

# 浅析阳光体育运动的提出背景及开展措施

作者：西华师范大学 曹伟平

[摘要]开展阳光体育运动要与我国现实国情相结合,要充分发挥体育部门和学校领导及监督机构的作用;要以《国家学生体质健康标准》为主线,要从基层做起,建立长效机制;培养学生体育锻炼的兴趣、养成锻炼的习惯。确保阳光体育运动正常、持续、有效的开展。

[关键词] 阳光体育运动; 学生体质; 健康标准; 背景

为全面贯彻党的教育方针,推进素质教育,认真落实“健康第一”的指导思想,把学校体育工作做好、做实,促进青少年的健康发展,在全国亿万学生中掀起体育锻炼的热潮,2007年4月29日,由教育部、国家体育总局,共青团中央联合发起的全国亿万学生阳光体育全面起动。但是,还有不少人阳光体育运的目标、内容、意义以及如何推广阳光体育运动不甚了解,妨碍了阳光体育运动的顺利开展。

## 一、开展阳光体育运动的意义

全国亿万学生阳光体育运动的启动,具有深远的历史意义和现实意义。从科发展观看,青少年学生是国家的未来主人,他们的健康体质是国家的财富,是社会进步、国家昌盛的希望。开展阳光体育运动是新时期加强人才建设的战略措施和富国强民之本;从人性化的角度看,开展阳光体育运动是落实“以人为本”的内在要求,是加强和谐社会建设重要的物质基础;从教育本身看,是转变教育理念,全方位提升办学的内涵与层次,提高全面发展素质教育质量的重要举措。开展阳光体育运动就是要通过阳光体育的抓手作用,使各级各类学校形成浓郁的校园体育锻炼氛围和风气,培养学生体育锻炼的兴趣、养成锻炼的习惯,有助于培养学生身心健康、体魄强健、意志坚强、充满活力。给国家带来旺盛的生命力和巨大财富,为实现中华民族的伟大复兴创造有利条件。

## 二、开展阳光体育运动所面临的困难

### 1、学习、就业压力造成学生体育锻炼时间不足

素质教育已提倡多年,但高考、中考指挥棒的作用依然十分强势,部分学校为了提升自己的知名度或影响力,自觉不自觉地将主要精力放在追求升学率上面,无形中给学生带来了巨大的学习压力;家长为了孩子的未来,也迫于就业压力,别无选择地将孩子往高考升学的独木桥上赶。因此,学生必然成为中考、高考制度的牺牲品,根本没时间进行体育锻炼。

### 2、体育法规制度的贯彻和监督不力

近年来,国务院及有关部委先后出台了如《关于加强青少年体育增强青少年体质的意见》等一系列政策法规,要求学校严格执行国家课程计划,不得挤占体育课和压缩体育锻炼时间,要保证学生每天一小时体育锻炼时间,但事实是体



育课被随意挤占,课外活动只是应对检查,能够真正保质保量的开展课外体育活动的学校比例太少,甚至有的学校高三年级学生根本不开设体育课。虽然体育中考制度对学生体质的改善在一定程度上起了促进作用,但体育中考的监督不力也值得关注。

### 3、体育经费不足,场地器材短缺

各高校扩招以后在改善学生住宿条件和教学设施等方面均作了大量投入。但是,几乎所有高校都存在着体育场地建设滞后、设施设备和经费投入不足的情况,供求矛盾十分突出,这一问题如不及时解决,必将在很大程度上制约学校体育的发展。因此,市教育行政部门应督导各高校切实认真按照教育部颁布的“普通高等学校体育场馆设施、器材配备目录”及有关规定进行规划和建设必要的运动场馆,足额拨给体育经费,为广大学生参加体育学习与课外体育锻炼提供各类丰富的、数量充足的体育场地和设施设备,为增强大学生的体质健康提供强有力的后勤保障。

### 4、学生锻炼意识薄弱,没有养成体育锻炼习惯

学生体质下降的原因主要是体育锻炼不足,这既有体育锻炼时间、活动内容安排问题,也有学生自身缺乏刻苦锻炼的意志问题。学生不爱参加体育锻炼,或参加活动时避重就轻,在很多时候都是源自人本身的惰性。帮助他们克服惰性自然要靠改变他们正确对待体育的意识。

## 三、对开展阳光体育运动的建议

### 1、完善相关法规体制

学校在开展阳光体育运动过程中,设立专项基金,实行专款专用,为开展阳光体育运动提供经费保障机制。设立相关的领导机构,建立健全开展阳光体育运动的监督机制,加强督导检查,严格管理制度,发现问题,及时解决,总结好的经验,及时进行宣传推广。对不认真落实的部门,应提出严肃批评,并限期改正,严格奖惩制度。把体育课和阳光体育运动以及校内课外体育活动以立法的形式体现出来,把学生体育成绩(学习或参与的态度等)和身体素质提高进度(进入不同学校之初和结束对比)按一定的比例列入升学考试成绩的一部分。硬性的法规会迫使学生重视、适应、习惯。转变应试教育体制,向素质教育迈进。

### 2、转变观念完善管理机制

转变学校领导、教师以及家长的观念,必须切实开足、开齐体育课,不得以任何理由削减、挤占体育课时间,充分保证一小时的锻炼时间,各级教育、体育行政部门要成立相应的工作机构,各学校要成立以校长牵头的领导小组,按照全国的统一部署,制定具体的措施,实行领导小组责任制,转变重智育轻体育的思想;再次是转变学生的观念,让他们充分认识到体育活动对身心的影响,树立终身体育观念,养成良好的体育习惯。

### 3、提高评分标准改革考核内容

现在很多学校实行的《学生体质健康标准》,标准过低,据调查只要参加测试了的学校,学生及格率高达 90%以上,及格率如此之高,应该说明了学生体质没有问题,而事实是连续 20 年来学生体质一直成下降趋势,学校体育的目的、任务形同虚设。如果不改变评分标准和考核内容,改变单一的《学生健康标准》测试为《国家体育锻炼标准》测试,让学生走到阳光下,走到操场里参加运动进行测试,才能改变学生长期以来的惰性观念,惟有提高要求,才能使感到压力,产生动力,克服惰性,坚持参加课外体育锻炼。否则,改变现状、增强体质愿望只能成为空话。

## [参考文献]

[1]罗振宇.关于在学校中开展“阳光体育运动”的理性思考[J].体育科技文献通报, 2007.15



- [2]李晓庆.我校大学生体育锻炼意识与习惯的调查研究 [J] .西安体育学院学报, 1998, 15
- [3]司琦.大学生体育锻炼行为的阶段变化与心理因素研究[J].体育课学, 2005, 25

