中小学大课间体育活动现状和策略

发表时间：2018-05-22T09:37:52.943Z 来源：《知识-力量》4月上 作者： 赖小虎

[导读] 体育活动不但可以锻炼身体，强健体魄，而且对缓解学生学习压力，提高学习效率都有显著作用。近年来，大课间体育活动作为一种新型的体育活动形式开始在中小学中越来越普及

（梅州市梅江区水白中学）

摘要：体育活动不但可以锻炼身体，强健体魄，而且对缓解学生学习压力，提高学习效率都有显著作用。近年来，大课间体育活动作为一种新型的体育活动形式开始在中小学中越来越普及，其对于增强学生体质，促进学生的全面发展都有重要意 义。笔者通过对各种资料的查阅，就现在中小学大课间的体育活动现状进行分析并提出一些相应的对策。

关键词：中小学；大课间；体育活动；现状；策略

引言 根据近几年来对青少年体质健康调查的数据显示，我国青少年的体质健康水平正在持续下降，国家也就青少年体质问题推动并实施了阳光体育运动，而大课间体育运动正是一种促进中小学生参加体育活动的重要方式。大课间体育活动具有灵活性强、时间长、参与量大等特点，为师生共同进行体育活动提供了条件，对促进师生体质健康水平提高，培养师生感情，建设良好、和谐的课堂氛围都有着重要作用。

一、中小学大课间体育活动中存在的问题

（一）大课间体育活动缺乏创新 大课间体育活动对各个学校的硬性要求不多，学校可以自行选择体育活动形式，而许多学校明显存在着形式主义，没有从学校自身出发，对学校现有的资源和设施不加以利用，而是还仅仅进行传统的课间操模式，大课间体育活动呈现出内容不充实，学生参与积极性差，活动形式古板单一等特点。并且许多教师的思维依旧仅仅停留在文化教学上，对体育活动没有足够重视，对学校场地的利用明显不足。

（二）相关部门的重视程度不足 长时间以来，大部分教育主管部门和学校的领导部门都将目光停留在学校的教学成绩提高上，对体育活动的推行力度大都不高，在体育上的资金等投入远远少于对教育的投入，导致很多学校的基础活动设施老旧甚至是缺失，并且对各类活动场地的建设投资不足，学生没有进行体育活动的场所，这就从客观上抑制了大课间体育活动等体育活动正常地开展。另外，学校不能就现有的器材和场地进行科学有效的利用，没有将太多的精力投入到体育活动形式的建设中，甚至一些学校以各种各样的借口叫停了诸多体育活动，对学生体育活动的开展起到了相反的作用。而且随着近年来学生数量的增加，相关部门没有对学校内的设施进行换新和增加，造成了学生有进行体育活动的意愿却没有基础设施条件的局面，对大课间体育活动的开展造成了很大的困难。

（三）存在着一定安全隐患 首先是学校的设施问题，现在的中小学对体育活动设施基本上都缺少定时地检查和维修，这就造成许多设施的老化甚至是损坏，给体育活动带来了一定的风险；其次是学校的设施利用不合理， 比如一些学校为了减少设施占地面积而将各种设施集中安置在一起，或者是将各种不同运动的场地不合理地组合在一起，导致“四不像”场 地的出现，所以学生们在这些设施或者场地上进行体育活动时的危险性大大增加；再者对学生科学使用体育器材的教育不够深入，导致学生们不能合理利用这些设施，比如说现在新闻上被提及越来越多的学生锻炼时受伤的问题，除了设施本身的问题，还有很大一部分问题来源于学生本身，对各个设施的认知不足，不能在保护自己不受伤害的前提下使用体育器材。 同时，学校为了避免自己承担学生在体育活动中受伤的责任也减少了各式各样体育活动的开展，这就使得学生们的体育活动机会越来越少。

