

高校开展阳光体育运动的认识与思考

舒 钧

(连云港师范高等专科学校 体育系,江苏 连云港 222006)

【摘 要】文章运用文献资料法、逻辑分析等研究方法对高校开展阳光体育运动的认识、途径等问题进行探讨,并提出相关建议对策,为推动阳光体育运动在高校更好地开展提供参考。

【关键词】阳光体育运动;高校;国家学生体质健康标准

【中图分类号】G80 **【文献标识码】**A **【文章编号】**1673-1891(2008)03-0121-03

少年智则国智,少年富则国富,少年强则国强,少年进步则国进步,少年胜于欧洲则国胜于欧洲,少年雄于地球则国雄于地球^[1]。广大青少年身心健康、体魄强健、意志坚强、充满活力,是一个民族旺盛生命力的体现,是社会文明进步的标志,是国家综合实力的重要方面^[2]。2005年全国学生体质健康调研结果显示,我国学生部分体能素质指标持续下降,视力不良率居高不下,城市超重和肥胖学生比例明显增加,部分农村学生营养不良。这些问题已经严重影响到国家和民族的未来。国务委员陈至立对此强烈提出:“长此下去,则民族虚弱,国无可用之兵,必将直接影响到中华民族的伟大复兴”。而在此时阳光体育运动的开展是非常及时的,具有积极和重要的战略意义。

1 对高校开展阳光体育运动的认识

1.1 阳光体育运动的开展是落实科学发展观的必然要求

科学发展观的本质和核心是坚持以人为本,青少年学生是国家未来的主人,他们的健康体质是国家的财富,是社会进步、国家昌盛的希望。青少年的全面健康发展是实现人的全面发展的重要内容,也是落实科学发展观的必然要求。阳光体育运动的启动正是新时期党和国家为加强人才建设的战略措施和富国强民之本,体现了“以人为本”的基本理念。因此,积极开展阳光体育运动,是树立并落实科学发展观的必然要求,这对于促进青少年身体健康的全面发展、民族整体素质的提高以及社会的全面发展和人类文明的进步具有重要的意义。

1.2 阳光体育运动的开展体现了“健康第一”的指导思想

“健康第一”的指导思想是时代进步和社会发展赋予学校体育的历史使命,也是当前我国体育课程改革与发展的核心思想。高等学校承担着为国家培养高级科技人才的责任,大学生体质健康素质

的好坏直接关系到培养人才是否合格。近20年我国青少年学生部分体能素质指标持续下降,城市超重与肥胖的男生有1/4,视力不良检出率大学生达到83%^[4]。开展阳光体育运动其目的是在各级各类学校形成浓郁的校园体育锻炼氛围和全员参与的群众性体育锻炼风气,有效地促进广大青少年学生积极参加体育锻炼,切实提高学生体质健康水平。这充分体现了党和国家在“健康第一”的理念下对青少年健康素质的密切关注。

1.3 阳光体育运动的开展是“终身体育”理念的具体化要求

高校体育是学校体育的最高层次,是学生在学校学习的最后一环,也是学生从学校走向社会的转折点,学与用的衔接点,是学生终身体育习惯养成的一个最重要、最关键的阶段。2004年8月29日,教育部部长周济在上海复旦大学召开的建国以来首次“全国高校体育工作座谈会”上讲话提出,大学体育要与终身体育对接,要求每个大学生至少掌握两项运动技能,学会科学锻炼的方法,并在日后的工作、生活中能够用得上^[5]。普通高校体育改革必须从这一基点出发,高校开展阳光体育运动就是要营造浓厚的体育氛围,使各级各类学校形成浓郁的校园体育锻炼氛围和风气,深入推动学校体育活动的广泛开展,让“每天锻炼一小时,健康工作五十年,幸福生活一辈子”的口号家喻户晓,深入人心,使广大学生走进大自然、走到阳光下,培养体育锻炼的兴趣、养成锻炼的习惯,从而为终身体育打下良好的基础。

1.4 阳光体育运动的开展是“素质教育”观念的客观体现

素质教育以文化素质教育为导向,以心理素质教育为中介,最终以健康教育为主体,以全面提高身心素质,发展人的个性为共同目标。2006年12月23日建国以来的第一次全国学校体育工作会议在北京召开,陈至立国务委员出席会议并作重要讲

话,会议向全社会发出了全面加强学校体育工作的动员令,提出要把学校体育工作作为全面推进素质教育的重要突破口和主要工作方面。同时宣布了教育部,国家体育总局和共青团中央联合制定的《关于开展全国亿万学生阳光体育运动的决定》^[6]。可见,加强青少年体育、增强青少年体质切实开展阳光体育运动,促进青少年健康成长是作为今后一个时期实施素质教育的切入点和重要突破口,这是战略的考虑,也是策略的安排。

