

让校园足球文化建设推动校园足球健康发展

湖州市长兴县雒城中学 江卫成

随着国务院办公厅在3月16日发布的《中国足球发展改革总体方案》(以下简称《方案》),作为中国职业化最早的运动项目,又一次让国人看到了中国足球崛起的希望,《方案》将足球上升至“国策”高度,为提高中国足球水平,促进校园足球的发展提供了指导性的意见。我国每一位优秀运动员都是在学校里被发现具有运动天赋或运动潜力,才被体校教练相中,招入体校进行专业的训练,才逐渐成长起来。所以作为中国足球的基础,校园足球担负着为中国足球输送人才的重任,而校园足球文化的开展能很好地促进校园足球的开展。

在《方案》中,我国足球将实行三步走战略,其中中期目标是实现青少年足球人口大幅增加,但到目前为止,我国青少年参与足球的人口比例相对于欧美国家的足球人口比例差距是比较大,这说明目前各级各类学校对体育足球项目的重视程度还不够,足球项目在学校中开展力度不够,需要体育教师在接下去的工作中再接再厉。

我们通过与足球运动发达国家相比,差距最大的不是技术、体能,而是足球文化,是人们对足球的认识,对足球的理解。足球文化涵盖很多的方面,主要分三大类:物质文化、制度文化和精神文化。物质文化包含:足球的器械设施、思想化产品等。制度文化包含:组织机构、规则、制度等。精神文化包含:对足球运动的行为准则、思想观念、理

论体系、艺术文化、价值观等。前者属于浅层文化,后者则属于深层文化,两者相辅相成,前者是后者的物质条件,后者又能促进前者的发展。随着社会经济的发展,我国的足球物质文化与足球发达国家差距逐渐缩小,但足球的制度文化和精神文化与其相比,有专家说我们至少落后20年。

我们要从校园足球文化的建设开始,让学生从一开始就体会到足球文化的能量,激发其参与足球运动的内在动力。

当前,大多数学校开展的校园足球只是利用体育课、课外活动、阳光大课间和业余运动队训练来开展,属于浅层的开展校园足球,属于一种没有文化底蕴的校园足球,要想确实的将校园足球落实到实处,能将足球运动融入到学生的生活中、习惯中,体育教师必须加深校园足球文化层面的构建,打造深层的校园足球,以文化来引导学生的投入,以文化来促进校园足球运动的开展,从而真正的促进足球运动在校园的开展,推动学校文化建设,促进学生的全面发展。

校园足球文化是校园体育文化的重要部分,同时校园体育文化也是校园文化的重要组成部分。校园足球文化特指在校园环境中,按照设定的目标,通过与足球运动相关的系列活动形成一定的物质和精神财富,涵盖校园足球物质文化、校园足球精神文化、校园足球制度文化以及校园足球行为文化等。

任何一种文化必须以物质文化为

基础,同样建设校园足球文化,必须要有物质基础为保障。主要利用足球展览室的功能,激发学生参与足球运动的积极性,培养学生的荣誉感;利用校级联赛,提高学生参与率,培养学生的兴趣,形成校园足球氛围,构建拥有自己特色的校园足球文化,以文化促进学生参与足球的热情,促进校园文化特色的创建,久而久之,形成学校独特的文化氛围。

任何一种文化都必须要有制度作为保障,在构建校园足球文化的过程中,必须建立起制度文化,为校园足球的发展保驾护航。诸如成立校园足球工作领导小组,以校长为组长,分管副校长为副组长,组员为体育教师、班主任、学生会体育部长,由上到下,形成一条线,做到政令畅通,便于活动的开展;建立资金保障制度,要提供开展足球系列活动所必须的资金保障;建立奖惩制度,对在活动中表现优异的个人和集体进行表彰,对违反制度的个人和集体进行惩罚,这是保证活动开展的先决条件;建立体育课、课外活动、阳光体育活动、大课间等活动时间的保证制度,为活动的开展提供时间上的保障。