二、科学进行中小学大课间体育活动的策略

（一）充分利用现有器材推行创新体育活动 学校应该提高对现有器材的利用率，充分利用现有的场地和器材资源，推行适合本校的具有创新性的大课间体育活动，不能只是和其他学校机械地比较，要因地制宜地实行大课间体育活动。同时，学校要提高学校领导和教师的思想认识，将开展大课间体育活动作为学校基本的活动形式，要把大课间体育活动和教学放在同等重要的位置，鼓励并督促全体教师和学生都积极参与到大课间体育活动中。对于有条件的学校应集思广益，在全校范围内征集大课间体育活动形式的意见，包括学生和教师都参与到其中，对一些可行的宝贵意见进行投票，最终推选出极具学校特色并且深受教师和学生的创新型大课间体育活动。 同时，学校应该建立相应的制度去鼓励和推进大课间体育活动的落实，并且建立相应的奖惩制度，对一些在大课间体育活动中表现突出的班级进行表扬，在提升学生体质健康水平的同时也培养了学生的集体荣誉感，对教学工作的展开也可以积极作用。

（二）加深对中小学大课间体育活动的重视 文化教育不应该建立在牺牲体育锻炼的基础上，教育局等领导部门应该在学校的体育活动器械和场地建设上加深重视，加大对学校体育活动基础设施的资金投入，并且在管理范围内的中小学提出相应的推行大课间体育活动的要求，使各个学校也对大课间体育活动产生足够的重视，从而使得大课间可以在中小学中广泛地开展。学校领导也应该建立科学的系统的大课间体育活动管理体系，加深对大课间体育活动管理人员的培训。大课间体育活动落实的程度很大一部分取决于管理者的能力，没有一个具有能力的管理者和科学系统的管理系统是不可能高质量地推行大课间体育活动的，但是很多学校都没有对管理人员的培训投入太多精力，甚至一些管理人员只是“兼”大课间体育活动管理，而其专职工作确实教学或者其他方面，导致大课间体育活动粗制滥造，应付公事，不能起到其最基本的作用。所以有关部门应加强对大课间体育活动的管理者的培训，并根据不同学校的现实情况分别培训，培养出最适合本校的大课间体育活动管理者。 建设大课间体育活动的管理系统时应注意尽量让学生参与其中，一来可以更好地吸收学生们的意见，使得大课间体育活动更加合理有效，再者方便于管理体系的管理，同时也可以锻炼学生们的管理能力。

（三）减少大课间体育活动中的安全隐患 学校应该对体育器材地养护起到足够的重视，聘请相关的专业人员对学校内的设施进行定期的保养，检查和维修，对于一些已经老旧损坏的器材应直接拆除换新，不要为了减少学校的开支而对其简单修理或者禁止使用，更不能视而不见，不管不顾。学校也应该将各种体育器材合理摆置，注意各个器材的使用要求，对器材的安置给予足够的空间，这样才能从根本上减少使用体育器材的危险性。 加深学生对各种器材的认知也是十分必要的，这就要体育教师承担应有的责任，并且学校对体育教师的选择上应该加大要求，应该选择那些具有足够专业素养的教师，在授课的同时为学生讲解各类体育器材的使用方法和注意事项，避免学生在自由使用体育器材时受到不必要的伤害。

（四）建立大课间体育活动应急预案 安全是一切活动的前提条件，制定大课间活动应急预案可以对一些突发事件起到防制作用，并且可以提升在一些意外事件发生后的应变能力，明显减少学生和教师的受伤几率。比如在地震后那些经常进行地震逃生演习的学校的伤亡率就明显低于那些没有进行演戏的学校，这也从另一个角度说明了应急预案的重要性。对大课间体育活动中经常出现的问题如拥挤等情况应做到未雨绸缪，管理人员应承担起责任，注意观察各种情况的变化并及时做出调整对策，对某些特殊体制的学生也应该特别关照，防患于未然。 结语 总的来说，中小学开展大课间体育活动无论是对于体质健康水平还是对教学质量的提高都有着积极的作用，学校应积极探索，找到适合自身情况的大课间体育活动形式，有效开展大课间体育活动，令学生的综合素质都得以提升，为学生今后的发展和生活打好基础。

参考文献 [1]陈颖悟，熊百华，刘晓忠.从传统课间操到大课间体育活动的思考[J].吉林体育学院学报，2005(1). [2]刘淑芳，范峰.大课间体育活动存在的问题及对策，2003(2). [3]张海平，王屹川.大课间体育活动的实践研究[J].体育科研，2002(9).