

体教融合背景下大鹏学校青少年健康发展策略

苏栋浩

夏县大鹏学校

DOI:10.12238/mef.v7i7.8675

[摘要] 体育强则国家强,青年兴则国家兴。没有健康的体魄与良好的身体素质,就谈不上民族的发展与未来。近年来,随着我国经济社会高速发展、国民生活水平的提升以及教育理念的偏差,使得我国青少年体质健康水平处于下降的趋势,其中肥胖、近视、运动能力下降等问题已成为社会关注的焦点,而这些体质健康问题与青少年缺乏锻炼、生活习惯不良有很大关系。本文在体教融合的大背景下,以在大鹏学校实施“三个一”创新健康发展实践探讨了青少年体质健康管理的现状、挑战与机遇,提出一套行之有效的管理策略与实践路径。实践结果显示,在体教融合背景下大鹏学校的一校多平台、一班多特色、一生一亮点的“三个一”健康发展理念能够显著提升青少年参与体育活动的积极性,不仅让青少年强健体魄,而且使其在体育活动、体育锻炼中享受乐趣,为相关政策制定者、教育工作者及家长提供了理论参考与实践指导。

[关键词] 体教融合; 青少年体质健康; 三个一

中图分类号: G775 **文献标识码:** A

Strategies for the Healthy Development of Adolescents in Dapeng School under the Background of Integration of Sports and Education

Donghao Su

Xia County Dapeng School

[Abstract] Strong sports make a country strong, and young people make a country prosperous. Without a healthy physique and good physical fitness, there can be no talk of the development and future of the nation. In recent years, with the rapid development of China's economy and society, the improvement of national living standards, and the deviation of educational concepts, the physical health level of young people in China is in a declining trend. Issues such as obesity, myopia, and decreased exercise ability have become the focus of social attention, and these physical health problems are closely related to the lack of exercise and poor living habits of young people. In the context of the integration of sports and education, this article explores the current situation, challenges, and opportunities of adolescent physical health management through the implementation of the "Three Ones" innovative and healthy development practice in Dapeng School, and proposes an effective management strategy and practical path. The practical results show that under the background of integrating sports and education, the "Three Ones" healthy development concept of Dapeng School, which includes one school, multiple platforms, one class, multiple characteristics, and one highlight for a lifetime, can significantly enhance the enthusiasm of young people to participate in sports activities. It not only makes young people strong physically, but also allows them to enjoy fun in sports activities and physical exercise, providing theoretical reference and practical guidance for relevant policy makers, educators, and parents.

[Key words] integration of sports and education; Adolescent physical health; Three of them

引言

“健康的体魄是青少年为祖国服务的基础和前提,是中华民族强盛生命力的根本体现”。青年是祖国的未来、民族的希望。没有青少年健康成长,国家就没有远大发展。青少年作为国家未

来的希望,其体质健康状况直接关系到国家的长远发展和社会的整体福祉,关系到我国社会主义强国伟业的顺利实现。

党中央高度重视青少年体质健康发展,出台了包括“双减”政策、中高考体育改革、强化学校体育等一系列政策措施,提高

体育在学校教育中的地位,增强校内外体育活动,意在全面提高青少年健康水平,促进学生身心发展。体教融合起源于上世纪80年代,是一个老生常谈话题,一直在摸索前行。2020年,国家体育总局、教育部联合印发《关于深化体教融合促进青少年健康发展的意见》,体教融合工作再次被提到了一个新的高度。在此背景下,体教融合已成为提升青少年体质健康的重要战略,发挥着促进青少年“享受乐趣、增强体质、健全人格、锤炼意志”的作用。而学校作为推动体教融合,促进青少年健康发展的重要平台载体,在学生成长中发挥着不可替代的重要作用。新时期,进一步研究体教融合背景下青少年健康发展创新策略具有重要意义。

1 研究背景与意义

1.1 研究背景

近年来,随着社会的快速发展和人们生活水平的提高,青少年身体素质发展问题不断凸显。根据国家卫健委最新公布的数据,我国儿童青少年总体近视率为53.1%,其中,小学生为34.3%,初中生为70.8%,高中生为81.5%。肥胖率方面,我国6-17岁人群肥胖率达到19%,超重与肥胖情况在青少年群体中不断增加。我国青少年肥胖率、近视率持续上升,体能素质下降等问题严重,反映出传统教育模式在促进学生体质健康方面的局限性。随着“健康中国”战略的深入实施,提升青少年体质健康水平成为国家重要任务之一。体教融合创新政策的提出,正是对这一需求的积极响应。

