

探究“学校体育素养”发展技巧对高职院校学生的影响研究

郭蒙 陈峭楠*

东新大学体育学系, 韩国 全罗南道 58245

[摘要]目的: 本研究旨在探讨经济结构转型和创新驱动发展战略的实施对大学生学校体育素养发展技巧对高职院校学生综合素质影响的现状与策略, 特别关注其对学生创新创业意识、团队合作能力、沟通能力和问题解决能力的提升。方法: 通过文献资料法, 结合理论追溯和实证分析, 从学校领导力、学校体育环境、师资力量、家-校社共育四个维度, 对高职院校学生体育素养提升进行深入研究。结果: 研究表明, 通过强化学校领导力、优化师资队伍、丰富体育课程内容、改善体育设施建设、开展多样化体育活动、营造浓厚体育文化氛围, 以及实施家-校社共育策略, 能显著提升高职院校学生的体育素养。结论: 在经济全球化和国际交流日益加深的背景下, 高职院校学生的体育素养对其综合素质的提升起到了关键作用。因此, 学校应采取多元化的体育教育策略, 以促进学生综合素质的全面发展。

[关键词]体育素养; 领导力; 师资力量; 家校共育

DOI: 10.33142/jscs.v4i3.13217

中图分类号: G634.9

文献标识码: A

Research on the Impact of Developing Skills in "School Physical Literacy" on Vocational College Students

GUO Meng, CHEN Qiaonan*

Department of Physical Education, Dongshin University, Jeollanam-do, 58245, Korea

Abstract: Objective: this study aims to explore the current situation and strategies of the impact of economic structural transformation and innovation driven development strategies on the development skills of college students' physical literacy on the comprehensive quality of vocational college students, with a particular focus on their improvement of students' innovation and entrepreneurship awareness, teamwork ability, communication ability, and problem-solving ability. Method: through literature review, theoretical tracing, and empirical analysis, this study conducts in-depth research on the improvement of physical literacy among vocational college students from four dimensions: school leadership, school sports environment, faculty strength, and home school community co-education. Result: research has shown that strengthening school leadership, optimizing the teaching staff, enriching physical education curriculum content, improving sports facilities construction, carrying out diversified sports activities, creating a strong sports culture atmosphere, and implementing home school community co-education strategies can significantly enhance the physical literacy of vocational college students. Conclusion: in the context of deepening economic globalization and international exchanges, the physical literacy of vocational college students plays a key role in improving their overall quality. Therefore, schools should adopt diversified physical education strategies to promote the comprehensive development of students' overall quality.

Keywords: sports literacy; leadership; teaching staff; home school co-education

体育素养 (physical literacy, PL) 是指个体重视终身参与身体活动所需的动机、信心、身体能力、知识和理解力, 提高体育素养能有效发展个体的身体技能、维持积极健康的生活方式、学会与他人交往的技巧、了解科学运动的价值和方法, 进而给予个体终身参与身体活动的信心、能力和必要技能, 以维持和促进身心健康。近年来, 世界各国普遍面临青少年身体活动不足而导致的种种健康问题。体育素养作为促进终身体育参与所必备的能力素养, 自英国学者 Whitehead 于 1993 年提出以来, 现已成为各国政府和国际体育教育学界关注的焦点。加拿大于 2008 年率先开展了体育素养评价标准的研制, 于 2014 年开发出新版《加拿大体育素养测评标准》(The Canadian Assessment of Physical Literacy, CAPL) 并投入使用。

随后, 美国、英国、新西兰、苏格兰、荷兰等国家和地区纷纷开始研制和出台体育素养标准。

目前, 国内基于实践层面的国家体育素养标准研制仍鲜见报道。2017 年, 澳大利亚发布了《澳大利亚体育素养标准》(Australian Physical Literacy Standard, APLS), 并于 2019 年发布正式版。APLS 的颁布为澳大利亚不同年龄阶段和能力水平的国民有效提升体育素养、发展终身体育参与能力提供了清晰的路径和指南。本文旨在探寻学校的体育素养: 发展的技巧对大学生体育素养调查研究, 继而探究体育素养提升对大学生未来职业规划的影响。

