

新型体校建设与发展初探

绍兴市柯桥区少年儿童业余体育学校 王 良

2020 年是我国全面建成小康社会的收官之年。党中央、国务院高度重视体育工作,习近平总书记对体育工作多次发表重要讲话,做出了“让孩子们跑起来”“帮助学生在体育锻炼中享受乐趣、增强体质、健全人格、锻炼意志”等一系列重要指示,将成为推动未来“十四五”体育发展的强大动力。盘活基层体校,努力实现教体共融、社会支持、创新发展是目前新型体校在建设过程中的迫切需求。

绍兴市柯桥区新型体校在原来射击业训网点(华舍中学)的基础上改造升级,扩容了皮划赛艇、田径、游泳、举重等主要重点项目,融合学校体育基础,发掘体育苗子,提升训练质量,培养、输送优秀体育后备人才。为此,笔者建议从以下几方面革新探索。

转变办学观念,德育体育文化课齐头并进

体校一直以来给人以重体轻文的印象,现将利用教体合一的优势,做好德育、文化课学习和体育训练齐头并进,以培养体育专项技能和德智体美劳全面发展的

竞技体育后备人才。所有招入的运动员均采用混编进入学习平行班级,保证德育、文化课拥有正常学习时间,利用早晚业余时间及寒暑假进行专业性训练。对因比赛耽误学习或成绩下滑的学习者,由班主任制定补课计划,任课教师配合辅助,做到学习、训练两不误。学生在初中毕业后,争取省、市、区三级教体部门的支持,加强与高中学校、知名高校的联系,扩大特长、特招生范围,解决优秀运动员的升学之忧。

根据学校特色优势,升级硬件、优化师资

华舍中学原来的优势项目是射击,迄今为止已取得六个世界冠军。仅2020年,华舍中学已在绍兴市青少年射击锦标赛获得14金18银13铜、浙江省青少年学生阳光体育(传校)射击比赛获得1金2银、浙江省青少年射击锦标赛获得4金6银3铜。

新型体校建设,将设置五个左右重点项目,分别为:射击、田径、游泳、皮划赛艇、举重等,训练将实行“三集中”:集中项目、集中教练、集中运动员。

目前,投资1.46亿的学校一期工程已于开学前竣工投入使用,其中建筑面积约39288平方米,地下室建筑面积为20414平方米。二期工程将于10月初启动,建成后,学校将拥有10米气枪馆、25米小口径馆、50米小口径馆、二级安全防范枪支(弹药)库室、综合训练馆、400米塑胶田径场、集训宿舍、室内田径训练基地等一系列体育训练、生活硬件设施。加强专项经费的投入,增添相关项目的设施设备,确保各项目日常训练与比赛。同时,配以国家队、省队退役运动员为主的金牌教练员队伍,落实学校体育为根本,以特色运动队建设为重点,探索新型体校优化运作。

未来,体校将以市运会、锦标赛为平台进行练手,力争省运会摘金夺银,面向全国,仍至世界大赛上有身影、有声音、有胜赢,努力建设成为冠军的摇篮,优秀青少年竞技体育人才的孵化器。

做好合作互联,提升教练员运动员专业水平

新型体校建设要参照国家高水平运动后备人才基地的要求,制定训练常规管

理制度,做好学校及训练项目中、远期训练规划,保障训练时间,建立运动员人才库,对运动员身体自然情况、形态、机能、生理、生化、一般身体素质、专项素质、专项技术及参赛、输送、大纲考核、文化课成绩等情况进行记录,形成数据分析,为其运动生源规划发展作参考和指引。

此外,绍兴地区的体校建设还要加强与绍兴市水上运动中心、绍兴市体育局、浙江工业大学之江学院、浙江省射击射箭自行车运动管理中心等高级业训机构和高校进行互联合作,多派教练员和运动员出去轮训试训。同时聘请国家或省里专业教练员来学校进行传授、驻训、科研,提升教练员业训水平,提高运动员运动专业技术。