2 高校开展阳光体育运动的途径

2.1 以体育课堂为阵地开展阳光体育运动

体育课是大学生公共必修课,它是学校体育的基本组织形式,是中心环节。体育课有规定的教材,有固定的组织形式和时间,有场地器材的保证,更有体育教师的指导,是学生掌握体育基本知识、基本技术、基本技能的主要途径和渠道。抓好体育课堂教学对学生形成正确的动作技能和养成锻炼习惯的基础,以及引导学生主动开展运动竞赛和其他课外体育活动具有重要意义。阳光体育运动不是另起炉灶另搞一个活动,开展阳光体育运动必须以体育课堂为阵地,高校体育课堂必须要深化教学改革,不断提高教学质量,坚持依法治教,规范办学行为,严格执行国家有关体育课时的规定,开足上好体育课,不得以任何理由挤占体育课时,从而引导学生积极参加阳光体育运动。

2.2 发挥学生会和各类社团组织的作用,开展阳光体育运动

学生会和各类社团等都是学生的直接管理部门,与学生联系比较密切,各部门也是开展阳光体育运动的主要支持者。各类社团组织和学生会大都由相同兴趣、爱好的学生自发组成的群众性业余团体,具有共同的观念,追求着共同的目标。各类社团组织具有很大的自主性和灵活性,在组织一些体育活动时极易达成一致。这些社团和学生组织在开展阳光体育运动过程中除了完成学校各项体育锻炼、竞赛任务外,还可以根据本部门情况组织开展更多的体育活动加以补充。当前和未来,学校社团和学生组织已成为学校体育课外活动的重要组织形式和校园体育文化的重要载体。因此,高校开展阳光体育运动应因势利导,充分重视各类社团和学生组织的作用和功能,通过各类社团和学生组织推进阳光体育运动的开展。同时各类社团和学生组织更应以此为契机,加强自身管理,积极利用自身灵活和自主的特点合理安排活动时间,加大宣传力度,吸引更多的学生加入社团能够主动积极地参与体育锻炼,从而有利推动阳光体育运动的开展。

2.3 举办校园体育文化艺术节活动,开展阳光体育运动

体育文化艺术节是通过丰富活动内容、拓展活动空间和时间、改变活动的功能的融健身、娱乐、竞技于一体的综合性的文化节日^[7]。其主要目的是通过丰富多彩的内容和灵活自主的形式向全校营造浓郁的体育锻炼氛围,从而吸引更多数量的学生积极参与,最终达到活跃学生文化生活和强身健体的目的。这与开展阳光体育运动在各级各类学校形成浓郁的校园体育锻炼氛围和全员参与的群众性体育锻炼风气,有效地促进广大青少年学生积极参加体育锻炼,切实提高学生体质健康水平的最终目的是一致的。高校完全可以通过校园体育艺术节活动,开展阳光体育运动。体育文化艺术节充分考虑广大学生的参与性,可以扩大直接参赛人数,其丰富的内容和形式使更多的人直接参与到运动中,符合高校开展的要求必将推动阳光体育运动的开展。

2.4 充分利用学校体育俱乐部开展阳光体育运动

体育俱乐部是一种以学校体育场馆为依托,以具有丰富教学训练经验的教师为指导顾问,提倡学生自愿参加的一种公益性和有偿服务相结合的组织形式^[8]。体育俱乐部是我国高校体育教学改革和发展的新事物,也是高校课外体育活动的主要组织形式之一。体育俱乐部可有效满足学生的个性,为学生提供参与的机会,保障学生参加体育锻炼的连续性、长期性,弥补体育课堂教学的不足,为培养学生体育锻炼习惯和终身从事体育锻炼打下良好的基础。体育俱乐部具有活动开展的业余性、项目选择的自主性和活动指导的专业性、组织工作管理的规范性等特点,可以把体育教学、课外活动和竞赛有机地结合在一起,使运动技术的课堂学习与课外活动的自我实践联系在一起。因此,高校应充分利用体育俱乐部的优势,通过合理建立或开放学校体育俱乐部来推动阳光体育运动的开展。

3 对高校开展阳光体育运动的建议

3.1 营造氛围转变学生观念

高校体育是学生终身体育意识养成的最关键阶段,普通高校体育改革必须从终身体育的基点出发,营造良好的运动氛围转变学生观念。在开展全国亿万学生阳光体育的背景下,大力宣传“阳光体育”活动,广泛传播终身体育理念,使学生了解身体健康的重要性,各部门和师生必须积极行动起来,使“健康第一”、“达标争优、强健体魄”、“每天锻炼一小时,健康工作五十年,幸福生活一辈子”等口号家喻户晓,深入人心。