通过学校体育素养发展技巧对高职院校大学生体育素养调查研究, 继而探究体育素养提升对大学生未来职业规划的影响, 利用研究结果去补充完善学校体育工作的不

足使其得以完善。

学校体育素养技巧中的领导力、体育环境、师资力量、家校共育 4 个维度的因素对大学生体育素养的变量关系。

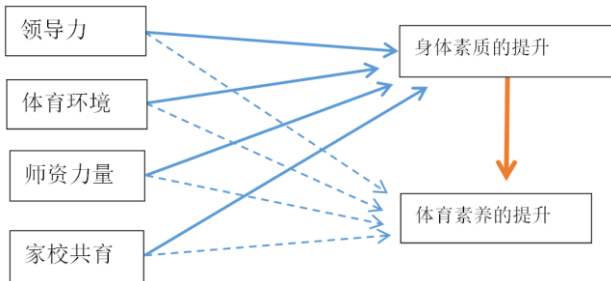


图 1 学校层面提升体育素养因素的结构模型

1 高校大学生体育素养提升的现实困境

1.1 互联时代的到来确实对大学生的生活方式产生了显著影响

互联时代的到来为大学生提供了方便快捷的生活方式，不需要外出仅仅只需通过手机或电脑就能在平台上轻松购买所需物品或食品并且具有灵活性、多样性，不仅可以节省时间不受店铺的营业时间的限制随时满足生活需求。然而这利好也有它负面效应，大学生更容易陷入消费主义的陷阱，过度消费可能影响个人财务状况和理财观念。

首先是学习模式的改变让大学生打破了固有的生活节奏，从两点一线高强度的紧张学习状态下直接进入可以自由支配的学习模式，在这种情况下很多人又缺少时间管理的概念和能力。学习、社交和课外活动等各种活动可能会占据大部分时间，导致学生没有足够的时间参与体育锻炼。有些学生可能对体育锻炼缺乏兴趣，觉得运动无聊或者不愿意花时间和精力去参与。有些学生可能缺乏运动技能或自信心，担心在体育活动中出现尴尬或失败的情况，从而不愿意参与。还有部分学生可能没有意识到体育锻炼对健康的重要性，或者没有意识到自己的体育锻炼水平需要提高。学校、家庭和社会环境中缺乏对体育锻炼的支持和鼓励，也可能影响到学生的参与积极性。

1.2 体育设施匮乏导致体育活动参与度很低

大学生面临着繁重的学业压力，包括课业、考试、论文等。在面对这些压力时，他们往往会将体育锻炼放在次要位置，而选择将更多时间用于学习，导致缺乏锻炼和运动的机会。缺乏时间管理能力，难以合理安排学习和生活，导致无法有效利用零散时间进行体育锻炼。长时间的课程安排、课外活动和社交生活也可能挤占了他们进行体育锻炼的时间。缺乏运动意识和兴趣和认同感，对于体育锻炼缺乏积极性。他们可能认为体育锻炼是一种负担，而不是一种享受，因此不愿意参与其中。一些高校的体育设施和资源可能相对匮乏，无法满足学生的体育锻炼需求。缺乏足够的体育场地、器材和教练等资源，会限制学生参与体

育运动的机会和体验质量。缺乏有效的激励机制也是影响学生参与体育锻炼的因素之一。缺乏奖励和认可，学生可能缺乏参与的积极性，尤其是在没有体育成绩考核的情况下，诸多因素导致大学生体育意识薄弱，参与度很低。

1.3 体育素养提升缺乏师资保障

在现有学校体育发展模式，体育素养应利用教师的专业化引导，融入学校的各项文化活动中，可以通过主题班会、运动会、社团活动等渗透。与此同时，新课程提出体育教师是健康教育的践行者。体育教师作为提升青少年体育素养的践行者，应该通过发挥体育的社会价值，调动青少年主动参与体育的积极性和主动性。全国上下如火如荼地进行体育课程的改革创新，主旨是让学生在得到体育教育的同时，提升体育素养；使学生在进行体育锻炼的同时，获取更多的体育知识与运动技能。然而，体育教师并没有主动学习体育素养的核心理念，教学方式和方法落后于体育素养的现实要求。总而言之，体育教师需要与时俱进，明确体育素养在体育课程教学中所处的地位，通过学校体育教学和课外体育活动提升学生体育素养，迫在眉睫。

