

体教融合背景下小学生体育大课间活动开展现状与对策

蒋东云¹ 王世君² 冯富生³

1 哈尔滨体育学院研究生院, 黑龙江 哈尔滨 150008

2 哈尔滨体育学院, 黑龙江 哈尔滨 150008

3 湖南科技学院, 湖南 永州 425199

[摘要] 运用文献资料法、逻辑分析法等研究方法, 对长沙市高新区五所小学校体育课的内容与形式调查分析, 通过对大课间体育活动开展现状的调查分析发现: 体育课程单一; 课程宣传度匮乏, 宣传手段没有跟进时代的步伐; 再加上学校领导的重视程度不高, 导致学生对大课间体育活动的认知性偏低, 学生的积极参与性不强的问题。学校应加强对大课间体育活动的重视程度, 做到全员参与其中; 及时更换活动内容, 开拓特色项目; 加大宣传, 更新手段; 建立高效科学、合理的、规范化、系统化大课间体育活动。研究表明: (1) 高新区大课间体育活动集中在每天上午第二节课课间进行, 历时半小时; (2) 高新区的大课间体育活动开展形式各式各样, 并且有的学校是按照不同学段来进行大课间体育活动的, 星期一三五进行交换; (3) 大课间体育活动由体育组完成, 班主任能积极参与, 但其他科任老师很少参与; (4) 部分学校领导对大课间体育活动重视程度不够; (5) 学生对大课间体育活动的参与兴趣不高, 是在学校和老师严格要求下参加的。

[关键词] 体教融合; 长沙市; 大课间; 体育活动

DOI: 10.33142/fme.v3i1.5721

中图分类号: G623.8

文献标识码: A

Current Situation and Countermeasures of Pupils' Sports Break Activities under the Background of Sports Education Integration

JIANG Dongyun¹ WANG Shijun² FENG Fusheng³

1 Graduate School of Harbin Institute of Physical Education, Harbin, Heilongjiang, 150008, China

2 Harbin Institute of Physical Education, Harbin, Heilongjiang, 150008, China

3 Hunan University of Science and Engineering, Yongzhou, Hunan, 425199, China

Abstract: Using the research methods of literature and logical analysis, this paper investigates and analyzes the content and form of physical education in five primary schools in Changsha high tech zone. Through the investigation and analysis of the current situation of physical education activities in big recess, it is found that physical education curriculum is single; The publicity degree of the course is insufficient, and the publicity means do not follow the pace of the times; In addition, the school leaders do not pay much attention to it, which leads to the problem that students' cognition of sports activities during recess is low and students' active participation is not strong. The school should pay more attention to the sports activities during the break, so that all the staff can participate in them; Timely change the content of activities and develop characteristic projects; Increase publicity and update means; Establish efficient, scientific, reasonable, standardized and systematic sports activities between classes. The results show that: (1) The large recess sports activities in the high tech zone are concentrated in the second class recess every morning, which lasts for half an hour; (2) There are various forms of big break sports activities in the high tech Zone, and some schools carry out big break sports activities according to different sections, and exchange them on Monday, Wednesday and Friday; (3) The sports activities during the break are completed by the sports group, and the head teacher can actively participate, but other subject teachers rarely participate; (4) Some school leaders do not pay enough attention to sports activities during recess; (5) Students' interest in participating in sports activities during recess is not high, and they participate under the strict requirements of schools and teachers.

Keywords: integration of sports and education; Changsha city; big break; sports activities

引言

学生的身体健康是顺利完成学业的首要标准, 国家在 2010 年发布了《教育部关于落实保证中小學生每天体育活动的意见》, 课间体育活动是常态, 根据学生的需要合理安排强度”^[1]。由此可见, 国家已经把体育提升到了一个很重要的地位, 各式各样的体育活动层出不穷, 学

