

空竹进课堂的可行性分析

——以青岛市太行山路小学为例

刘如刚

青岛西海岸新区太行山路小学

[摘要]在“双减”背景下，学生对于体育锻炼的需求也越来越多，以太行山路小学为例，从不同的角度分析空竹运动在校园开展的利弊因素，对空竹在小学校园的开展进行可行性分析，为空竹进校园提供理论依据。

[关键词]空竹运动；传统体育文化；健身

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-6261.2021.08.363

2021年7月24日，中共中央办公厅、国务院办公厅印发《关于进一步减轻义务教育阶段学生作业负担和校外培训负担的意见》。8月30日，教育部召开新闻发布会介绍了中央减轻义务教育阶段学生作业负担和校外培训负担《意见》明确要求，加强“双减”督导，“双减”督导被列为2021年教育督导工作“一号工程”。随着“双减”政策的落地，学生的文化课学习负担得以减轻，随之而来的是学校学生对于体育运动多样化的渴求与学校体育场地小且运动项目相对单一之间的矛盾。空竹运动作为我国传统的体育运动项目，运动器械简单，所需运动器械比较简单，运动场地面积需求小，正符合当前我校学校体育的特点，本文将以太行山路小学为例，对空竹运动在青岛城区小学地开展进行可行性分析。

1. 空竹进课堂的有利因素分析

1.1 “双减”政策保证了学生的课外运动时间

近期，“双减”政策的相关细则在青岛将逐渐落地，教育部门也多次强调发展学生的体育教育，使得学生在校期间的课外活动时间得以增加，释放了学生的学习空间。有的学校体教融合方面已经先行一步，通过体育工作来带动整个教学工作的提升。“双减”政策的施行，全面压减了学生的作业总量和时长，减轻了学生的学业负担，学生有更多的时间和机会参加体育锻炼，同时对于运动项目的多样性和运动场地提出了更高的要求，学校在学生体育锻炼方面也展现了更高的积极性和更加宽松的发展空间，在这样的政策背景下，为空竹进校园提供了有利的契机，学生有更多的时间和精力去探索和学习新的体育项目，教师也有更多的时间和精力去学习和组织空竹相关的教学活动。

1.2 城区学校体育运动场地缺乏的特点

空竹运动的运动器械简单，对于运动场地面积和天气的要求比较低，正符合青岛市城区学校体育场所短缺的特点，班额大场地小也是目前我国学校体育的现状，如何充分发挥小场地解决学生运动的大问题是城区学校普遍面临的亟须解决的难题，城区学校的体育场馆多在市区之中，可以扩展的建筑面积极其有限，以太行山路小学为例，随着学生数量的逐年增加，学生人均体育场所面积也在不断下降，截至到2021年9月份，学生人数达到2400余人，学生人均体育场所面积仅为约1.5平方米，难以满足“双减”背景下学生体育锻炼需求不断增加的现状。所以学校体育更需要融合一些难度

低、占地面积小的体育运动项目，来充实学生的课内与课间体育活动，实现学校学生每天运动一小时的目标。

1.3 空竹运动的传统文化属性

施耐庵在小说《水浒》中描写了宋朝的宋江写过一首七言四句诗：“一声低来一声高，嘹亮声音透碧霄，空有许多雄气力，无人提挈漫徒劳。”这是至今发现的最早的有关空竹的文字记载。明代人刘侗、于奕正在《帝京景物略·春场》中，不仅记述了“杨柳儿活，抽陀螺。杨柳儿青，放空钟”的童谣，还记述了空竹的制作方法及玩法。随着时代的变化，空竹的称呼和动作套路也在不断的创新和变化，2006年05月20日，抖空竹经国务院批准列入第一批国家级非物质文化遗产名录，在学校开展空竹运动不仅可以锻炼学生身体，同时兼容了学生的传统文化教育，可谓一举两得。

1.4 空竹运动的健身价值和娱乐性

空竹运动是上下肢协调配合的运动，抖空竹时，上肢需要做拉、提、抛、接、抖等连贯动作，下肢则需要配合以走、跳、绕、移的动作进行衔接，运动量与运动强度均符合青少年的身体发展特点，锻炼学生的上下肢协调能力，同时学生在不断注视跳跃的空竹的过程中，改善视力、放松身心。抖空竹包括“抬头望月”、“左右捞月”、“鱼跃龙门”等多种多样的练习套路，学生可以在学习中不断挑战新的套路，在锻炼过程中充满了新鲜感，符合小学阶段学生的心理发展特点。空竹还有其特有的艺术性，在练习时身体闪转腾挪、姿态优美，在配上背景音乐，让这项运动有很强的观赏性。

1.5 学生对于抖空竹的适应性和兴趣调查

本次研究随机抽取了四年级两个班共90人进行了问卷调查，同时对这两个班的学生进行了两节课的启蒙教学，以观察这个群体在学习前后的变化，四年级的学生身心已发展到一定程度，适合于对新鲜运动的接收和学习，代表了小学学生学习的综合水平。

表1 关于学生对于空竹运动学习兴趣的调查

	学习前	学习后
不感兴趣	67.8%	6.7%
一般兴趣	11.1%	3.3%
感兴趣	21.1%	90%

在启蒙教学前，仅有21.1%的学生对于空竹有学习的兴趣，通过尝试学习之后，90%的学生表示对继续学习感兴趣，

对空竹感兴趣的学生增长了68.9%。在练习结束后,能熟练掌握空竹启动技巧的学生占比数为97%，“抬头望月”动作能熟练掌握的占比数为13.3%，单次抛接能熟练掌握的占比数为8.9%。通过调查统计发现,学生在接触学习空竹后,对于继续学习空竹运动有较大兴趣,在动作学习中,基本动作学习掌握程度较好,套路练习则需要更长的练习时间。