2 高校大学生体育教学中培养大学生体育素养的必要性分析

2.1 体育锻炼强健体魄，提升幸福指数

体育锻炼对于增强体质具有显著的益处。随着现代生活方式的改变，越来越多的人陷入久坐不动的状态，导致身体素质下降和健康问题增加。而通过定期的体育锻炼，可以有效地提高身体的机能水平，增强体质，预防疾病，提升生活质量。首先，体育锻炼有助于增强心肺功能。有氧运动，如跑步、游泳和骑车等，能够有效地促进心肺系统的运作，增加心脏的泵血能力，提高肺部的氧气吸收量。长期坚持有氧运动可以使心肺功能达到最佳状态，减少心血管疾病的发生率，延缓衰老进程。其次，体育锻炼可以增强肌肉力量和耐力。通过力量训练和重复性的运动，可以有效地增加肌肉的质量和力量，提高肌肉耐力和爆发力。这不仅有助于改善身体的姿态和形态，还能够减少骨质疏松和肌肉损伤的风险，增强身体的抵抗力。此外，体育锻炼还有助于提高灵活性和协调性。通过拉伸运动和平衡训练，可以增加关节的活动范围，改善身体的柔韧性和协调性。这对于预防关节疼痛、肌肉拉伤等运动损伤具有重要意义，同时也有助于提高日常生活中的灵活性和运动效率。总的来说，体育锻炼对于增强体质具有不可替代的作用。通过改善心肺功能、增强肌肉力量和耐力、提高灵活性和协调性等方式，可以有效地提高身体素质，预防疾病，提升生活质量。因此，我们应该鼓励和支持更多的人积极参与体育锻炼，享受健康、快乐的生活。

2.2 体育锻炼完善人格，磨练意志品质

体育锻炼在塑造人的意志品质方面扮演着重要的角

色。意志品质是指一个人坚定不移地追求目标，并且能够克服困难和挑战的能力。通过体育锻炼，人们可以培养自律、毅力、决心和耐力等关键品质，从而在生活中取得成功。

体育锻炼要求人们具备自律的品质。在进行体育活动时，需要坚持每天的锻炼计划，不受外界因素的干扰。这种自律的训练使人们能够更好地控制自己的行为 and 情绪，不轻易放弃，始终保持对目标的追求。体育锻炼需要人们具备毅力和决心。在运动过程中，常常会遇到各种困难和挑战，例如体力透支、疲劳和伤病等。只有具备坚定的意志，才能够克服这些困难，坚持不懈地进行锻炼，达到预期的目标。体育锻炼还能够培养人们的耐力和坚韧性。通过长时间的训练和反复的挑战，人们的身体和意志都会得到锻炼和提升。他们学会了在困难面前不屈不挠，勇往直前，永不放弃。因此，体育锻炼对于磨练人的意志品质具有重要意义。通过锻炼自律、毅力、决心和耐力等品质，人们能够更好地应对生活中的各种挑战，取得更大的成就。因此，我们应该鼓励和支持更多的人积极参与体育锻炼，以提升他们的意志品质和生活品质。

2.3 人才培养中大学生素质教育的必然要求

大学是学生接受学校教育的最后时期，大学生步入社会后，体育锻炼将成为个人的事情，因此，培养大学生体育素养应该以终身体育为核心，侧重于社会个体为实现身心健康而主动锻炼的意识和能力。体育素养指的是抛开先天遗传素质影响，在后天环境和体育教育等活动的影响对机体产生的生理性变化，具体包括体育知识、体育意识、体育品德、身体机能、体育技能和运动能力等综合素质与修养的总和，有助于指导人们树立终身体育意识，养成健康的运动习惯，这也是学校体育教学的核心内容及最终目标。然而，长期以来，对体育的发展存在认识上的偏差，忽略了学校体育对学生综合素质培养的重要作用，致使大学生的体育素养没能得到有效培养，因此，全面提升大学生的体育素养，强化学校体育对改善大学生体质状况的地位，对实现中华民族伟大复兴具有战略意义。

3 学校的体育素养：发展的技巧 (PHYSICAL LITERACY FOR SCHOOLS: TIPS FOR DEVELOPMENT)

3.1 聚焦于学校负责人的领导力

学校政策落实的程度是考验一个领导团队的外在表现，领导团队是领导力包括学校整体政策的规划落实、体育设施投入比重、学校课程设置、学校体育活动开展等都是学生体育素养的影响因素。在河南省开封市第一高级中学有一位体育出身是校长，提前提出学校的体育改革。保障正常的体育活动（运动会、篮球比赛、足球比赛等）之外，在高中开始体育课的分层教学法的实施。分层教学是让同一年级是学生根据自己的爱好进行体育课项目是选修学习，选定专项以后在接下来是三年的高中生活中出来基础是田径跑跳投以外始终坚持专项学习，为期三年时专项练

习让每一个学生都掌握里一的专项技术，为终身体育奠定基础。领先国内体育新课改 18 年，因此领导团队的领导力在整个学校生活中都起到至关重要的作用，而学校政策的方向取决于国家的教育方针政策。

