

“阳光体育”背景下高职体育教学管理路径研究

● 吴频波

摘要:“阳光体育”是一个体育教育新理念,推动着体育教育改革发展。结合高职体育教学管理来看,“阳光体育”为其注入了新的思路,也提出了新的要求。为了提高高职体育教学管理效率,高职院校要从更新管理理念入手,采取一系列措施,改进管理模式、改革管理手段,推进“阳光体育”活动的组织和开展,打造全新的体育教学管理体系。

关键词:阳光体育 高职体育 教学管理

中图分类号:F061.3;G71

文献标识码:A

文章编号:1004-4914(2023)06-191-02

“阳光体育”运动理念是在 2007 年提出的,目的是促进全国各类型院校重视“五育”中的体育。高职院校新一轮教育改革过程中,要培育全面发展的高素质技能型人才,其必然需要学生具备良好的体魄和健康的心理,借助“阳光体育”教育的广泛化、普及化、多样化以及个性化发展,有助于促使学生形成对体育的科学认识,并培养学生终身体育意识,形成健康的生活理念和身心状态,学习和发扬体育精神,不怕吃苦、不怕挫折、坚定向前、奋勇争先,找准自我定位,树立远大理想目标,同时脚踏实地,实现自我价值。

一、“阳光体育”背景下高职体育教学管理新要求

(一) 延展体育活动时间

新时代背景下,体育作为调节学生身心健康的有效措施,应成为高职院校的主要教学内容之一。以往,体育课时

较少,而且对学生的管理较为宽松,不少学生存在体育课旷课、请假的情况,不去上体育课,经常得不到专业的体育锻炼,而且高职院校并未给学生安排课余体育活动时间,高职院校“宿舍宅文化”日渐趋显,学生没有形成健康的生活习惯^[1]。因此,在“阳光体育”运动理念下,就是要让学生走出教室,到“阳光”下、到室外来,积极参与体育活动,这需要学校形成完善的体育教学管理制度,为学生延展体育活动时间,比如规定每天上午某一时间段为“阳光体育”运动时间。

(二) 进一步丰富体育教学内容

在“阳光体育”运动理念影响下,高职院校还有必要进一步丰富体育教学内容,不能将体育教学仅限于基本的体能项目以及几项体育运动中。就当前来看,高职体育课的教学内容主要是围绕学生体能训练展开,以帮助学生在期末考试中体能达标,教学内容枯燥乏味,学生感受不到体育的乐趣所在。而且体育教学运动以常见的乒乓球、排球、篮球、足球教学为主,缺乏其他类型的体育项目教学课程^[2]。实际上,体育项目种类多样,适用于高职院校展开教学的项目也很多,比如健美操、游泳、羽毛球、网球、滑冰等,都可以让学生眼前一亮,积极主动融入体育学习过程,以促使学生掌握更多的体育技能,形成终身体育意识。

(三) 不断创新体育教学手段

高职院校体育教学管理过程中,常常忽视教学手段的创新,这与体育教师的教育专业能力欠佳有一定的关系。在“阳光体育”运动理念下,高职院校体育

教学应不断创新教学手段,为学生打造生动、有趣、互动性强的课堂,给学生带来耳目一新的感受,从而提高学生参与体育活动的积极性。比如利用小组合作、小组竞赛、微课等教学手段,融合应用翻转课堂、分层教学模式,创新教学形式,促使不同兴趣爱好、不同能力层次的学生都能够在体育教学中获得成长,形成阳光的心态^[3]。

二、“阳光体育”背景下高职体育教学管理路径

(一) 注重课堂教学管理,融合课外活动管理

“阳光体育”背景下,高职体育教学管理应创新思路,既要加强课堂教学管理,深入开展课堂教学改革,又要融合课外体育活动管理,为学生一系列体育类的课外活动提供专业的指导。在课堂教学管理方面,教师应转变认识、转变思路,从“管理学生”向“引导学生”转变,避免学生产生体育厌学情绪,并让学生认识到体育与健康之间的密切关联,从而掌握必要的体育技能,如运动呼吸节奏的把握、运动方法的掌握等,从而为其日后开展自主体育锻炼打好基础;同时,课堂教学中还可以为学生安排多种多样的学习项目,教师也可以在开设何种项目教学之前,询问学生的意见,根据大多数学生的兴趣来安排课程内容、设计教学方案。在课外体育活动管理方面,高职院校要在为学生提供课外体育活动机会的同时,构建长效管理机制,比如高职院校趣味运动会、春秋两季运动会、拔河比赛、篮球联赛、足球联赛、羽毛球联赛等要形成长效管理模式,每年定期开展相关活动,并给予

[4] 泛在网络[EB/OL].[2022-1-10].<https://baike.baidu.com/item/%E6%B3%9B%E5%9C%A8%E7%BD%91%E7%BB%9C/6533247?fr=Aladdin>.