2. 空竹进课堂的制约因素分析

2.1 教学师资的缺乏

虽然抖空竹是我国国家级非物质文化遗产,但空竹运动并没有在校园中广泛的推广,体育教师作为运动推广的介质,能够熟练掌握空竹技巧并能运用到教学中的人数微乎其微,以太行山小学为例,学校共有体育教师14人,曾进行过空竹练习的人数为0,大家对于空竹的了解仅限于名称认知,还没有深入的了解,更没有空竹实践练习的教学能力。

2.2 安全因素

空竹运动中包括拉、提、抛、接、抖等动作,在练习过程中,空竹抖至高空掉落有一定的危险性,这也是学校体育组织者望而却步的一个因素,但同时也体现了学校体育教育者对空竹运动的了解甚少,空竹不仅是只有高空的抛接的动作,还有许多有健身价值且安全系数高的动作套路,如小抛接、抬头望月、侧捞月等,都适合于小学学校体育的教学。

2.3 家长教育观念的制约

根据相关研究表明,目前家长对于学生课外体育学习的项目选择多集中于篮球、足球、羽毛球等现代体育项目,因为这些运动的媒体曝光率高,社会参与群体众多,相关的青少年比赛活动也比较多,已经形成了社会体育-学校体育-竞技体育相融合的运动体系,也是因为这些因素,抖空竹作为我国的传统体育项目却很难得到家长的青睐,他们对于空竹的了解不多,不愿意将孩子的时间和精力花费在练习空竹这项传统体育项目上。

3. 结果分析与对策

3.1 加强空竹的师资培训

目前学校缺乏空竹运动的相关师资人员,而聘请校外教学人员进行教学资费高、且时间短,可以先组织体育教师进行学习,以太行山路小学为例,通过两天的空竹学习,80%以上的体育教师已熟练掌握了5种以上的技术动作,体育教师的协调性和运动能力较强,可以在短时间内高效的完成动作学习,所以学校体育教师的抖空竹培训对于学校空竹运动的推广至关重要,体育教师体育教学经验丰富,是空竹运动传播的纽带与桥梁。

3.2 完善青少年空竹运动的教学资源

根据青少年的身心发展特点,结合空竹运动的难度系数,开发空竹的校本课程,让学生有简单到复杂的逐渐掌握抖空竹的技巧和方法。小学阶段得学生对新生事物充满兴趣,学习模仿能力强,但在学习困难面前容易产生胆怯心理,校本课程资源的内容难度不宜太大,以激发学生兴趣的启蒙教育为主,在开发校本教学资源的同时,完善相关教学

的评价体系,将激励性的评价体系融入教学,促进课堂教学的有效开展,空竹运动在校园的开展不仅需要学校内部全体体育教师的教研探讨与改进,还应该加强学校与学校、区域与区域之间的交流,不断创新和更新教学内容,促使校园空竹教学资源体系逐渐趋于完善,为空竹运动进校园做好后备保障。

3.3 转变教育教学观念

加强学生的传统文化教育,让学生在练习空竹的同时了解它的文化传承意义,教师在体育教学中可以渗透我国传统体育文化的因素,比如室内体育的传统体育项目讲解,在球类学习的准备阶段与体能练习阶段,加入传统体育项目改编的身体练习,让学生在耳濡目染中学习了解我国的传统体育文化,同时转变家长观念。

3.4 针对不同阶段学生进行分层教学

小学阶段的学生是心理和身体素质快速发展的阶段,不同阶段的学生存在着群体差异性,同阶段的学生身体协调能力和技术动作理解能力也有所不同,在根据空竹技术难度制定的校本课程资源的基础上,对不同年龄段的学生进行分层教学,教学从易到难,对于同年龄阶段的学生,也可以根据学生的学习现状进行分层次、分组的的教学,让每个阶段的学生都能在学习空竹的过程中获得习得的满足感,从而有信心进行空竹的下一阶段的学习,形成良好的学习氛围。

3.5 组织相关比赛活动,推广校园空竹运动

相对于足球、篮球较多的比赛活动,空竹也可以组织一些活动、比赛,激发学生学习的积极性,小学阶段的学生也乐于在比赛中展现自己,让同学们在竞技中不断提高自己的运动水平,同时可以在学校成立空竹社团,组织一些表演,用多样化的活动推动校园空竹运动的开展。不仅是学生之间的比赛活动,教师之间也可以举办空竹类的竞赛,营造良好的学习氛围,以练促赛、以赛代练。在练习和比赛中,鼓励学生和教师进行创新,在学生有一定的基础之后,可以进行自编动作的创新,同时校园空竹的发展也需要师生因地制宜的进行创设适合自己学校的教学与学习内容,为校园空竹在校园的生根发芽提供一篇沃土。

4. 结论

空竹运动适宜在小学校园进行推广,但需要通过培训积累自己的师资力量,同时根据学校自身情况,开发校本教学资源,在不断学习和创新中推动校园空竹运动的发展,良好的运动开展也是比赛活动的基础,是转变学校及家长观念的关键所在。这样就形成一个良性循环,以学促教、以教促学。

参考文献

- [1]王韶玉.论空竹文化的起源与发展策略研究[J].湖北科技学院学报,2018,38(06):85-88.
- [2]罗学艺.空竹运动项目在中职校园的传承与发展[J].当代体育科技,2018,8(19):72-74.