校的大课间体育活动式样非常新颖, 从刚开始的两操规划, 到现在篮球、足球、排球、跳绳、武术等渗入大课间体育活动当中, 丰富了学生的课外文化生活, 提高了学生的身体健康素质, 跳出了不但是智育, 而是德、智、体、美、劳全面发展的素质教育新形势。实现中国梦强国梦, 离不开体育。2011 年在《切实保证中小学每天一小时校园体

育活动规定》中再次强调学生在校期间锻炼的时间至少为60分钟，下午放学后进行课外身体锻炼；上午25-30分钟的大课间体育活动^[1]。”创新体育课间组织形式，让体育变成兴趣而不是考核。近期提出的“体育艺术二加一项目”出台，大部分学校在大课间体育活动中渗透了“体育艺术二加一”，使体育大课间活动变成了“体育艺术二加一项目”的实现载体^[2]，可以更有效地突出本校的体育特点，是实现素质教育的重要手段和措施。国家已经把体育提升到了一个很重要的地位^[3]，各式各样的体育活动层出不穷，学校的大课间体育活动样式非常新颖，实现了体教真正的融合，提高了学生的身体健康素质，因此，基于小学大课间发展的需要，作为从事体育教育的未来工作者，文章将从实际出发，对高新区五所小学进行研究，希望能够为小学大课间的发展提供一些理论依据和参考价值。

1 长沙市高新区小学大课间体育活动基本情况分析

1.1 长沙市高新区小学大课间体育活动开展内容及更新情况

大课间体育活动与传统课间操相比，大课间体育活动，活动时间长，活动内容丰富，形式多样^[4]，一般安排在上午第二节课后或者下午的第一节课后进行，时间一般为25-30分钟左右。

表1 高新区小学大课间体育活动开展内容调查表 (n=5)

学校名称	大课间体育活动开展内容
虹桥小学	课课练+素质操+跑操
金桥小学	自编足球操+跑操
麓谷中心小学	广播体操（七彩阳光）+跑操
旺龙小学	广播体操（七彩阳光）+武术操+跑操
高新二小	武术操+自编健美操+跑操

根据表1显示：虹桥小学大课间体育活动分别是一二三年级进行跑操，四五六六年级做自编健美操，特色操为素质操，星期一、三、五进行交换；麓谷中心小学为广播体操和跑操；旺龙小学的大课间体育活动为广播体操（七彩阳光），武术操（旭日东升），跑操相结合的方式，冬天还增加了跑操；金桥小学为自编足球操，跑操，特色操为放松操；高新二小为全校统一的自编健美、啦啦操、武术，并且一年级不参加大课间体育活动。如果受下雨、下雪等恶劣天气时，会暂停大课间体育活动，改为教室自由活动。

表2 高新区小学大课间体育活动内容更新情况 (n=5)

内容更新情况	每周	每个月	每年	从未更新
学校	0	1	4	0
百分比(%)	0	20	80	0

根据表2可以看出：每周更新和从未更新的学校没有，每个月更新的只有1所，主要是在动作方面进行改动，每

年更新的有4所，占80%。由此可知，高新区小学大课间体育活动的更新情况一般，因为大课间体育活动内容的开展，基本上都是利用体育课时进行练习，会耽误体育课的正常教学，为了减轻大课间体育活动的形成周期，往往会进行一些速成的练习活动^[5]，

表3 高新区小学大课间体育活动轮换情况分析 (n=5)

学校名称	轮换情况
虹桥小学	星期一二三（1-3 年级课课练、素质操，4-6 年级跑操）； 星期四五（1-3 年级跑操，4-6 年级课课练、素质操）
金桥小学	无
麓谷中心小学	无
旺龙小学	无
高新二小	无

通过表3可以看出：高新区小学大课间体育活动虹桥小学星期一二三（1-3 年级课课练、素质操，4-6 年级跑操）；星期四五（1-3 年级跑操，4-6 年级课课练、素质操），其他四所学校均没有进行轮转，每天按相同的活动内容开展大课间。因此，五所学校开展大课间体育活动的效果也是截然不同的，虹桥小学的学生对参与体育活动的热情较高，愿意参加体育活动的人数较多。大课间体育活动形式多变，可以焊好的激发学生单位活动参与兴趣，培养学生参与热情^[6]。