[5] 教育部关于印发《普通高等学校图书馆规程》的通知.[EB/OL].[2022-1-11].http://www.moe.gov.cn/srcsite/A08/moe_736/s3886/201601/t20160120_228487.html.

[6] 约翰逊,陈旭炎.智慧城市、智慧图书馆与智慧图书馆员[J].图书馆杂志,2013,32(01):4-7.

[7] 宋冰冰.智慧背景下图书馆员职业能力建设[J].山东省图书馆学刊 2021 年“标准·质量·效能——图书馆创新发展之路”专辑,2021(08):188-189+198.

[8] 连康平.图书馆 RFID 技术应用——以威海市图书馆智能定位书架项目为例[J].山东省图书馆学刊 2020 年“守正创新 与法同行——图书馆高质量发展之路”专辑,2020(06):17-20.

(作者单位:中国海洋大学图书馆 山东青岛 266100)

[作者简介:王妍(1981—),女,硕士研究生学历,2006 年起任职于中国海洋大学图书馆,馆员,研究方向:图书馆管理、信息资源建设与服务;通讯作者:王栋(1979—),男,博士研究生学历,2002 年起任职于中国海洋大学图书馆,系统与技术部主任,高级工程师,研究方向:智慧图书馆建设。]

(责编:若佳)

学生专业的训练指导,进而丰富学生的课余生活,拥有多姿多彩的高职生活^[4]。

(二)构建体育兴趣社团,优化人员活动管理

“阳光体育”背景下,高职体育教育的开展还可以延伸到体育兴趣社团中,由体育教师担任体育兴趣社团的指导教师,也可以由体育教师来结合自身专长,在高职院校内组织体育兴趣社团,并优化社团人员及活动管理。高职院校所招聘的体育教师有着不同的专长,有的教师是田径运动员出身,有的教师是篮球专业出身,有的教师是体育舞蹈专业出身等等,其在求学时所选择方向的不同,恰恰可以促使其在高职院校开办不同的体育兴趣社团。高职院校可以鼓励学校每名体育教师都带一个体育兴趣社团,而且为教师提供必要的政策、场地和资金支持,体育兴趣社团可以与其他类型的社团一样,每年纳新,学生可以有选择性地参加,选择其中一个体育兴趣社团即可。日常状态下,教师应做好社团成员的管理工作,了解社团成员的信息以及相应体育项目的能力,分出不同层次,为学生提供基础训练、进阶训练和专业训练,社团活动频次不宜过多,一般一周一次即可,不强制学生每周都必须参加社团活动,可以采取激励打卡的方式来调动社员的积极性^[5]。

(三)注重心理健康管理,增强学生身心健康

“阳光体育”背景下,高职体育教学管理应坚持“以生为本”,转变学生思维方式,注重心理健康教育管理,促使体育教学管理模式的可持续发展。体育是有助于学生身心健康发展的活动项目,在科学的佐证下,适当的体育运动之后,大脑可以释放一种名为“内啡肽”的物质,可以让人感受到精神上的放松和愉快。而且,在适当的体育运动之后,人的骨骼、肌肉以及肺部、心脏功能等都调动起来,学生的心脏功能、肺活量不断提升,在日常生活中就会感到更加轻松,甚至能产生“身轻如燕”的感受。与此同时,除了内在机能促使心理状态更加健康之外,教师还可以为学生提供专业的心理健康辅导,将体育精神教育融入教学中,加强对学生精神状态、心理健康的观察和管理。在学生一入学时就建立学生健康档案,对学生开展初始和后续的身心健康测评,收集班级学生信息,观察学生的日常表现,多与辅导员进行沟通,针对存在心理健康问题的学生提供“一对一”的辅导,借助“阳光体育”将学生引出阴霾,形成健康的生活习惯和积极的生活态度^[6]。