体教融合,顾名思义,是体育与教育的融合,这包括价值、功能、目的、行为方式等的融合上,是一个系统性工程。体教融合是新时期我国体育与教育格局的重大议题,目的在于推动校园体育与竞技体育共同发展。推动青少年健康发展,目的是在学习科学文化知识的同时,加强身体素质锻炼,磨练意志品质,健全良好人格,培育人生观、价值观,促进学生德、智、体、美、劳全面发展。

1.2 研究意义

本文旨在深入探讨体教融合背景下青少年体质健康管理的有效路径。从社会角度而言,学校体育的价值定位即提高国民素质,振奋和强化民族精神;从教育角度而言,体育是教育的基石,而教育又是民族进步、社会发展的基石;从个人角度而言,体育是成功和幸福的基础。因此,体教融合不仅有助于丰富和完善青少年体质健康管理的理论体系,更为实践层面提供了可操作性的指导方案,对于推动我国青少年体育事业和教育事业的协同发展具有重要意义。

夏县大鹏学校是一所集小学、初中为一体的全封闭寄宿制民办学校。学校以“服务万千学子,造福万千家庭”为办学宗旨,秉承“低进中出、中进高出、高进优出”的办学理念,在教学管理中具有较好口碑。特别是该校为深入推进体教融合、促进青少年健康发展,特别提出了“三个一”活动模式,即“一校多平台、一班多特色、一生一亮点”,具有一定特色亮点,实践中也取得积极成效,值得关注。

2 存在的问题与分析

经过对大鹏学校1080名学生、部分家长和任课教师调研分析,导致青少年体质健康水平下降的主要原因两方面,一是学生课业负担过重,二是学生沉迷于手机游戏。而学生课业负担过重的原因又与我国应试教育制度有关,学校、家长以及学生自身都更多地将注意力放在学习上,从而忽略了运动锻炼,同时课外的学习任务也在严重压缩了学生休息时间;学生沉迷于手机游戏世界缺乏锻炼也是导致青少年健康水平降低的一大诱因,肥胖、近视与生活规律有着很大原因,也在警示社会要重视青少年的饮食健康和休息问题。

此外,学校对青少年体质健康管理工作效率不高,缺乏管理理念与平台建设,忽视学生身体素质建设。经调查,导致学校体质健康管理工作效率低的主要因素有:学习压力大、体育器材设施不完善、体育教师专业素养不高、家长缺乏教育、宣传不到位等。

3 研究方法与结果

本文采用文献综述、问卷调查、案例分析等多种研究方法在大鹏学校提出了一校多平台、一班多特色、一生一亮点“三个一”发展理念与活动实践;即学校由8名体育老师为台长(副台长)牵头成立了篮球、足球、乒乓球、健美操、武术、长跑、铅球、跳绳8个项目的练、赛、管平台,每个班根据学生爱好、身体条件创立自己班级2-3项目的特色运动项目,每个学生依据自身条件选择至少一个项目参与活动,同时要求家长不得给学生配手机、家长手机上不得下载游戏。通过广泛宣传、动员保证了全校1080名学生人人有爱好,个个有项目;通过家长学生问卷调查、学生身体素质综合测试结果等数据分析,“三个一”创新实践活动一年多的实施,收到很好效果;并取得青少年体质健康状况及影响因素的第一手数据;通过分析深入挖掘体教融合成功实践的经验与教训,为下一步如何完善、跟进策略构建提供了有力支持。

为了进一步实现体教融合的目标,创新体育教学内容与模式亦应进行相应完善,为此也走访了附近东关、县直、崇文、实验等7个小学在体教整合背景下如何开展青少年健康发展的一些做法、理念及存在的问题。认为要全面发展形成一套完整的管理体制还要加强以下几个方面。

一是加强政策引导与制度建设。建议政府出台更多支持体教融合的政策措施,加强顶层设计,完善相关法律法规,为青少年体质健康管理提供坚实的制度保障。虽然国家层面已经出台《关于深化体教融合 促进青少年健康发展的意见》,省、市层级也发布了相关的实施意见,但总的来看,相关政策和制度还比较宏观,指导性意见多,具体落实举措少,有待进一步强化细化,提高政策措施的针对性。从学校层面来看,对于相关体育活动缺乏创造性贯彻落实措施,制度机制不健全,有待进一步健全完善。

二是推动课程体系改革。推动课程体系改革,是落实体教融合、提高学生健康素质的根本举措。各学校要紧密结合“双减”

政策、中考体育改革,切实加强学校体育工作,要面向全体学生,开足开齐体育课程,组织丰富多彩的校园体育活动,提高体育课程在课程体系中的地位和作用。推动体育与健康教育深度融合,增设趣味性、实用性强的体育课程,增加体育活动时间,提高体育课程教学质量,吸引学生积极广泛参与,提高身体素质。