1.2 长沙市高新区小学大课间体育活动的组织形式分析

表4 高新区小学大课间体育活动的组织形式分析 (n=5)

学校名称	按班级组织	按年级组织	全校性组织	男女分组	按兴趣分组
虹桥小学			√		
金桥小学			√		
麓谷中心小学			√		
旺龙小学			√		
高新二小			√		

由表4可以看出：于大课间体育活动开展规模较大，全校参与，全校统一组织更加便于管理。但由于年龄阶段的不同，所能接受的运动量亦不同^[7]，体育课间活动不能做到一刀切，否则会造成一定的弊端。如果按年级组织大课间，活动人数较少，也更能考虑到学生的生理和心理需要^[8]，在运动技能、运动强度方面制定适合学生发展的体育活动内容；如果按兴趣分组，提高学生参与度。会激发学生参与热情^[9]。

1.3 长沙市高新区小学大课间体育活动时间分析

表5 高新区小学大课间体育活动开展的时间 (n=5)

时间	15-20	20-25	30-40	40 以上
学校	1	4	0	0
百分比(%)	20	80	0	0

根据表 5 可知：在五所学校中，4 所学校大课间体育活动的有效时间集中在 25-30 分钟，其所占比例为 80%，而大课间体育活动开展在 20-25 分钟所占比例为 20%。由此可知，高新区小学大课间体育活动时间大部分还是可以保障在 25-30 分钟左右。

表 6 高新区小学大课间体育活动开展的有效时间 (n=5)

时间	15 分钟以下	15-20 分钟	20-25 分钟	30 分钟	30 分钟以上
学校	1	1	3	0	0
百分比 (%)	20	20	60	0	0

根据 6 显示：有 1 所学校的大课间体育活动的有效时间在 15 分钟以下，占 20%；有 1 所学校的大课间体育活动的有效时间在 15-20 分钟，占 20%；有 3 所学校的大课间体育活动的有效时间在 20-25 分钟，占 60%；30 分钟以上的学校没有。根据七号文件《国务院关于增强青少年体质的意见》规定学校统一安排大课间体育活动的有效时间应在 25 分钟左右，所以高新区的小学课间体育活动大部分达到了国家要求，只有一小部分的学校还有待提高^[10]。

1.4 大课间体育活动基础设施分析

学校的基础设施是直接影响大课间体育活动开展的质量和效果主要因素^[11]。长沙市高新区的体育场地、器材配备情况较好，大课间体育活动受场地器材限制的影响较小。

通过表 7 调查发现长沙市高新区五所小学中，大课间体育活动都是在操场上进行，虹桥小学有 1 个田径场，室内体育馆（3 个舞蹈教室，1 间武术房），风雨操场可供下雨上课使用；各种球类器材基本能满足教学使用。金桥小学有 1 个田径场，室内体育馆（1 间健美操房，1 间跆拳道馆，1 间武术房）。其他三所学校也都有田径场，室内体育馆也都配备齐全，基本能够满足教学所用。

表 7 高新区小学大课间体育活动场地调查表 (n=5)

	虹桥小学	金桥小学	麓谷中心小学	旺龙小学	高新二小
田径场	1	1	1	1	1
足球场	1	1	1	1	1
室内体育馆	1	1	1	1	1
舞蹈教室	3	1	2	2	1
武术房	1	0	1	1	1
跆拳道馆	0	1	0	0	0

1.5 参与者对大课间活动负责人态度分析

大课间体育活动的积极开展和教师的指导是息息相关的，老师态度好学生也会更积极，不懂就问，老师态度不好会打消学生学习的积极性，对大课间体育活动开展产生阻碍作用。根据表 8 显示：学生在参与大课间体育活动时，有 57.1% 教师能耐心指导；有 25% 指导教师应付了事，

有 12.9% 教师不理不睬；有 5% 指导老师态度粗暴。根据调查可知，高新区小学在开展大课间体育活动中，一半老师能耐心指导，一半教师态度不好。

表 8 参与者对大课间活动负责人态度调查表 (n=140)