制度保障之下,随着校园文化的推进,足球文化最终会转化为行为文化,以校园足球的理念对学生的思想观念进行改造,以促进学生在行为上更加规范,以足球文化的要求修正或改正自己的行为,引导学生树立正确、积极向上的价值取向,帮助他们认可足球的激情、团结、

尊重、友谊、礼貌、坚持、自信等元素,让他们学会尊重对手、尊重同学、尊重老师、学会合作等礼仪,从而提升自身的修养。

足球的精神文化是足球文化的高级产物,它是校园文化重要组成部分,校园足球精神文化相对是隐性的、无形的。通过校园足球联赛会标征集、海报的宣传,让学生明确足球运动的行为准则,向学生传递足球文化理念,感受足球文化艺术,形成足球文化价值观。当我们校园足球有了自己的行为准则、文化理念、文化艺术和价值观,我们就真正有了完整的校园足球文化。有了足球文化底蕴,我们的学生就有了参加足球运动的源动力,才能提高参与面,足球运动的发展自然就水到渠成了。

青少年参与足球运动的人口比例关系到校园足球的发展,校园足球的发展关系到我国足球运动的开展,通过校园足球文化的构建,能有效提高足球人口比例,有效地提高学生的身体素质和心理健康,培养学生顽强拼搏、积极进取、团结协作的精神风貌。有文化的校园足球才是完整的校园足球,才能推动校园足球的健康、稳步发展。因此,构建校园足球文化是发展校园足球的基础,也是学校文化发展的重要组成部分,体育教师要想方设法,以构建校园足球文化为抓手,从发展校园足球的深度上做文章,踏踏实实地将校园足球更好、更长远地发展。如此,中国足球才能有更好的未来。

浅谈少儿课余乒乓训练提高兴趣的方法及其启示

杭州师范大学体育与健康学院 方潇

乒乓球是我国国球,拥有深厚的群众基础,深受中小学青少年儿童的喜爱,目前我国少儿乒乓训练已从传统体校、省市队专业训练模式为主向俱乐部、学校社团业余训练共同建设发展转变。如何提升孩子的兴趣已经成为少儿课余乒乓训练的重点,本文就如何提升少儿乒乓训练过程中兴趣的培养和提升,以及训练手段的多样化的探究上提出见解。

目前我国小学阶段,学校场馆普遍存在体育课人多、器材少的现象,为了激发小学生的学习兴趣,进一步让学生掌握乒乓球的动作以及技术,要大力激发零基础的孩子的兴趣。体育老师或者乒乓教练按照乒乓球的基本动作和动作技能的要求,将运动动作分解并合理编排成乒乓操课的形式,然后选择相应的曲目配合相应

的音乐进行,用音乐伴奏来提示徒手挥拍和脚步训练。音乐能够充分缓解学生紧张和疲劳的情绪,同时音乐具有抗抑郁的作用,能使孩子们觉得在音乐声中挥拍和脚步移动的训练变得生动有趣,无形中在音乐中高效掌握动作技能。

素质教育阶段的学校体育教育面向的是全体学生,这既是学校体育教育的方向,也是素质教育的基本要求。如何面向全体学生,让每个学生从中学到体育所带给他们的乐趣是体育教学的一个重要目的,体育游戏融智力开发和强身健体为一身,集知识型、趣味性、娱乐性为一体,深受广大少儿的喜爱,也是小学体育课程教育的一种重要形式。因此应用乒乓球和乒乓球台等一些辅助器材设计出来的游戏,一方面可

以解决球台不够多的问题,另一方面对于提升少儿学习乒乓球的兴趣大有帮助,使学生能够掌握乒乓技术。

把乒乓球课程融入故事情境中,应用故事情景导入,这种教学模式应充分考虑到儿童心理依据。根据孩子们好奇的心理特点,在少儿乒乓教学中,部分教练上来就对孩子提出了较高的要求,而忽视教育学的基本规律,循序渐进,应该把复杂的乒乓专业术语融入情景故事教学中,用通俗易懂的语言向孩子灌输动作的基本要求,体育老师或教练员应该充分提升自身素养和文化内涵,语言应该生动活泼有趣,切勿讲太多的专业术语,尽可能简化动作的要求,让孩子能够找到自信,并慢慢找到球感,然后完善动作结构。