在新时代的发展理念指导下,应全面提高学校业训工作重要性的认识,全面推进学校体育工作的创新发展,不断强化对竞技体育工作的保障,不断创新“体教融合”,以奥运争光战略和建设“健康中国”的为整体目标,推进体育现代化建设,创新管理机制,逐步使学校成为教体双赢、优势互补、融合发展的多元化新型体校。

小学“多维互动式”体育课外作业的实践与思考

潮州市新风实验小学 姬肖纲

给学生布置一定量的体育课外作业,可以作为体育课堂教学的延伸,对于帮助学生提高已掌握的运动技术和技能并养成终身体育的意识和习惯有一定的促进作用。多维互动,指的是多种角度及立体的互相作用,互相影响。小学生处在渴求交流、渴求肯定的年龄阶段,用多维互动的方式,对提高学生学习体育的热情,提高体育课外作业的质量是十分必要和切实可行的。

本文利用“多维互动式”体育课外作业模式,旨在改变以往师生之间的单向沟通,推动不对等的交流向平等的交流的转变,促使静态的交流向动态交流的转变,使学生由接受向创新、创造的转变。这样的互动氛围,对学生而言,意味着主体性的凸显、个性的表现、创造性的解放;对教师而言,意味着上课已不是简单的知识传授,而

是一个共同学习、提高的过程;对家长而言,则是起到监督孩子积极提高的过程。

增加师生互动,扩大体育作业效果

对学生来说,一个星期的体育课时间是非常有限的,因此能掌握的技能也很有限。像篮球、跳绳、踢毽子等运动技能仅靠上课时间很难熟练掌握,需要学生在家进行大量的练习。因此,体育老师在布置课外作业时,应当充分结合学生所学内容、进度、年龄、季节等基本情况,并注重作业内容的实效性和练习性,才能在有限的时间、空间的前提下,获得最大的作业效果。

例如,在布置耐力素质作业时,除了练习长跑,还可以布置1分钟多次跳绳、反复跑楼梯、小区安全道路跑等,不断注意变换练习形式。否则,如果长时间地重复同一种练习,会造成学生“厌练”情绪。在

单元教学、广播体操、武术教学后,布置学生课后完成相应的复习、巩固性的作业,并在第二次上课时认真严格地进行验收,教师可针对情况进行适当的奖惩。同时,课任老师可以通过班级钉钉群对学生体育作业的完成情况进行打卡随机抽查,对打卡多,完成量多,质量高的学生进行奖励,也可以通过钉钉打卡,在体育课时进行反馈测试和比赛,提高学生练习兴趣。

加强家校沟通,提高体育上课效率

体育老师与班主任之间的交流沟通非常重要。由于体育老师上课班级较多,对学生了解不够详细,但班主任老师对班级里学生性格,家庭,喜好都有详细的了解,如果班主任能够配合体育老师与家长进行沟通,就能快速准确的了解每个学生的基本情况。班主任应该利用钉钉群、微信群、电话等多种渠道常与学生家长沟通

交流,把学生体育作业情况与家长进行及时交流、沟通,既体现老师对学生的关心,也有有效的促进家长对学生的监督。

此外,学生可以通过写运动日记,记录当天活动的内容、量与强度、感觉如何等,家长每次进行留言,虽然学生的体会和家长建议在家校卡里所分享的字数并不多,但是这既提高了学生的写作能力,又使学生与父母的关系更密切了,且每周一次的留言不会加重学生的课业负担。

通过教师、家长、学生三方面的联系和互动,可以逐步提升体育家庭作业在素质教育中的重要性。期盼各学校在政府相关部门和家长们的支持配合下,以布置体育作业为抓手,不断提升体育课质效,大力培养孩子的体育兴趣、爱好和习惯,促进广大学生在德、智、体诸方面共同发展。

基于微信的家庭体育作业有效实施策略

丽水市实验学校 陈 玲 张 斌

家庭体育作业如何有效落地,家校合作尤为为重要。家长的监督与评价、班主任的引导、体育教师作业的布置与检查反馈等需要班主任、家长、体育教师三方相互合作。随着移动互联网的迅速发展,学校可以利用微信小程序打卡、学校公众号展示体育作业图片和建立学生体育作业微信交流群三大手段来支持家庭体育作业的完成。

