

# 探寻新时代浙江门球发展之路的一些浅见

■浙江体育职业技术学院 沈文锦 浙江省体育局 杨爱贞

在我省门球运动开展已有二三十年的历史,俯瞰门球发展史,不仅是百姓热衷的一项体育运动,更在潜移默化中发挥着巨大的神奇效应。

随着省门球协会所承办的中国门球冠军赛浙江分区赛、锦标赛、老年赛、少儿赛、农村门球大联动赛、单双人赛等一系列赛事,以及积极参与国际邀请赛等,均受到各级媒体关注和宣传。与此同时,近些年来各地门协修建了众多人造草坪场地,不仅美化、绿化了环境,还有效地宣传了门球文化向“健康、文明、益智、乐群”等方面的发展,扩大了门球文化的社会影响力。这也让更多门球人看到了我省门球发展的现状和魅力。

众所周知,一个国家的国民体质(包括体格、体能和适应能力)好坏和强弱,会直接影响到一个国家的建设和科技兴国。古西腊哲学家柏拉图说过:“要造就人的身心协

调,发展成为完善的人,就要用体育锻炼身体,用音乐陶冶心灵”;我国伟大教育家孔子,他在一生的活动实践中,不断向人们强调进行“六艺”教育(包括射箭、驾驶马车和快步竞走等),也就是现在我们所重视的群众体育。其深意对发展门球体育文化的现实作用有一定的重要性。特别是对近些年来投入到门球运动中的一些新人来说,更应熟知这些意义,以便加深对我省门球运动的认识,更为建设我省体育强省这一目标努力奋斗。我省门球发展的任务和方向一直是“健全组织、培育骨干、重视技术、提高战术、重在推广、旨在普及、拓宽宣传、借鉴市场、共创门球体育运动的辉煌明天”。

另一个需要我们关注的问题是,建设社会主义新农村是我国现代化进程中的重大历史任务,门球同样需要向乡镇农村发展,在乡镇农村中奠定基础。我国农村地域广阔,自然条件和经济发展情况也不

尽相同,体育基础差异很大。特别是有些农村基层文化资源严重匮乏,活动形式单一,导致了农村文化的“荒漠化”。

不过相比投入巨大、技术含量高的运动项目,门球活动十分适宜在农村基层落地生根,拓宽普及之路。另外,还应在边远地区的厂矿、企业和少数民族地区加以推广门球活动,也十分必要。

此外,我省的门球运动仍存在三低现象:一是门球运动的经济效益较低,社会集资能力较差,活动经费多有不足。需要扩大筹资渠道,特别应主动争取有关单位的关怀重视,支持门球事业的不断前进;二是在市场运作方面,还存在很多问题,需要认真进行调研,提出切实可行的方案;三是门球运动的社会知名度不够高,社会影响力和宣传力还不够大,特别是有些办赛单位,不太重视大赛前的宣传造势和有效发布信息等,还有些门协基层组织,既缺乏自身的

宣传工具,又无专人负责。

对这一系列问题,需要认真研究,迎难而上、力求破解。如巩固和发展县城以上的门协组织,把它作为依托和支柱。向社区街道、大、中、小学校、离退休干部(包括军退办)以及各行各业发展,要以日常活动、小型活动为主,发展新生力量,壮大门球队队伍。另外,还要加强同国外门球组织的联系,交流经验,互通信息,举办活动,促进发展,并吸收借鉴国外门球体育文化,加强国际间的传播能力。

如今,我省的门球事业正在快速发展着,发展过程中难免出现矛盾和问题,如何更好的加强新的领导、增强公信力和执行力,已成为门球人最为关心的热点,也是门球运动的领导者和研究者要认真解决的问题。提出上述这些想法,旨在引起更多门球爱好者的关注,使门球体育文化更好地推广普及。

## 五“力”并举,向“优”而行

■杭州市学军小学 胡松

在小学阶段,体育与健康课是最受学生喜爱的课程之一。在体育课堂教学中,教师面对生动活泼、个性鲜明且运动能力各异的学生,首要任务是指导学生通过课堂学习发展身体基本活动能力,培养自主与合作学习能力,培育良好的体育品格,实现身心全面发展。基于学生不同的学习起点,坚持五“力”并举,实现以“优”带“差”,向“优”而行。五“力”包括认知力、合作力、指导力、内驱力、凝聚力。

