

Let the Students Come Down from the Stands——My Opinion on the Reform of School Sports Meeting

Gang Xu

Kungang Experimental School, Anning, Yunnan, 650300, China

Abstract

Under the premise of “health first” and “sun sports” as the main line, school sports meeting should highlight the characteristics of comprehensiveness, fitness, fun, and participation, changing the situation of “a few performances, most watching” into a good situation of “everyone on stage, everyone participates and exercises from time to time”, let it really play its due role. Carrying forward the spirit of the school sports meeting and developing a good sense of exercise to promote our own physical fitness.

Keywords

school sports meeting; reform; innovation; implementation

让学生从看台上走下来——学校运动会改革之我见

徐刚

昆钢实验学校, 中国·云南 安宁 650300

摘要

在以“健康第一”“阳光体育”为主线的前提下,学校运动会应突出全面、健身、趣味、参与性的特色,把“少数表演,多数看”的局面改变为“人人登台,个个参与,时时锻炼”的良好局面,让其真正发挥应有的作用。弘扬校运会精神,养成良好的锻炼意识,以此促进自身的体质。

关键词

校运动会; 改革; 创新; 实施

1 人人表演、个个参与

纵观以往的学校运动会,几乎是体育特长生的天地,赛场上总是那些老面孔,田径场上他们独占鳌头,球场上独领风骚,其他的学生只有参加啦啦队或者干点服务的活动,有的甚至借开运动会时间干脆请假回家“休养”。这与新课改提出的“快乐体育、阳光体育”“全员参与、健康第一”的目标相脱轨。这既不利于激发学生的运动兴趣,也难养成坚持体育锻炼的习惯,更是失去举办运动会的价值。

为此,校运会要充分考虑学生的年龄、特点、兴趣、爱好等结合学生实际情况,精选比赛内容,改革比赛方法,改进比赛方式,创新、设计、引入一些大多数学生乐于参与的项目,让更多的学生参与进来,让每个学生都能找到适合自己的项目,在参与的过程中体验成功的乐趣。从而养成自觉锻炼,乐于锻炼,促进体质提升的意识。

2 项目设置、丰富多彩

在以往运动会项目设置上,基本是田赛和径赛抗“大梁”,几乎是纯粹的竞技比赛,这在一定程度上制约了学生的参与性,使得部分学生对运动会、体育活动渐渐的失去了兴趣。

因此,运动会项目设置应大胆革新,要淡化“竞技体育”的做法,树立“健康第一”的新思想。减少竞技性强的项目,增加娱乐、趣味性的项目,确保“健康第一”的思想落到实处,让更多的学生参与进来,共同享受活动的乐趣。这样,学生参加体育锻炼的热情会更高、更积极,学生的整体素质也会大幅度的提高。由此,在运动会项目的选择上,可大量增加趣味项目和表演项目、集体项目。如广播操表演、班级跳大绳、拔河、5~10人同步大板鞋、旱地划船、袋鼠跳、春播秋收、运物接力等项目,这些项目不但会成为运动会的亮点,也会使学生养成自觉锻炼的良好习惯。

3 师生、家长、共同竞技

“学校、家庭、社会”三联合是教育活动的保障,让家长、社会成员参与学校运动会,或者是请家长、社会知名人士到校观看孩子参加比赛,为自己的子女加油,其积极意义是多方面的,第一是让家长、社会重视自己子女的身心健康发展,而不再是单纯追求孩子的分数;第二是加强了家庭、社会和学校教育的沟通和联系,有利于形成教育的凝聚力。

此外,在运动会上安排一些适合教师、家长参与的比赛项目,让老师、家长、学生一起进行比赛,突出趣味性和娱乐性、参与性,让学生、老师、家长共同享受到体育的快乐,使家长通过参与校运会,加深对体育课的认识,认识到锻炼的重要性,感染学生养成积极锻炼的良好习惯^[1]。

由此,应该清醒的认识到举办运动会的目的,不能只是为了名次、成绩,而应以培养学生体育兴趣为主,让学生延续校运会的精神,把校运会上积极拼搏、顽强竞争的作风带到课下、课余时间,养成积极锻炼的良好习惯,提升自身的体质。

4 融入生活、贴近实际

体育活动“源于生活,用与生活”,自古以来许多活动到今天一直在课堂上源远流长,对课堂教学、体育比赛起到一定的引导作用。例如,古代猎人打猎用的器具,发展成了今天的标枪、铁饼等投掷项目;跨越壕沟、障碍的活动演变成了现在的跳跃、障碍跑等,这些古老的体育活动对现在的体育发展起到了不可忽视的作用。

因此,在运动会项目的设置上,可以把学生在现实生活中经常玩的一些民间活动。如滚铁环、打陀螺、套圈、划船,打保龄球、游戏等,通过改进、创新,加入校运会中,这样不但能增强学生的参与积极性,而且通过校运会的推广,学生在课下也会玩的乐此不疲,学生在玩中学、玩中练,以此能有效提升学生的体质。