微信支持课外体育作业的实施

以往体育作业的登记执行是通过学校发放人手一本的《体质健康成长册》来记录,现在家长可以利用微信小程序“小打卡”来完成每周的家庭体育作业,只需要教师在“小打卡”里面发布每周任务,再将链接分享在家长微信群即可。在“小打卡”里面,家长发布孩子完成体育作业的动态以后,其他人可以在该条内容下评论和点赞,这样及时的反馈与评价有利于长期有效地鼓励孩子坚持完成家庭体育作业。同时教师也可以在后台统计每个班的打卡次数,并根据学生的打卡次数和完成内容质量来进行奖励和表扬。

据教师观察发现,如果通过布置家庭体育作业,鼓励家长把孩子锻炼的照片或

者小视频分享到朋友圈,大家的点赞和留言能够激发孩子持续锻炼的兴趣,也能够感染周围朋友及家庭进行体育锻炼,逐步形成良好的锻炼氛围。

同时,教师在任教的每个班都建立了班级微信群,为教师和家长搭建了实时交流的平台,让家校合作更加密切。教师可以利用微信视频录像和拍照的功能,实时上传学生课上运动表现,以便家长了解孩子在学校在实际运动状态。在家完成家庭体育作业的时候,家长也可以随手把孩子运动视频或者照片传至家长微信群,教师可以及时提供技术指导和改进意见。通过方便快捷的在线指导方式,教师可以有效了解每一个孩子的学情,对后续的教学进度调整和管理提供基础。

家庭体育作业实施情况

丽水市实验学校从2015年开始实行家庭体育作业形式,近四年来,学生体质健康连续上升,在各类体育竞赛中屡获佳绩,同时,家校沟通交流关系更密切,体育教学理念也逐渐延伸延伸。

为了了解学生完成家庭体育作业的情况与家长对家庭体育作业的态度看法

以及对课外体育作业的建议,我们还进行了家庭体育作业问卷调查。

调查结果发现,在学生家长参与率方面,一年级学生家长参与率最高,达到85.3%,二年级40.9%,三年级68.6%,四年级49.5%,五年级18.5%,六年级24.7%。结果表明,低段学生家长参与调查的积极性较高,尤其是一年级家长。在体育作业完成情况方面,学生能够自觉完成家庭体育作业的达到72%,说明学生还是较愿意接受家庭体育作业。在完成体育作业所需时间和家长指导方面,调查结果显示,有将近45%的学生在20分钟以内完成,67%家长会指导孩子如何用正确的动作完成练习,说明家长也是认真对待这一件事情,帮助孩子学会用正确的动作去锻炼身体,同时又促进亲子之间的交流与沟通,增进亲情。

本次问卷调查的顺利开展,有利于学校逐步完善家庭体育作业安排布置,让家庭体育作业更好地服务于学生健康成长。

家庭体育作业实施的几点思考

体育作业布置要结合课堂。课外体育作业的基础一定是在课堂上,课外体育作业是服务于课堂,是加强和巩固练习体育课上

的运动技能。所以体育教师在布置课外体育作业时一定要结合本年段的学情及本周课上教学内容和学生掌握运动技能的情况。

体育作业评价要精准。在布置完课外体育作业之后,家长发送在“小打卡”或者微信群里的体育作业内容教师一定要及时反馈和有针对性地地点评,而且语言一定要准确和通俗易懂,最好是图文并茂,并且要以鼓励为主。

体育作业评价时间统一。“小打卡”和家长微信群的评价时间要统一,定时开放发送时间和评价时间。微信在实时便利的同时,往往需要教师随时随地回复家长问题,这样无形中增加了教师的工作时间和扰乱其正常生活秩序。所以教师规定好发送时间可以有效地完成工作量并方便记忆储存。

体育作业评价线上线下一相结合。家校合作的服务主体是学生,家长在上传学生运动视频或照片后,教师可以选择分类储存,每月做一次展示,让学生看见自身的进步并了解其他同学的运动情况。奖励和鼓励相结合,展示后可以进行现场表彰,让学生体验认真完成课外体育作业后带来的成就感,激发学生参与锻炼的热情。