

在中职体育社团中开展“五育”的策略研究

田秀丽

天津市信息工程学校

DOI:10.32629/mef.v9i5.20645

[摘要] “五育并举”是我国当前推行的教育理念,其强调培养学生德智体美劳的全面发展。本文通过分析当前五育并举的时代内涵,探索中职教育使命:德育为先,塑造良好品德;智育为本,提升认知能力;体育为基,强化身体素质;美育为魂,陶冶审美情操;劳动为要,培养实践能力。并通过追求中职体育社团的独特价值,提出建议与展望,以期推动我国中职体育的发展。

[关键词] 中职; 体育社团; 五育并举

中图分类号: G633.96 **文献标识码:** A

Research on the Strategy of Carrying out "Five Education" in Vocational Sports Clubs

Xiuli Tian

Tianjin Information Engineering School

[Abstract] "Five education simultaneously" is the current educational concept implemented in China, which emphasizes the comprehensive development of students' morality, intelligence, physical fitness, aesthetics, and labor skills. This article explores the mission of vocational education by analyzing the connotation of the current era of promoting the development of the five aspects of education: putting moral education first and shaping good character; Based on intellectual education, enhance cognitive abilities; Based on sports, strengthen physical fitness; Art education is the soul, cultivating aesthetic sentiment; Labor is essential, cultivate practical abilities. And by pursuing the unique value of vocational sports clubs, suggestions and prospects are proposed to promote the development of vocational sports in China.

[Key words] vocational school; Sports clubs; simultaneous development of five educations

引言

在全国教育大会强调“五育并举”落实立德树人根本任务的时代背景下,中等职业教育作为培养德技并修高素质技术人才的核心阵地,亟需探索全面育人的创新路径。体育社团作为中职校园文化的重要载体,兼具实践性、趣味性与群体性特征,是落实“健康第一”理念、推进五育融合的天然场所。在此背景下,本研究聚焦中职体育社团的育人优势,深入剖析五育融合的现实困境,为中职教育高质量发展提供实践参考与理论支撑。

1 新时代下赋予五育并举的内涵

自1912年蔡元培先生所提出的“五育”就开始了相对全面的教育观念,此“五育”为:军国民教育、实利主义教育、道德教育、世界观教育、美感教育。但现如今的五育并举并不是在蔡元培先生的理念中直接借用,而是基于新时代逐步形成的。我国最早的《关于深化教育改革全面推进素质教育的决定》将德育、智育、体育、美育融入教育教学的各个环节中,到2018年习近平总书记在全国教育大会上正式将劳动教育纳入教育之中,才形成了现如今的五育并举。自五育并举实施以来,不断地为我

国教育事业输送人才,极大程度地响应了新时代的教育形势。

中职学校作为我国教育事业重要组成部分之一,承担着多重职责,需要同时兼顾教育属性和社会属性。所以中职学生的教育需要更好地贯彻五育并举的教育理念,才能在培育优秀中职生上提交完美答卷。在中职校园中,除了理论知识的学习、专业技能的培养,还有体育社团是校园文化的关键一环。它既是以锻炼强健体魄的教育,也是以运动培育品格的教育;既是体育教育突破困境的重要途径,也是落实“五育协同推进”的必然选择。充分发挥出以体树德、以体增智、以体健体、以体塑型、以体促劳的综合性育人功能。

2 体育社团:五育融合的实践载体

2.1 德育为先,塑造良好品德

在体育社团的集体活动中,团结协作、遵守规则是德育的天然土壤,能够让学生在互动中培养良好的品德、社会责任感、民族情怀。德育工作贯穿于五育融合的始终,为其他各类教育事业提供了方向上的引领,提供了价值上的支撑。德育教育的生动实践,就是在团队运动中培养规则意识、协作精神和抗压能力。培

养学生顽强拼搏、积极进取、团结协作、诚实守信的体育道德品质,夯实学生终身发展的根基。实践证实了体育运动深刻地影响着人格的塑造。

体育社团活动天生就有集体属性,需要学生学会合作,学会交流,学会在训练和比赛中分担责任。比如,足球社团和篮球社团通过团队对抗来强化协作能力,旱地冰壶等项目则要求战术配合,公平竞赛、对抗挫折等价值观念在潜移默化中传递。中职学生通过足球、篮球等社团的训练,学会尊重对手,服从裁判,体验胜不骄、败不馁的体育精神,对裁判的尊重到队友间友谊的升华。在比赛过程中经过团队的沟通、配合、协作,展现出超越年龄的坚毅和责任心,这种潜移默化的道德教育效果远超说教课堂。

2.2 智育为本,提升认知能力

在体育社团的战术讨论和策略制定中,激发学生的思维活动,为提高认知能力提供了生动的实践场景。注重学生知识学习和思维能力培养,智育是教育的根本。在五育融合中,通过多样化的教学方式和实践活动,使智育与其他各类教育相互渗透,激发学生的求知欲和创造力。