三是补齐师资短板,激发体育教师育人积极性。加强体育教师队伍建设,聘请专业教练来校开展校本培训并指导教学工作,并与体育特色学校结成体育教学共同体,通过互助教研、教师走教等形式,提高学校体育教师的教学技能。围绕体育与健康新教材,加强体育教师专业培训,对体育改革方向、新课标理念、课改背景下的热点、难点内容进行讲解,提高教师对教材的理解和认识。提升体育教师职业认同感,减轻体育教师压力,完善体育教师激励机制,关注体育老师的个人成长,有效激发体育教师育人积极性。

四是强化家校社协同共治。建立家校社三方联动机制,共同关注青少年体质健康问题。首先,学校方面特别是全寄宿制学校,要切实担负起主要责任,主动家庭与家庭、社区协调联系,牵好头积极组织学生开展体育活动。其次,学校要加强家庭教育指导,提高家长对体育活动的认识与支持度,引导学生课余时间加强体育锻炼;最后,发挥社区作用,为青少年提供更多体育活动场所与机会,促进学生健康成长。

五是构建自主选择的分层教学新模式。探索体育课程分层教学模式,通过体质监测结果把学生分为体质一般组、中等组和较强组,根据不同类别学生的体质特点制定教学目标,设计教学内容;学生根据自身爱好选择学习内容、锻炼方式,提高学生的积极性;采取多元化、个性化的评价方法,采取定量评价、定性评价相结合的方式,强化正面鼓励激励,让学生感受到自己的进步和成就。

4 总结与展望

4.1 总结

本文在体教融合背景下,系统分析了青少年体质健康管理的现状、挑战与机遇,并以大鹏学校实施“三个一”理念与实践以来提出了一系列创新策略与实践路径。通过实证研究验证了这些策略的有效性,为改善我国青少年体质健康状况提供了有力支持。实践表明,“三个一”活动不仅是提升青少年体质健康水平的重要途径,也是推动教育改革和体育事业发展的重要驱动力。

4.2 展望

未来,随着体教融合政策的深入实施和社会各界的共同努力,青少年体质健康管理将面临更加广阔的发展前景。具体而言,

以下几个方面值得关注:

一是政策支持与激励机制的完善。政府应继续加大政策支持力度,建立健全激励机制,鼓励更多学校、社区和家庭参与到青少年体质健康管理中来。例如,设立专项基金支持学校体育设施建设、体育活动组织等;制定考核评价机制,将青少年体质健康状况纳入学校、教师及学生的评价体系中。

二是健康教育与文化传播。加强健康教育,提高青少年及其家长对体质健康重要性的认识;同时,通过文化传播的方式,营造全社会关注青少年体质健康的良好氛围。例如,举办青少年体育赛事、运动会等活动,激发青少年的运动兴趣;通过媒体宣传、公益广告等方式,普及健康知识,倡导健康生活方式。

三是社会资源的整合与共享。青少年体质健康管理是一个系统工程,需要社会各界的共同参与和支持。未来,可以进一步加强学校、社区、家庭以及专业体育机构之间的合作与交流,整合和共享各方资源,为青少年提供更加丰富多样的体育活动和健康管理服务。

青少年体质健康管理是一项长期的、持续的工作,既需要将优秀的实践经验和技术支持汇聚起来,更需要政府、家庭、学校和相关技术人员的共同努力,从而实现在根本上改善当前管理过程中存在的弊端,真正提高青少年健康管理水平。

【参考文献】

[1]雷玉兰.体教融合与“双减”政策结合促进青少年体质健康发展的路径研究[C]//四川省体育科学学会,四川省学生体育艺术协会.2024第二届四川省体育科学大会论文报告会论文集(2).陕西师范大学体育学院,2024:2.

[2]李建龙,邱鑫悦,张鹏.“体教融合”背景下青少年体质健康高质量发展的路径研究[C]//陕西省体育科学学会,陕西省学生体育协会.第二届陕西省体育科学大会论文摘要集(专题三).人大附中北京经济技术开发区学校;人大附中亦庄新城学校;东营职业学院,2024:5.

[3]赵依玲.体教融合背景下四川省青少年体质健康管理模式创新研究[D].成都体育学院,2023.

[4]李博文,徐存敏,王琦.体育锻炼对青少年健康体适能的影响综述[C]//中国体育科学学会体能训练分会.第二届中国青少年体能高峰论坛墙报交流论文集.吉林体育学院,2022:2.

[5]王登峰.体教融合的历史背景与现实意义[J].体育科学,2020,40(10):3-7.

作者简介:

苏栋浩(2000--),男,汉族,山西运城人,本科,研究方向:体育运动训练学。