3.2 结合《国家学生体质健康标准》

《国家学生体质健康标准》是《国家体育锻炼标准》的有机组成部分,是《国家体育锻炼标准》在学校的实施,是教育部与国家体育总局为能了解大学生体质与健康状况制定的切实可行的测试规则与操作方法。阳光体育运动和《标准》之间有着相互的内在联系,《国家学生体质健康标准》的实施,不仅能够让学生重视学生的体质健康,为学生创造良好的活动环境和氛围,更能让学生及时了解自己的体质信息从而能有效地促进学生积极主动参加锻炼,促进身体的正常生长发育和身体形态、机能的全面协调发展,提高身体素质和运动能力,掌握一两项运动技能;而开展阳光体育运动目的是有效地促进广大青少年学生积极参加体育锻炼,切实提高学生体质健康水平,使学生养成自觉进行体育锻炼的习惯和终身体育的意识。所以,高校开展阳光体育运动应将体育课教学、课外体育活动、课余群体竞赛、俱乐部和社团活动等统一到《国家学生体质健康标准》的内容和方法上来,集中力量提高学生的体质健康水平。

3.3 层层落实,建立长效机制

开展阳光体育运动,要加强组织领导,做到层层落实。教育部、国家体育总局和共青团中央首先要制定实施细则,组成领导小组。各地方教育、体育行政部门和共青团组织要根据上级的工作要求和安排制定和组织适合本地、本校的具体措施。学校要建

立管理监督机构和规章制度,并根据本校和学生的情况建立阳光体育运动的评价体系。阳光体育运动的发展还有很长的路要走,需要的是“大禹治水”般的策略,疏通、扫除道路上的荆棘,各级部门和学校要确保阳光体育运动的持续性,积极探索并建立适合本地、本校的开展阳光体育运动的长效机制。

3.4 增大体育场馆设施的开放力度和建设力度

针对体育场馆设施薄弱的问题,高校应加强学校体育经费的投入和体育设施的建设,各个高校应严格按照教育部颁发的《普通高等学校体育场馆设施、器材配备目录》及有关文件规定进行配套规划和建设,加大体育经费的投入,保证学生课外体育活动正常进行。当前与未来的时间里,应进一步提高高校现有体育场馆的利用率,全方位开放运动场馆,加大开放时间,最大程度地满足学生锻炼的需求,真正为学生进行体育锻炼提供必要条件。

3.5 执行并完善相关法规体制

开展阳光体育运动高校要执行并完善相关法规体制。加强执法力度,认真执行《学校体育法》、《关于加强青少年体育增强青少年体质的意见》等一系列政策法规,充分保证学校体育课和学生体育活动,确保学生每天锻炼一小时。同时要加强对体育执法监督、检查,特别是对侵权场地、侵占时间以及削减学校体育活动等要采取必要的行政措施。执行并完善相关法规体制,对学校体育工作建立一套行之有效的工作制度,使学校体育走向科学化、系统化。

注释及参考文献:

- [1]何志文.从我国青少年学生体质健康的现状透析开展阳光体育运动的意义[J].体育科技文献通报,2008(1):77.
- [2]中央文件.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[J].国务院公报,2007,19:5.
- [3]柳美花.江苏建设“高教强省”之希望与差距[J].市场周刊.理论研究,2005(12):69.
- [4]陈至力.在全国学校体育工作会议上的讲话[EB/OL].http://sports.sohu.com/20070502/n249831785.shtml. 2008 04 18.
- [5]司鹏巧,吴立柱.影响大学生奠定终身体育基础的因素分析[J].河北师范大学学报(自然科学版),2007(7):549-552.
- [6]贯彻全面发展的素质教育促进青少年健康素质提高——全国学校体育工作会议在京召开[J].体育教学,2007(1):4.
- [7]候广斌等.关于学校田径运动会向体育艺术节转轨的可行性研究[J].吉林体育学院学报,2006(3):82-83.
- [8]李志兰.关于普通高校实施体育俱乐部教学模式的研究[J].体育科研,2006(1):91-93.

Awareness and Reflection on the Running of the Sunshine Sports in College and University

SHU Jun

(Physical Education, Lianyungang Teachers College, Lianyungang, Jiangsu 222006)

Abstract: The article explores the awareness and ways on the running of the sunshine sports in college and university by means of literature consultation and logic analysis, and puts forward relevant proposals and measures to promote the sunshine sport in colleges and universities for reference.

Key words: Sunshine sports; College and university; State student's health standards. <http://www.cnki.net>