

# Discuss the Development of Sunshine Sports in Rural Primary and Middle Schools

Wen Zhao

Nine-year School in Liuxiang Township, Xihe County, Gansu Province, Longnan, Gansu, 742100, China

## Abstract

It is necessary to develop sunshine sports in rural primary and secondary schools. The physical fitness of students can be improved to a great extent, which is a major event that benefits the country and the people. Based on the concept and technology of sunshine sports, this paper deeply analyzes the problems that exist in the development of sunshine sports in rural areas, and finally proposes corresponding solutions, hoping that rural primary and middle school students can exercise in the sun and enhance their physical fitness.

## Keywords

rural primary and secondary schools; sunshine sports; development strategy

# 探讨阳光体育运动在农村中小学校的开展

赵文

甘肃省西和县六巷乡九年制学校, 中国·甘肃 陇南 742100

## 摘要

在农村中小学开展阳光体育运动是很有必要的, 学生的身体素质可以获得很大程度的提升, 是利国利民的大事。论文基于阳光体育运动的观念技术上, 深入分析农村地区在开展阳光体育运动过程中存在的问题, 最后提出相应的解决方案, 希望可以让农村的中小学生在阳光下尽情运动, 增强身体素质。

## 关键词

农村中小学; 阳光体育; 开展策略

## 1 引言

常言道, 身体是革命的本钱, 没有一个好身体, 所有的努力都是白费的, 特别是对于青少年时期的学生来说。农村地区条件有限, 学校里很难有健全的体育设施, 因此, 在农村中小学地区开展阳光体育运动是很有必要的。社会各个方面都应该共同努力, 让中小学的孩子们都能在阳光下快乐的运动, 健康快乐的成长。

## 2 阳光体育运动的简述

这是中国国家相关部门在 2007 年启动的一项体育活动,

【课题项目】甘肃省教育科学“十三五”规划 2020 年度重点课题: 新时代“五育”融合在乡村学校的实践研究(项目编号: GS【2020】GHBZ116)。

【作者简介】赵文(1983-), 男, 中国甘肃西和人, 硕士, 中小学高级教师, 校长, 从事教育信息化研究。

阳光体育运动顾名思义是推动全中国的学生走进操场, 在阳光下尽情的运动, 其目的是激发青少年对体育运动的热情, 吸引学生走出课堂, 接近自然, 从而促进全中国中小学生健康快乐成长。由于农村地区条件相对较差, 所以更要全力推动农村地区中小学阳光体育运动的开展。在开展这一活动时, 学校要注意充分尊重学生的想法, 以自愿作为活动开展的原则, 不能强迫学生进行, 否则开展这一活动与开始的目的相悖。学校可以积极开展相关活动激发学生的体育运动热情, 调动学生进行体育运动的积极性。

## 3 农村中小学阳光体育运动开展存在的问题

### 3.1 师生认识上存在偏差, 对阳光体育重要性不够重视

在大多数学校看来, 学生考试成绩最为重要, 学生的学习情况决定了他们的未来, 从而忽略了学生体育等其他方面的发展。学校里平时的体育课莫名其妙的被其他科目占用, 或者体育课上过程中枯燥乏味, 没有生机与活力。孰不知,

如果学生没有强壮的体魄,即使再好的成绩也无济于事。可以看出,当前社会的升学机制在很大程度上阻碍了阳光体育活动的开展。从教师的方面来说,教师把阳光体育运动作为学校发布的任务,执行起来也就是走个形式,他们更多的是注重学生文化课成绩<sup>[1]</sup>。从学生家长的角度来看,他们认为体育锻炼对学生成长无益处,甚至阻碍了学生的文化课学习。在这种考试机制影响下,阳光体育运动真正搞起来并发挥其积极作用真的很难。

### 3.2 体育师资严重不足,专业教师普遍缺乏

学校开展阳光体育运动必须要有专业的体育教师进行教学,教师的策划能力以及专业体育知识都是必须具备的。这种优秀的体育教师本来就很缺乏,更别说是条件相对比较艰苦的农村地区。在农村地区的中小学很少有专业的体育教师,师资力量特别缺乏。而阳光体育运动的顺利开展与专业的体育教师具有很大关系,农村地区开展阳光体育运动就更加困难。学校要充分利用本学校的体育师资力量,让他们相互交流经验,共同提升共同促进。经过调查发展,大多数农村地区学校体育专职教师只有两名或更少,学校这样的师资阻碍了学生学习正确的运动技能,极大打击了他们进行体育运动的兴趣和积极性。