综上所述实际情况从2016年起,我们对我校校运会进行了改革,将其变为以个人项目、集体项目、趣味体育项目组合的大型学校运动会。学校运动会改革的基本目标是营造一个既符合学生生理和心理特征,满足他们丰富课余时间,锻炼身体及自我表现的需要,又能激发学生对体育活动的持久兴趣,体验运动的乐趣的良好的运动环境。学校体育运动会的理念和初衷是以育人为最高目标,面向全体学生,全员参与。

以全面贯彻国家教育方针,提高国民素质为宗旨,以贯彻“健康第一”为指导思想,以增强体质、日常锻炼和普及为主,学校运动会的目的是全面促进每个学生身心健康的发展,培养优良的思想品德与作风,提高对体育锻炼的兴趣和积极性,进而形成终身体育观念。

在组织学校综合运动会的实施过程中,具体采用以下改革与创新程序进行。

4.1 对现有的竞赛项目进行筛选

保留原有项目中具有观赏性较强、学生喜欢的项目,如100米、4x100米、跳高这些田径项目,这类项目虽然技术难度大,但具有鲜明的竞技性,感官刺激性强,代表了体育运动的精髓所在,体现了人类不断挑战自我的精神。

4.2 增加集体项目

集体项目更能体现出协作精神和团队意识,对学生的合作意识培养有较好的促进作用。如跳长绳、20x50米接力等。

4.3 增设趣味项目

引入一些趣味性强、对身体素质要求低的项目,让更多的学生参与其中。例如,钓鱼接力、袋鼠跳、运物接力、春播秋收、10人大板鞋接力等。

4.4 评价与奖励

学校运动会的举办不仅仅是为了决出比赛的结果,更是为了学生在运动会的参与过程。因而运动会结束后的评价不能仅以运动成绩的好坏来论英雄,应对运动会过程中的各种积极现象进行全面评价,并多设一些奖项,尽量让大多数参加者得到相应的奖励或鼓励性的评价。在运动会上,可以年级为评比组,不仅为每个单项的前八名颁奖,同时还应设置“优秀运动员”“精神文明队(员)”“最佳表现奖”“最佳进步奖”“最佳风格奖”等奖项,使大多数运动员获得奖励或表扬,让成功的光环不只笼罩在少数人的头上,同时也让大多数人享受到成功的喜悦^[2]。

5 学校体育运动会通过改革取得的积极效果

通过上述改革措施,使学校体育运动会取得多方面的积极效果。

5.1 激发学生参与体育、运动健身的兴趣,增强集体荣誉感和凝聚力

由于赛制的改变,过去的竞赛“看客”变成了比赛的“主

角”，让更多的学生走进赛场，亲身体验运动的乐趣。此举更加增强了集体荣誉感，促使人人为了集体争光，增强班级的凝聚力。

5.2 提高学生的运动能力

由于参赛人数多，让更多人为了参赛而更加注重平时锻炼。课余时间参加锻炼的人多了，这样有助于学生运动技能的形成和运动成绩的提高；校内学生自觉锻炼身体的积极性提高了，有利于开创学校体育工作的新局面。

5.3 学生的个体潜能得到发展

改革后体育比赛方式有助于发挥学生个体潜能，进一步激发他们的积极性，提高学生自我动手和创新创造能力。

5.4 提高体育教师的业务水平

通过改革，让体育教师了解最前沿的信息，最新的课改动态，一方面教师多动脑筋、想方设法上好每一节课，另一方面让学生喜欢教师上的课，达到强身健体的目的。

5.5 促进更多人关注体育

更多人由原来的竞赛看客变成了体育比赛的亲历者，角色的转换促使他们更加注重比赛经验，充分享受竞赛成果，深

刻体验运动乐趣，使其更加关注体育运动，自觉投身体育锻炼。

5.6 促进校园文化建设

校园竞赛加强了学生之间、班级之间、年级之间的交流，大家在运动场上相互竞争。切磋技艺，增进友谊。场上场下都表现出一种积极向上的态度，让校园充满生机与活力，让勤奋努力、积极进取、勇于竞争的体育精神成为校园文化的主旋律之一。

6 结语

如何通过学生体育运动会的开展，满足学生真正的需要，让每个学生都能从中受益，以促进全面发展的社会主义新人的成长，还有许许多多的课题值得我们去探讨。我们有理由相信，新课标的实施和教育教学改革的不断深入，学校体育运动会将越来越显示其价值，发挥其作用。

参考文献

- [1] 孙晓莹. 上海市小学校运会开展的现状及创新对策研究 [D]. 上海: 上海师范大学, 2020.
- [2] 许江浩, 解丹. 运动会全员化新体育乐起来 [J]. 体育教学, 2018 (11):72-73.