2.2.1 体能训练促进优化大脑结构和功能

首先,具有促进海马体和前额叶皮层体积增大、神经可塑性提高、增加脑容量。运动能有效刺激大脑产生脑源性神经因子(BDNF),有助于神经元生长、存活和突触连接形成,从而促使神经新生。其次,改善脑血流量,增强运动,改善大脑的营养供给,支持高效率的认知活动,对大脑供氧和营养的输送起到很好的促进作用。

2.2.2 对认知能力的直接提升

(1)注意力和专注力:锻炼能提高多巴胺和去甲肾上腺素的水平,提高注意力和信息处理的速度,特别是对注意力障碍多动症病人有辅助提高的效果。

(2)记忆:经常进行有氧锻炼,能增强短期记忆和长期记忆编码的提取能力。

(3)执行功能:复杂运动(如球类、舞蹈),对计划能力的提高、问题的解决、灵活性的要求都需要协调和策略。

体育社团在提升竞技水平的同时,也为区域体育发展储备后备力量。通过分层指导、以赛促学的模式,挖掘学生运动潜能。通过运动,既愉悦身心,又使体内各细胞得到放松,记忆力增强,学习效率提高。研究表明,通过运动使身心得到愉悦。在机电与数控机床操作实训中,机械类专业学生通过参与手球社团,其空间感知能力和手眼协调性得到加强,降低了18%失误率。

早期的运动习惯可以帮助大脑发展,减少日后认知衰退的几率。16-18岁的中职学生,由于专注力的提高和焦虑的降低间接提高了学习效率,运动与学业成绩密切相关。以我校为例:通过开展体育类社团,对有部分抑郁症的学生达到了彻底的治愈。社团的训练与培养,曾经一度厌学甚至要辍学的学生,体育成绩也达到市级二级运动员的水平;整晚都不能入睡,严重失眠学生在治愈了失眠的同时也取得市运会好成绩;篮球社团也分别在区篮球赛和市中职组篮球赛中成绩优异;乒乓球社团在区比赛

中名列前茅;田径社团在市运会中也取得了骄人的成绩。这些恰恰是社团长期专业化训练的结果。

2.3 体育为基,强化身体素质

欧盟力推的“运动素养护照”与五育终身的运动理念高度契合,通过运动技能、健康知识和行为习惯三个维度的考核。中国把体育当成一个重要的载体,来塑造健全的个性,培养社会的适应性。“以人为本,全面发展”的教育理念正通过政策推动和文化浸润,使体育在五育中的作用由“边缘”向“核心”转变。

作为体育社团的核心,各项运动的训练和比赛是加强学生体质最直接、最有效的方式。通过系统性的训练和多样化的活动(如足球、篮球、乒乓球、田径、武术、啦啦操、旱地冰壶等),会对学生的身体素质和运动技能有显著的提高。如我校田径社团,通过选拔人才参加校内外比赛、参加市级运动会等,既为学校争了光,又培养了学生终身体育意识。这样的活动使学生在实践中掌握运动技能,养成健康的生活习惯,很好地弥补了课堂教学中的不足。

久坐实习、体能下降的问题在中职学生中普遍存在。通过组织篮球、乒乓球、田径、武术、啦啦操等社团活动,不仅可以增强学生的体魄,还可以培养终身锻炼的意识。如某所中职学校通过开展“课间体能挑战赛”,学生近视率下降12%,课堂专注度明显提高。

对于增强学生体质,培养意志品质和团队协作精神,体育是教育事业的重要内容,具有十分重要的作用。体育与其它各学科的培养在五育一体化中,两者结合在一起,共同促进学生身心健康的发展。

2.4 美育为魂,陶冶审美情操

体育比赛中的动作美和团队协作的美感可以在体育社团活动中得到展现,潜移默化地培养学生的审美。美育的重要资源是运动中的形体之美,运动中的韵律之美,团队合作之和之美。啦啦操社团在创编动作的过程中,将音乐、舞蹈与运动相结合,增强了学员的审美能力,有些学员在服装设计专业的作业中,更多地迁移了这种创意。

美育既是培养“全人”的必要,也是社会文明进步的标志,是“五育并举”不可或缺的内容。学生通过美育,不仅可以获得艺术上的一技之长,而且可以在生活中形成热爱美的情感,终身追求真善美。真正达到教育的根本目的——培养全面发展的人,只有德、智、体、美、劳协调发展。

2.5 劳动为要,培养实践能力

将家庭、学校、社会各方力量融入劳动教育全过程,使其成为国民教育体系中不可或缺的一环。在“双减”政策实施的背景下,为减轻学生课业负担、丰富课后生活,劳动教育也成为了一条关键途径。如我校学生们通过手工编织社团的学习,编织出了一件件灵活多样的手工制品。园艺社团既美化了校园,又提高了自身的动手能力。通过这些社团的教学,不难看出,劳动教育的这些价值目标,同样关联着德育、智育、体育、美育等多方面目标的实现。