	耐心指导	应付了事	不理不睬	态度粗暴
人数	80	35	18	7
百分比	57.1%	25%	12.9%	5%

1.6 长沙市高新区小学大课间体育活动的宣传情况

只有让学生清楚并了解大课间体育活动的益处，学生才能更好地去完成学校安排的任务，加大对大课间体育活动的宣传力度，在传统宣传手段上利用好新兴科技手段，跟上时代步伐，如利用校园广播站、一周一报、教室板报等。让学生走进阳光，积极参与锻炼。

表 9 学校对大课间体育活动宣传手段调查表 (n=5)

	通过教师宣传	校园广播站	校宣传栏	教室板报	其他
学校	5	2	3	4	1
百分比	100%	40%	60%	80%	20%

通过实地考察发现，情况不容乐观，在 9 中显示：五所学校基本上是通过传统宣传手段基本是通过口头宣传，办黑板报为主，校园宣传栏、广播站为辅，没有出现一些新颖的宣传手段引起学生的注意力，且宣传内容固定不变，缺乏创新性。因此，学校应不断更新宣传手段，鼓励学生积极参加大课间体育活动，学校领导加大执行力，采取适当的奖惩制度，还给学生一个科学锻炼的大课间。

1.7 负责人对大课间体育锻炼的态度分析

大课间体育活动的有效开展，与学校管理者的关心是密不可分的，主要表现在以下几个方面：第一，体育课间锻炼的负责人重视度直接影响学生的参与度；第二，学校管理者越看重，经费越充足，能集中力量把大课间体育活动开展更好；第三，学校管理者的器重是保证场地、器材配备的重要因素。

表 10 负责人对大课间体育锻炼的态度调查表 (n=10)

	非常重视	重视	一般	不重视
人数	4	1	3	2
百分比	40%	10%	30%	20%

通过表 10 调查发现，学校管理者对学生参与态度非常重视的占 40%，学校管理者对学生参与态度持重视态度的占 10%，但对参与态度表示一般和不重视的占 50%，说明还有将近一半的学校对大课间体育活动的重视程度偏低。

1.8 长沙市高新区小学对大课间体育活动的效果分析

有评价才有动力，才能往更好的方面去发展，正确评

价大课间体育活动,是对学生参与大课间体育活动的一种鞭策和动力,但是,如果过于去追求一些形式上的内容,往往会忽略刚开始我们开展这项活动的初心,掌握适度原则能让我们把大课间体育活动开展的更好。

表 11 评价大课间体育活动效果分析 (n=5)

	虹桥小学	金桥小学	麓谷中心小学	旺龙小学	高新二小
动作的整齐程度		√	√	√	√
出勤	√	√	√	√	√
每学期的体质健康测试	√	√			
大课间体育活动竞赛	√	√	√		

通过调查发现:高新区小学评价大课间体育活动的主要手段是学生的动作整齐程度,学生的出勤,每学期的体质健康测试和大课间体育活动竞赛等,根据表 11 显示:有 4 所小学将动作的整齐程度作为评价手段之一,而出勤则为 5 所学校所喜爱,2 所学校把每学期的体质健康测试纳入其中,有 3 所学校把大课间体育活动竞赛作为评价手段之一,并没有将学生的参与性动机,兴趣爱好,自主选择性纳入其中,学生无法选择,只能接受,这可能会使得我们在开展大课间体育活动中背道而驰,对大课间体育活动产生不利的一面。