尊重差异,唤醒学生认知力。学生在不同的学习阶段,受到认知基础、学习能力和学习环境等因素的影响,个体之间普遍存在客观的差异性。作为教师首先要尊重差异,在个性化教育中激励学生发展。笔者所在学校对学生学业成绩评定采用分项等级评价,其中体育与健康学科的评价包括两个维度,即运动技能和情感态度。在笔者任教的班级中,学生们从一年级开始就认识到“优秀”的表现绝不仅仅是运动能力的出众,更需要学习态度的端正、合作意识的提高以及意志品格的增强等。引导学生正视能力差异,唤醒学生对优秀的全面认知。

营造氛围,聚焦学生合作力。新课程标准倡导自主、合作、探究的学习方式,基于体育学科核心素养开展教育教学活动,优化课堂合作学习是以优带“差”的重要手段之一。笔者在任教班级中注重对学生合作意识与能力的培养,结合不同教材内容和单元教学目标,设计引导学生进行分工合作的学习场景,让学习过程聚焦学生合作力的培养。在体育课堂学习中积极营造良好的合作氛围,明确组内责任分工、鼓励沟通促进合作,充分发挥学生主观能动性,帮助不同学生实现优势互补、相互促进、共同发展。

三环跟进,培育学生指导力。在体育课堂学习中,为了提高学习效率、增加指导覆盖面,教师在组织和引导学生互助学习、以优带“差”的过程中要注重学生指导力的培育。笔者在实践中主要通过三个环节来培育学生的课堂学习指导力:第一,培养观察力。在排球双手正面下手垫球学习中,笔者在做不同示范动作时,会根据学习要点引导学生聚焦某部位或关节进行观察,提高观察的针对性。第二,鼓励思考力。有了细致观察的基础,笔者

引导学生在互助学习中学会主动思考,能力较优者思考帮助对象存在的问题原因并给出建议,被帮扶者要思考自己最需要得到帮助的学困点,提高帮扶效率。第三,抓好行动力。在观察和思考的基础上,笔者给予学生充分的互助学习和指导时间,引导学生增进组内的有效沟通,鼓励被帮扶者多尝试、多练习、多提问,让真实的学习在课堂中发生和延伸。

重视引导和培育学生在互助学习中的指导力,是充分调动和发挥学生榜样指导作用的关键能力,是切实提高学生课堂学习实效的有效策略。

多元评价,激发学生内驱力。坚持以优带“差”的目标是实现学生的共同进步,而无论能力较强还是较弱的学生,都需要在帮扶学习中体验成长,教师在课堂上的多元评价就是促进学生成长的重要手段。强化课堂评价是提高教学实效的重要一环,笔者在组织学生以优带“差”的互助学习中注重多元评价的运用。学生在自评、互评和团队评价过程中更直观、高频地感受进步,从而逐渐形成学习内驱力。合理运用评价帮助学生在学练过程

中感受进步、收获喜悦,能切实增强学生的自信心,让帮助者感到助人之乐,让被帮助者体验成长之乐,从而唤醒并激发内驱力。

因势利导,提升团队凝聚力。体育课堂是践行立德树人,引导与培养学生增强团队归属感的重要载体。在体育活动中抓住教育契机因势利导,能够提升团队凝聚力,有助于建立健全以优带“差”长效机制。

校园足球联赛是笔者所在学校最受学生关注的体育赛事,笔者抓住这一利好因素,积极引导学生在课堂上学练足球基本技术和基本战术时加强同伴互助意识,推进以优带“差”帮扶机制,同时加强团队合作评价促进学生提高练习实效。学生心中有了争取足球赛冠军的团队奋斗目标,课堂上互帮互助的学练意识加强了,指导同伴的责任心更足了,帮扶手段更有针对性了,自主与合作练习的积极性也更高了。通过一项体育赛事促进一项运动技能的掌握,不仅有效增强了学生的团队归属感,而且大大激发了学生在团队中互帮互助的自豪感,也实现了足球学练的课上强化与课外延伸。

## 四方联动生合力,运动安全又健康

——开学后学生上体育课的“八项注意”