### 3.3 狭小的体育场地,缺乏必要的体育设施

很多农村地区的学校都存在着体育运动场地面积小且达不到国家相关规定标准的问题。由于运动场地小,农村地区的学校除了要解决以上的问题,还要考虑如何能让学生安全地参加阳光体育运动。850多个人同时挤在200m的跑道上,怎样才能保证学生的安全,怎样才能顺利开展,怎样才能让学生获得良好的运动体验,这都是农村学校要考虑的问题。

除了运动场地面积小以外,农村地区学校相关体育配套设施也是严重不足。可能是体育器材的磨损也可能是本身就缺乏相关体育器材,由于农村学校体育经费不足,所以没有及时对相关体育设备进行补充、维修,这也为学生在体育锻炼的过程中埋下了隐患,不利于阳光体育活动的展开。对于农村地区的学校来说,没有充足的体育设施和器材具有很大问题。例如,在体育课上进行篮球的相关教学,但是学校里篮球数量不足<sup>[2]</sup>,即使有的学生热爱篮球运动也只能放弃篮球的教学,严重打击了学生对体育锻炼的积极性。

### 3.4 阳光体育活动项目设置不够合理,缺乏一定科学性

由于农村地区学校场地小、学生人数多、运动设施不足

等问题,导致学校设置的阳光体育活动项目单一。正处于青少年时期的学生运动兴趣爱好广,对运动项目喜爱的转移速度也很快,如果一直进行单一的体育运动项目,很容易打击学生运动的积极性,所以学校要尽量多设置几个阳光体育活动项目。但是农村的学校运动场地小、学生人数多,还要保证学生的运动安全,还要考虑到学生的运动喜好,还要达到运动锻炼的目的,学校设置多个体育活动项目也是个很大的问题。在农村学校这种配置条件下,可以开展的阳光体育活动无非是做课间操、跳绳、踢毽子、跑步等项目。这些项目学生几乎都不喜欢,更不可能积极进行体育锻炼,阳光体育活动也很难继续开展。

### 3.5 活动评价缺乏一定标准,评价体系不够完善

阳光体育活动对于国家对于民族都是很重要的事情,而阳光体育活动顺利开展需要对学生教师有一套完整的评价指标。如果只是达到让学生出来玩玩的表面现象,那开展阳光体育活动的真实目的永远也不会达到。大部分学校开展阳光体育活动都是预先设计好体育活动项目,但都没有准确的评价机制,很难掌握学生的体育锻炼效果。即使设计了特别好的体育运动项目,学生体育锻炼效果不达标也是白费力气。例如,学校展开某一阳光体育活动项目,也有相关的评价机制,但是评价机制设置的比较简单,导致学校阳光体育活动开展效果并不明显,学生的运动技能并没有得到明显的提升。

## 4 优化阳光体育运动在农村中小学的开展策略

### 4.1 加强阳光体育活动宣传力度,提高师生对阳光体育活动的重视

在农村地区学校顺利开展阳光体育活动,首先要积极宣传阳光体育活动的影响、意义,提高阳光体育活动在师生之间的影响力,在全学校范围内营造出浓厚的阳光体育活动氛围,从而改变教师和学生们的体育锻炼的思想观念,让全校师生都沐浴在阳光下、健康快乐的运动。具体做法,学校广播站可以每天都进行宣传,加深人们对阳光体育活动的印象;班主任可以在班会时进行宣传,引导学生树立终身学习的理念;在课堂上,教师可以让学生写有关体育运动的作文,提升学生对于体育运动的思想观念;学校可以在官网或其他官方渠道宣传本校优秀的体育生;学校可以定期评比出阳光体育五星班级、个人,全面提高学校里的阳光体育活动氛围,把阳光体育活动落实到实处。