1.9 长沙市高新区小学大课间体育活动的组织管理分析

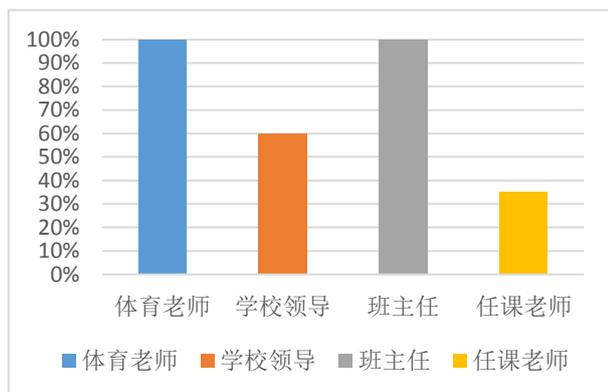


图 1 高新区大课间体育活动的组织管理人员统计图

好的组织管理是关乎一件事情能否成功的关键所在^[12]。没有规矩不成方圆,没有执行力也不会对大课间体育活动取得良好的效果^[13]。根据图 1 可知:体育教师和班主任是全部参与到了大课间体育活动的组织管理当中来,可谓是“主力军”,学校领导参与大课间体育活动的组织管理占了 60%,说明对体育锻炼这一方面还是比较重视的,然而,任课老师参与大课间体育活动的组织管理人数只占了

35%,说明学校对任课老师参与大课间体育活动要求比较低,只重视抓好学习,对体育方面没有做过多的要求,更有甚者把任课老师排除在外,觉得任课老师起不了多大作用,有和没有无差别^[14]。

2 长沙市高新区小学大课间体育活动的问题

总体上说,高新区的大课间体育活动开展情况较好,虹桥小学和金桥小学在 2019 年大课间竞赛评比中曾取得了一等奖的好成绩,其他三所学校也基本能够完成教育部的任务,但仍存在一些问题,需进一步改进。

学校大课间体育活动的组织管理主要是由体育组老师和班主任协同完成,同时也配了一到两名学校领导参与,但管理形式比较单一,实效性较低。

在大课间体育活动中,学生作为主体,没有达到实行大课间的初心与目的,反而让学生更加对体育不感兴趣,主要表现为活动内容单调乏味,学生不愿意参加大课间体育活动;低年级学生参加体育活动上午积极性比高年级的学生高。

3 大课间体育活动发展策略

3.1 学校应加强对大课间体育活动的重视程度

学校领导对体育方面的认知程度是关乎本校体育能否更好发展的一个重要前提,在我所调查的五所学校当中,其中虹桥小学和金桥小学的学校领导对体育文化看的比较重要,大课间体育活动也是开展的最好的,在 2019 年大课间评比中,也都获得了高新区小学大课间体育活动一等奖的好成绩,而且,虹桥小学也是在高新区首次实行“走班制”教学,堪称是体育界的“经典”。

3.2 创新完善大课间体育活动和形式

到目前为止,大课间体育活动现在基本上是参与度达到 100%的全校性组织活动,然而通过调查发现,广播体操现在是作为大课间体育活动的主要表现形式,不能满足学生的身体健康发展需要,而且,广播体操也比较枯燥乏味,提不起学生锻炼的兴趣,也没有达到之前我们实行大课间体育活动的初衷。学校可以加强在活动内容与形式上进行改变^[15]。

3.3 营造浓厚的校园体育文化氛围

可以利用新兴科技手段,如家长群、微信公众号、家长会等及时更新与大课间体育活动内容并向家长推送相关内容让家长能了解到关于体育的新闻信息^[16],家长意识到体育活动对学生的影响也是非常巨大的,要全面认识并加以重视,在重视孩子智育发展的同时还要进行体育的加强,培养合格的社会主义接班人。

3.4 在组织管理方面应建立科学、合理的管理机制和评价机制

教育部应加强对相关部门的培训,或者是提供比较成功的案例以供交流,为大课间体育活动提供借鉴经验,从而提升它的活动管理水平^[17]。其次,兄弟学校之间定期举行体育活动竞赛制定评价机制。最后,教育部应加强对学校大课间体育活动的监督检查力度^[18],实行不定期抽查和