■宁波市镇海区尚志中学 杨峰

继初三、高三开学后,小学高段和初中中学段的其他学生们也开学了,面对重返熟悉的校园,学生们早已迫不及待。家长们也终于可以松口气了,让孩子置身校园,让孩子走进课堂,让孩子在老师身边学习,这是熟悉又美好的事情。

学校经过精密筹划和部署,已经做好做足开学的准备工作,体温检测、消毒杀菌、卫生打扫、应急演练、教学安排等工作都已经全部高标准完成,但开学后的体育教育工作还需要精准落实好学校、教师、学生、家长四个层面的八件事。

从学校层面,首先要了解学情,关注健康。学校要第一时间做好了解学生的身体健康情况的工作。不仅要监测学生的体温,更要关注学生的体质和心理变化。学校要全面摸排,掌握学生,关注学生健康状况,为开学体育课做好学情上的准备。

其次,需要统筹排课,场地分区。学校体育场地相对有限,常态下的体育课时段安排相对较为集中,在疫情防控特殊时期,学校安排体育课要以“班级接触少,学

生间隔大”为原则,根据实际情况全面调整体育课的教学时段,实现“错峰”“定区域”上体育课,切实保障每天的体育锻炼时间。如学校安排体育课要保障每个时段上体育课的班级数最少;体育场地分区分块,各班在指定区域内上课,减少班与班之间的交集。

从教师层面来看,分散练习,严控聚集十分重要。体育教师上体育课要严格按照学校计划执行,在课堂教学过程中,要以确保“单个学生空间”的分散队形为主,教学内容选择尽量以原地、单人练习内容为主,尽可能让学生之间保持1.5米的间距,体育教师要严控学生课堂上聚集现象,讲明道理,及时提醒,重视自觉防控意识的养成。

另外需尊重规律,循序渐进。开学初,体育教师要重点关注学生体能状况,特殊学生要落实“跟踪”观察。严格按照体育教学规律和学生身心发展规律,循序渐进地开展体育教学工作。切记盲目进行大运动量和大强度的快速跑、耐久跑等项目练习,可以结合音乐开展低强度、低

密度、低活动范围的健身类项目,让学生从身心两方面逐渐适应。

站在学生的角度,提高意识,安全第一要放在首位。对于阔别三个月体育课的学生们来讲,重新走上操场一定会非常兴奋,这其实是一个非常危险的信号。一方面,同学之间久未见面,亲近感、新鲜感油然而生,极容易忽视疫情期间人与人之间保持足够的间隔的要求,出现相互间亲密接触、相互交流、玩耍打闹等现象;另一方面,长时间没有经历过正规体育课的学习和锻炼,学生在身心两方面都没有做好体育运动的准备,骤然参与有一定负荷的体育运动,很容易造成运动损伤,严重者会引起心肺功能障碍。学生上体育课时,思想上一定要高度重视,做好自我防范,量力而行参与锻炼,及时与体育教师反馈情况,规避运动风险。

与此同时,学生还要自觉锻炼,形成习惯。居家期间,许多学生不知道如何开展体育锻炼,这恰恰反映出学生缺乏体育运动素养,缺少自觉进行体育锻炼的习惯。开学

后,学生要提高对体育的认识,更要明确体育锻炼是增强学生体质,提高运动能力,实现终身体育的唯一路径,要认真学习体育锻炼的方法,掌握一到两项运动技能,自觉参与体育锻炼,养成良好体育运动习惯。

作为家长,转变思想,重视体育很重要。学生家长“重智轻体”的观念一直存在。我国青少年体质健康状况与家长对待体育重视程度有着直接的关系。疫情期间,全国各地体育教师都通过视频直播、网课点播等方式开展居家体育锻炼指导,但缺少教师指导下的学生居家体育锻炼效果不容乐观。这与家长不懂体育,家长不重视体育是有很大关系的,希望家长们能够树立健康第一的思想,真正把健康放在首位。

家庭体育,父母先行。父母是孩子最好的老师,这一观点也同样适合体育。营造良好的家庭体育氛围是家庭体育有效开展的基础,父母要积极参与体育锻炼,做孩子体育运动的引路人、示范者和监督者,对培养孩子正确的健康运动观,养成良好的运动习惯起着重要的作用。