分阶段设立目标,给予学生一定的奖励,初学阶段举办乒乓嘉年华的活动,加大学生和家长的互动,家长是后背支持的最重要的力量,让家长自觉地加入这项运动中,促进孩子和家长的良性的互动,有助于提升学生的学习兴趣,也更能融洽亲子关系。

学校社团俱乐部乒乓建设往往还有校队比赛的任务,对于建设一个金字塔式的梯队建设尤为重要。学校社团课程乒乓球应该建立分层教学的模式,对于每个孩子从金字塔底一步步往上走设立小的目标,每当孩子从一个阶层往更高阶层跨越的时候,应该给予适当的奖励来激发孩子更大的兴趣并勇往直前,直到形成一支具有较高运动水平和较高运动成绩的乒乓球队。

杭州建兰中学课间操开展形式及对学生的影响初探

杭州建兰中学 孙杭萍

近年来,随着社会与科技不断进步,大部分中学生将过多的时间用于电脑游戏、手机游戏,导致中学生体质水平不仅没有随生活条件及教学水平的提高而改善,反而呈逐年下降趋势。本校体育教研组的教师通过研究与探讨不断对课间操以及课外活动的开展形式进行丰富,并开始利用课间操时间对学生进行体育学习兴趣、综合素质与能力的培养。

目前,我国大部分地区当前中学课程安排一般为上午四节,下午三节,科学研究发现,学生在前两节课时的注意力相对较为集中,第三四节课的文化课学习学生的精力是很难像第一二节课一样集中,其学习效果也会随之大打折扣。因此,我们将上午第二节课后定为课间操时间,通过适当的体育运动帮助

学生缓解学习压力,以更好的状态投入到接下来的学习中。

本校的课间操在运动项目的选择上符合学生的年龄、兴趣以及身心发育特点。季节特点是学校选择课间操的考量因素,课间操多在室外进行,如课间操运动项目选择不合理则不仅无法发挥课间操的作用,还会对学生的身心状态造成不良影响。

本校课间操冬天以组织学生跑步作为课间操的主要开展形式,旨在通过课间操促进学生的血液循环达到热身的效果。春秋季节气候与温度相对比较宜人,但“春困秋乏”是自然规律,此时,我们就将广播体操、太极拳等较能舒展筋骨又不会因运动量过大而影响学生学习的运动项目作为课间操运动项目的首选。夏天天气炎热,室内操应

用于夏季其优势在于避免学生受到恶劣天气伤害的同时,使学生达到预期的锻炼及排解压力的效果。

一些学校想通过每周几节体育课的时间实现增强学生体质、培养学生综合素质与能力并要求学生掌握体育课堂学习内容,难度较大。课间操开展时间稳定,学生出勤率高,因此,体育教师可以放宽思路,通过对课间操的开展形式与内容根据所教年级学生身体以及教学内容的实际情况进行相应调整,使之起到对体育教学内容辅助巩固的效果。

中学体育教学除增强学生体质之外的另外一个重要功能就是培养学生终生体育意识与自主锻炼能力,而终生体育意识与自主锻炼能力的培养离不开学生对体育的学习兴趣,在中学时期

体育教师应将教学重点放在培养学生学习兴趣上,而课间操开展时间相对固定,开展形式更加灵活多变。

通过问卷调查发现,有近四成的学生因对体育运动无兴趣。导致这一部分学生对体育教学态度不积极,甚至有一部分学生对体育教学活动比较抗拒,因而也就无法通过体育教学对这部分学生有所帮助。融洽的师生关系是提高教学质量的重要保证。本校课间操一直以来都是全体学生与教师共同参与,通过学生与教师共同的参与,可让学生充分感受到师生之间的关系可以是平等的,而且,课间操的顺利开展与进行都离不开学生与教师的密切配合,这在无形之中为师生之间的平等沟通提供良好的平台,对融洽师生关系的建立贡献力量。