(四)加强体育安全管理,保障学生活动安全

“阳光体育”背景下,高职体育方面的活动增多,高职院校及体育教师更要注重加强体育安全教育及管理,避免学生发生运动损伤,保障学生活动的安全性。一是,高职院校要为学生提供专业的体育活动场地,包括建设专业的体育场馆以及运动操场,操场跑道要铺设橡胶,避免跟腱受伤。二是,高职院校要为学生提供专业的运动器材,并由器材管理教师做好器材管理,每日检查器材的安全情况,出现松动、变形等问题要及时修理。三是,要保障学生的操作安全,有些体育运动器材具有专业性,比如一些健身类的器材,还有游泳场馆等也需要先保障安全才能开放,这需要体育教师做好相应的管理工作,一切以学生的安全为前提。四是,在体育教学开展之前,教师要带领学生做热身运动,并教授学生学会热身操,学生在自己做运动之前也要先热身,这样可以有效避免运动损伤。在运动结束之后,要进行科学的肌肉拉伸,有助于肌肉恢复到不紧张的状态,避免肌肉疲劳。

(五)优化体育经费管理,完善体育活动设施

“阳光体育”背景下,高职体育教学管理中还有重要的一项,就是经费管理。一般来说,学校的教育经费是由财务部门进行管理,但是体育教研组可以通过打报告或者项目论证及申请的方式来申请资金,建设或者维修场馆、完善活动设施、采购新的器材、组织体育活动等。为了促进“阳光体育”运动的发展,高职院校有必要在每年的预算中专门留出公共体育项目建设资金,并让体育教研组的教师知道每年的预算金额,在提出一些资金要求之前,先内部进行合理的思考和讨论,提出科学、高效的资金应用方案,这样,高职院校的领导也可以清晰地了解到这部分资金花在了哪里、有没有落在实处、有没有提高学生的体育意识和能力。需要注意的是,一般全年的体育项目发展经费是有限的,体育教师要考虑到全年的体育项目和活动规划,不能还不到一年就将体育经费中领完毕,导致余下的一些体育活动开展困难,不利于体育教育管理的可持续发展。另外,体育经费管理过程中,教师还可以将一部分经费直接花在学生身上,比如为竞赛得奖的学生购买奖品,激励更多学生积极参与体育项目及相关活动。

(六)改革体育评价管理,科学考评体育效果

“阳光体育”背景下,高职体育应改革体育教学评价管理模式,从单一的期末成绩评价转变为以日常评价为主的综合考核模式,也就是说,从终结性的评价模式转变为过程性与终结性评价相结合的模式。学生学期末进行体育综合能力测评时,教师还应综合考虑学生日常表现,比如学生日常参加的体育兴趣社团、在社团中所获得的积分可以置换体育分值,又如学生日常参加各类体育活动的表现以及得奖情况,也可以置换积分,如果学生置换积分达标的话,也就可以实现课程达标。另外,教师还应采用多元主体评价模式,让辅导员、学生自身都参与到体育评价管理中来,从而科学考评体育教学及管理效果,认真听取学生的反馈意见,不断调整、优化体育教学管理模式,为学生提供多样化、多层次、多维度的体育教学,让学生真正走到阳光下参与体育活动。

三、总结

综上所述,高职院校体育教学管理的创新与改革关系到高职生的身心健康发展,在“阳光体育”运动理念下,高职院校要保障学生参与体育活动时间,为学生提供更为多样化的体育教学内容,丰富体育活动的形式。优化体育课堂教学管理、课外活动管理、社团管理、心理健康管理、运动安全管理、经费管理以及评价管理,促使高职生在未来的学习、生活和工作中一步一脚印的前行,让体育成为健康生活的一部分。

参考文献:

- [1] 石丽华. 阳光体育运动背景下高职体育教学发展路径[J]. 江西电力职业技术学院学报, 2021(12): 82-83+88.
 - [2] 倪鹏程. 基于阳光体育运动理念的高职体育课程改革策略[J]. 山西青年, 2021(19): 147-148.
 - [3] 曹中旺. 阳光体育理念下高职体育可持续发展研究[J]. 和田师范专科学校学报, 2021(03): 62-65.
 - [4] 贾东. 阳光体育下高职体育教学改革的研究[J]. 发明与创新(职业教育), 2021(04): 54-55.
 - [5] 高伟. 基于阳光体育运动理念的高职体育课程改革[J]. 文体用品与科技, 2020(23): 168-169.
 - [6] 朱永胜. 阳光体育运动背景下高职院校体育课程改革的再思考[J]. 乌鲁木齐职业大学学报, 2020(02): 51-54.
- (作者单位: 湖南财经工业职业技术学院 湖南衡阳 421002)
- [作者简介: 吴频波(1981—), 男, 汉族, 湖南衡阳人, 硕士, 讲师。]

(责编: 纪毅)