## 4.2 依托乡土资源, 丰富阳光体育教学活动形式

### 4.2.1 因地制宜, 突出农村特色

有些地区的农村学校具有很大的体育活动场地, 而且学校里学生比较少, 所以学生可以有足够大的空间进行阳光体育活动。但是, 农村学校与之配套的运动器材、运动设施都不完善, 还缺乏具有专业知识的体育教师。所以农村学校在进行阳光体育活动时, 要因地制宜, 根据本学校的环境特点, 选择适合本学校的阳光体育活动方式。针对上面提到的场地大、学生少的情况, 可以选择踢毽子、跳绳、投沙包、立定跳远等活动。运动器材不足, 学校可以组织学生自制毽子、跳绳、沙包。从活动道具的制作到进行阳光体育活动, 学生都充分参与进来, 有效地提升了学生的运动积极性。

### 4.2.2 继承传统体育项目, 开发本地体育资源

学校在进行阳光体育活动时, 不能一味地进行现代活动, 还要对当地的传统体育项目进行传承。例如, 中国朝鲜族的秋千跳板、摔跤、拔河等, 中国河南温县的太极拳、登封的少林拳等。由于时代的发展, 这些中华优秀传统文化几乎没人继续传承, 学校在进行阳光体育活动时可以开发本地的体育项目, 提高学生对当地体育活动项目的兴趣, 进而把民间的传统体育项目传承下去。农村学校因地制宜开展阳光体育活动效果会更加明显, 形成具有地方特色的阳光体育活动体系。

### 4.2.3 广泛开展体育竞赛活动

为了提高学生进行体育运动的积极性, 学校可以举办更有趣味性、竞技性的体育活动。这些活动内容及形式要更加新颖, 既要有趣味性、竞技性、娱乐性, 还要起到提升学生身体素质的目的。例如, 转呼啦圈比赛、班级之间的拔河比赛、跳绳、踢毽子等。在全学校范围内营造出阳光体育运动的氛围, 使学生更加积极地进行体育锻炼。

## 4.3 充分获得社会各界的支持, 多方加强合作

学校可以在场地上配备攀爬梯、单双杠等常见的运动设施。除了学校配备相关运动设备, 班级也可以组织学生自愿捐款为本班级配备相关运动器材。每个班级要设置一个本班级的运动器材箱, 既可以补充本班级运动器材, 还能使其得

到有效保管。在社会上也要广泛宣传阳光体育活动, 引起社会各界对农村学校阳光体育活动的关注, 从而付诸实际行动来支持阳光体育活动。对阳光体育活动进行大力宣传还能改变农村家长对体育锻炼的错误观念, 获得的家长们的支持。在学校、家庭、社会的共同努力之下, 学校可以为学生提供更好的体育运动环境<sup>[1]</sup>。在这三方面的共同熏陶之下, 可以为学生营造阳光体育运动的氛围, 促使学生走出教室、进入操场, 感受到阳光体育活动的乐趣, 从而提高学生们的身体素质。

## 4.4 充分挖掘活动场地资源, 利用好各种场地

对于大多是农村学校来说, 运动场地小、学生人数多是这些学校的通病。为了使每个学生都能享受到阳光体育运动, 学校要充分挖掘一切可以用来运动的场地, 例如学校的绿化带、空教室、走廊等, 并在不同场地设置不同的运动项目, 以便于学生们进行阳光体育活动。例如, 在进行阳光体育活动时, 大部分学生都会走出教室, 留下许多空教室。学校可以把这部分空教室利用起来, 让学生进行肩肘倒立运动。这种安排既保证了每个学生都有运动场地, 又保证了学校的场地资源被人们充分利用。

## 5 结语

总之, 中小學生要德智体美劳全面发展, 所以体育是学校必不可少的课程。学校开展阳光体育活动, 农村地区的中小学要明确学生进行体育锻炼的重要性, 并高度重视学校内体育基础设施的建设情况, 为学生提供更好的体育锻炼环境, 促进阳光体育运动的开展。

## 参考文献

- [1] 李奇, 张蓉. 农村中小学发展阳光体育的现状与对策[J]. 考试周刊, 2019(6): 142.
- [2] 崔强年. 河西走廊农村中小学开展阳光体育运动现状分析[J]. 田径, 2017(2): 36-40.
- [3] 剡玮. 对农村学校阳光体育存在的问题分析与建议[J]. 小作家选刊(教学交流), 2018(7): 17.