3.2 聚焦于学校体育环境氛围

首先是强化体育设施建设：加大对体育设施的建设和改善力度，确保学生有良好的锻炼场所和设备。这包括修建标准的体育馆、游泳池、篮球场等，提供良好的锻炼环境，激发学生积极参与体育运动的热情。添置或者结合地方传统体育项目开发活动器材等方式加大体育器材是投入，能够让学生在学校的范围内充分地得到体能锻炼。其次，体育教师作为提升学生体育素养的践行者，应该通过发挥体育的社会价值，调动青少年主动参与体育的积极性和主动性。提升整体教师业务水平，构建体育素养的测评模型形成长期的考核机制贯穿到整个体育课程设置，从而有效提升学生的体育素养。最后，结合互联网平台做好“翻转课堂”的有效运用。慕课、YouTube 等网络平台可以有效提升学生体育常识，也是提升体育素养的一个重要环节。

3.3 优化学校体育课程设置，强化体育文化建设

多样化的体育课程：高校应提供多样化的体育课程，包括篮球、足球、网球、游泳等项目，以满足不同学生的兴趣和需求。同时，可以引入一些新颖的体育项目或课程，如瑜伽、攀岩等，激发学生对体育运动的兴趣。开展丰富多彩的体育活动：高校可以组织各种体育比赛、运动会、马拉松等活动，让学生有机会展示自己的体育技能，增强团队合作意识和竞争意识。同时，还可以组织健身俱乐部、户外拓展等活动，丰富学生的体育生活。强化体育文化建设，应加强体育文化建设，培养学生尊重体育、热爱体育的意识。可以通过举办体育讲座、展览、电影放映等形式，普及体育知识，提高学生的体育素养和体育文化水平。

3.4 聚焦于“学校-家庭-社会”三方联动机制

“家庭—学校—社会”三方联动学生体育素养提升长效机制将学校、家庭以及社会三个相对独立的场域在学生体育素养提升这一层面上实现了有机结合。在学校、家庭和社会三方之中，社会作为体育干预手段最为丰富、体育参与内容最为多元化的主体，扮演了中介者的角色，促进了家庭和学校在完成各自相对独立的学生体育干预任务的基础上，能够实现进一步的整合协同。但是需要注意的是，作为促进大学生体育素养提升的长效机制，其首先应该在政府的统筹与持续推进作用下不断地构建和完善，同时政府在这一机制中不应该仅仅局限于教育行政部门的行政作为，同时也应该联合体育部门、财政部门、地方政府等多方政府职能机构共同保障大学生的体育素养提升长效机制的构建和运行。因此高校可以设置体育素养奖励机制，鼓励学生积极参与体育运动并取得优异成绩。例如，设立体育奖学金、体育优秀学生荣誉称号等，激发学生的学习

积极性和竞技动力。

4 结论

高校提升学生体育素养的策略包括多样化的体育课程、强化体育设施建设、丰富多彩的体育活动、强化体育文化建设以及设置奖励机制等。通过这些策略的有效实施,可以提高学生的体育素养水平,促进学生全面健康发展。

然而目前,我国在青少年体育素养的提升已经取得了一定的成绩,但是在高校群体中还有待优化和提升,健康是所有活动是基础。因此高校体育素养提升过程中出现的现实问题与困境,让体育教育从业者应接不暇。该文从学校领导力、学校体育环境、师资力量、家-校社共同育人4个维度对大学生体育素养提升的困境进行梳理,从领导力、师资力量、多样化的体育课程、强化体育设施建设、丰富多彩的体育活动、强化体育文化建设与家-校-社共育等视角提出了解决路径。

通过研究发现,大学生是国家发展中不可或缺的人才资源,利用好国家体育政策和教育政策的调控作用,为大学生体育素养全方位提升提供发展平台,学生们有良好的社会文化发展空间。总而言之,体育素养提升是一个复杂

的系统工程,需要社会、学校、家庭及个人的通力协作,彼此之间相互作用、相互成就、相互配合,才能真正提升学生的体育素养。

[参考文献]

- [1]胡小清,唐炎.《澳大利亚体育素养标准》的框架体系、特征与启示[J].上海体育学院学报,2020,44(7):50-58.
- [2]闫士展.新冠疫情背景下体育在线教学的理论审视、现实反思与实践进路——育“疫情下的学校体育”云访谈述评[J].体育与科学,2020,41(3):9-16.
- [3]段天静.浅谈分层教学法在跆拳道教学中的应用[J].现代职业教育,2017(29):99.
- [4]张靖.“家、校、社”协同育人视阈下青少年体育素养提升路径研究[J].武术研究,2022,7(10):153-156.
- [5]Physical literacy | Australian Sports Commission (sportaus.gov.au) [Z].

作者简介:郭蒙(1988—),男,汉族,河南商丘人,博士在读,韩国东新大学,研究方向:体育学;*通讯作者:陈峤楠(1992—),男,汉族,吉林长春人,教授,研究方向:足球产业。