走访制度，而不仅仅是应付检查所制定出来的表面工作，有利于大课间体育活动更加常规化、系统化以及科学化。

3.5 进一步加强对大课间体育活动的组织管理的规范化、系统化

根据学校实际，建立由学校领导、班主任、体育教师以及任课老师组成的大课间体育活动教学管理的团队，制定大课间体育活动管理规定，并做到严格执行，每个老师都能加入到组织大课间体育活动中来。学校领导负责大课间体育活动的全方位管理与监督，根据上级指示传达相应的政策并做出相应改变，体育组长和体育教师负责大课间体育活动的组织与实施，要服从领导指挥，全身心的投入其中；班主任组织本班同学按时参加大课间体育活动，引导学生提高参与大课间体育活动的积极性^[19-20]；任课老师要参与普及加强学生对大课间体育活动的宣传力度，刷新对大课间体育活动的认知，首先要自己了解并有一个清楚的认知，然后再根据学生的身心特点，兴趣爱好等方面为大课间体育活动出一份力，四者分工明确又相互联系，共同把大课间体育活动开展的更好。

[参考文献]

- [1]刘锦瑶,张运亮,王建华,等.阳光体育运动下中小学大课间体育活动开展模式探析[J].首都体育学院学报,2010,22(5):44-47.
- [2]阮晓燕.南京市秦淮区小学大课间体育调研[J].体育文化导刊,2015(11):152-156.
- [3]唐凤华.昆明市小学大课间体育活动开展特征、现状及差异研究[D].昆明:云南师范大学,2017.
- [4]鲁洋洋.新疆乌鲁木齐小学大课间体育活动的调查研究[D].乌鲁木齐:新疆师范大学,2015.
- [5]陈艳峰.试析小学大课间体育活动的组织与管理[J].读与写(教育教学刊),2018,15(10):202.
- [6]沈连梅.淮北市小学大课间体育活动现状研究[D].淮北:淮北师范大学,2011.
- [7]徐芳.小学大课间体育活动的开展情况的调查研究[J].内江科技,2012,33(11):162.
- [8]张硕.京津两地中小学保证每天一小时校园体育活动情况的对比[D].北京:首都体育学院,2014.
- [9]田新颜,冯道光.阳光体育背景下小学大课间体育活动开展现状与策略研究[J].当代体育科技,2019,9(21):61-62.
- [10]官明明,唐源源,陈家群,陈家强,李志凤.贺州市小学生大课间体育活动开展现状及对策研究——以八步实验小学为例[J].武术研究,2016,1(1):134-137.
- [11]王鹏.延安市小学大课间体育活动特征及发展策略研究[D].延安:延安大学,2019.
- [12]范晨阳,任海龙.汉中市城区小学大课间操体育活动现状及对策研究[J].体育世界(学术版),2018(6):164-165.
- [13]冯守玲.榆次区中小学大课间体育活动开展形式及内容研究[J].晋中学院学报,2018,35(3):92-96.
- [14]周云青.合肥市经开区小学大课间体育活动现状的调查研究[J].当代体育科技,2016,6(20):44-46.
- [15]李苗.小学阳光体育课间活动的现状调查与对策研究——以厦门市思明区为例[D].福州:福建师范大学,2017.
- [16]刘彩琴.小学生课间活动安全管理后现状、问题及对策研究——以海阴市某小学为例[D].烟台:鲁东大学,2018.
- [17]徐兵.阳光体育背景下,小学大课间活动的实践[J].田径,2019(7):10-11.
- [18]金丹.广州市主城区小学大课间体育活动的现状及发展策略研究[D].广州:广州体育学院,2019.
- [19]陈军华.体育大课间活动的实践与思考[J].文体用品与科技,2020(18):132-133.
- [20]况明亮,姚建华.乌鲁木齐市小学大课间操类活动开展调查与分析[J].当代体育科技,2015,5(35):74-75.

作者简介:蒋东云(1998-)女,汉族,湖南东安,在读研究生,哈尔滨体育学院,研究方向:体育教学;王世君(1973-)男,汉族,哈尔滨,副教授,研究方向:体育教育学;冯富生(1995-)男,汉族,湖北枣阳,硕士,湖南科技学院,研究方向:高校思政教育。