,包括整体的评价都不够深入,有一些学校并没有专门的设置相关的负责人员,同时也没有制定出更好的实施方案,和素质教育本身的指导思想存在着偏差,而这也充分的说明了,我们针对“阳光体育运动”的重要性的认识还有待于提升。

5. 体育活动场地、器材不能满足需求

凤城市的学校场地当中的各种器材存在着比较明显的短缺问题,同时学校针对体育方面的经济投入也存在着不足的现象,所以致使无论是场地还是器材都存在着明显的短缺,没有办法真正的落实阳光体育,学校常用的体育器材残缺不全,仅有的器械长期闲置不用,造成散失或破损,很难满足阳光体育工程实施的需求。

6. 社会、家庭对阳光体育运动的看法片面

没有在社会营造出“阳光体育”运动气氛,家长对体育的看法,没有随着“阳光体育运动”的启动而改变。通过相关调查发现有许多学生的家长并不支持学生在校进行各种体育锻炼,而出现这种情况的原因包含两个,首先是怕学生在校因为体育锻炼而受伤,其次则是怕学生的学习成绩会因为过多的体育运动而被影响,而家长如果针对“阳光体育运动”本身的认知不够充分,有这样的担心也是很平常的,这明显是“阳光体育运动”在社会宣传不够。

四、对策与建议

(一) 要加大体育资金的投入力度

首先,相关部门在进行拨款时,一定要优先考虑体育方面的经费,做到专款专用,给予学校体育设施包括器材方面的保障,以利于“阳光体育运动”顺利的开展,各学校也应该重视旧设施和器材的保护。

(二) 努力营造重视阳光体育工作的舆论氛围

可以通过开设专题讲座,有针对性地进行系统讲解,提高学生的体育意识,利用课外活动时间,组织形式多样趣味性较强的体育活动;积极开展体育文化节,文化领先,推进体育。大力加强人人参与“阳光体育工程”活动的宣传。

(三) 制定相应的时间和政策,保证学生课余时间的体育锻炼

建立保障机制,加强组织管理,用制度保障学生有足够的活动时间。

(四) 建立阳光体育校本课程保障机制

精心制定活动计划,科学规划活动场地,合理安排

活动内容,明确训练、督导、管理的责任。

(五) 切实加强体育教师队伍建设

学校一定要切实的做到关心体育教师的生活,稳定好整体的教师队伍,与此同时还需要不断的提升体育教师的地位以及待遇,尊重体育教师以及体育课所产生的教育成果。不仅如此,还需要不断的加强针对中青年教师的教育培训,使教师可以及时的更新自身的教育教学观念,并且不断地提升自己的专业水平。

(六) 采取社会募捐、学校投资、发展体育产业等改善学校体育场地设施

学校需要选择利用多渠道来完成经费的筹措,并且不断的加大对于体育事业方面的投入,政府部门也需要有效的安排阳光体育工作展开过程当中所需要的经费,鼓励各个事业单位以及社会团体,包括社会个人等捐赠关于阳光体育方面的设施,鼓励辖区承办全市大型阳光体育活动,促进阳光体育蓬勃、有序开展。

(七) 发挥家庭、社会的力量,为有效开展阳光体育活动做后盾

使全社会都能够意识到学生的个人健康和及未来成长有着密不可分的关系,甚至关乎于整个民族的健康素质,关乎于我国针对人才在培养过程当中的质量,所以在展开现代化教育的过程当中,一定要强化健康第一的理念。而健康第一其实指的就是需要淡化升学率的主题,而是不断的强调学生的健康,学校也需要针对现有的资源进行大力的开发,取得家长的支持,让阳光体育活动可以顺利的展开。

参考文献

- [1] 全体网/LR KS: z[1] 教育部,国家体育总局. 国家学生体质健康标准及国家学生体质健康标准实施办法[N]. 2007-04-04.
- [2] 教育部,国家体育总局,共青团中央. 全国亿万学生阳光体育运动的决定[N]. 2006-12-20.
- [3] 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[N]. 2007-05-07.
- [4] 刘海元,袁国英. 关于开展阳光体育运动若干问题的探讨[J]. 体育学刊, 2007(8): 11-14.
- [5] 闫秋霞. 武汉市中学生阳光体育运动的社会保障与个人自觉研究[D]. 武汉体育学院学报, 2008: 6.
- [6] 教育部官员解读阳光体育运动[J]. 校长阅刊, 2007(2): 7-8.
- [7] 刘海元,袁国英. 关于开展阳光体育运动若干问题的探讨[J]. 体育学刊, 2007. 1.
- [8] 全国学生体质与健康调研课题组. 2005年全国学生体质与健康调研结果公布[N]. 中国教育报, 2006-09-19.