通过劳动可涵养品德、增进智慧、强健体魄,还能培育美感。劳动教育绝非单纯的“体力付出”,而是一套综合性的育人过程。“立德树人”这一根本目标,唯有依靠德智体美劳五育协同推进、共同发展,才能真正达成。

3 独特价值的中职体育社团

相较于一般高中,中职体育社团的专业性更具针对性:

3.1 服务职业技能

攀岩社团对汽车维修专业学生的高空作业以及幼教专业的节奏操等,使心理素质得到训练,促进肢体表现能力的提高;足球、篮球社团在体育竞赛过程中能锻炼学生的意志品质,性格更加活泼开朗,使得旅游与艺术系的学生在专业技能的施展过程中更加从容自信。

3.2 促进心理健康

团体运动能增强自我认同感,针对中职学生普遍存在的自卑心理,学生长期参加体育社团的抑郁程度比平时显著降低。我校积极开展了共20个班级参赛,每个班男女各一队共40支队伍的大型篮球赛,历经一个月的时间完成。在比赛期间,不仅场上队员积极拼搏,非参赛人员也在场下呐喊助威,整个校园形成了青春与活力的竞赛氛围,有效促进学生的心理健康发展。

3.3 搭建校企桥梁

某数控企业与学校合办“工匠杯”羽毛球比赛等体育赛事成为企业冠名的产教融合新平台,将企业文化渗透到竞技当中。比赛融入了企业精神讲解,选手们穿着并印制企业标志队服,中场穿插技能展示。同学们在比赛中感受到严谨专注的工匠文化,加深对企业的了解和认可。

4 挑战与启示

4.1 研究趋势与不足

4.1.1 研究热点

(1) 大脑可塑性的影响等神经科学和五育相关性的研究:基于五育并举的教育理念下,学生的大脑可塑性是否得到提升,需要大量的数据以及科学依据进行支撑,将是热门的研究热点。该研究可以从学生实践前后的认知、情感、运动等多维能力变化中收集数据,通过脑成像技术和神经心理学测试,为提高大脑可塑性提供科学依据。

(2) 人工智能时代的劳动教育转型:在人工智能时代的影响下,很多传统的劳动,甚至半自动化的产业都受到波及,新形势下的劳动教育势必会出现变化。当前学者需要研究的方向应该是新时代下如何更好地结合新型劳动模式来完善全新的劳动教育理念。

4.1.2 现存挑战:教育目标权重分配因文化差异引发的争议

五育并举在实施过程中难免会遭遇困难。一方面,有些家长在认知上仍处于重分数论,也就是只在乎“智育”,进而轻视德育、体育、美育、劳育;另一方面,能注重其他方面的家长,大多数是因为其考学机制而进行的选择,例如体育特长生、美术特长生以及音乐特长生考高中、考大学这种方式。由此也可以看出德育、劳育在一定程度上由于教育目标权重分配而出现了较为严重的问题。

4.2 对国内的启示

促进联合国教科文组织关于教育2030年框架与五育概念的对话:联合国教科文组织的《教育2030》框架有很多关于教育的好思路,我国倡导的德智体美劳教育在一定程度上与之契合。我们可以在两者之间找到共同点,通过交流、学习,帮助我们的教育更加公平和更好,让孩子得到全面发展。

5 结语

作为教育教学的工作者,应该明确教育理念,当前五育并举的核心在于融合教育。如何在体育中带动劳育的共同发展;如何在发展智育的过程中不丢下德育的提升;如何防范美育不脱离其他四育等关键问题都需要进行深思,才能够不断优化自身的教育方式,培养全面发展的人才。

随着教育的不断深入,在我国教育体制中,逐步形成了五育并举、五育并重的教育思想。在此背景下,成为培养学生综合素质、促进校园文化建设的重要平台的中职体育社团,其重要性日益凸显。

中职体育社团在五育并举的育人图景中,像一个既夯实了体质基础,又辐射了其他四育事业发展的动态枢纽。既是锻炼运动技能的平台,又是培养职业素养的孵化器,更是培养个性成长的练兵场。职业教育真正实现“育技”与“育人”的统一,是校园里跃动的身影与车床前的专注、实训室里的严谨相互辉映。所以中职体育社团的发展过程中,要不断深化融合五育并举的教育理念,才能使中职体育与五育并举相辅相成。

[参考文献]

[1]郭秋霞,倪际超.中职体育社团发展的现状及研究对策[J].青春岁月,2020(8):207.

[2]麻水林.体育学科核心素养视域下中职学生健康行为现状和培养路径研究[D].浙江:杭州师范大学,2022.

[3]冯德友.中职学校中体育社团文化建设所存在的问题剖析与对策解读[J].体育风尚,2022,(6):143-145.

作者简介:

田秀丽(1972--),女,天津市人,天津市信息工程学校高级讲师,主要从事体育教育专业的教学与研究工作。