

基于体教融合背景下的大学生健康促进问题研究

刘伟贺

(兰州工商学院体育教学部, 甘肃兰州 730101)

摘要 文章采用文献资料法、逻辑分析法等方法, 对体教融合背景下大学生健康促进问题进行研究, 重点探讨大学生体质健康发展契机、存在问题以及实践路径。研究认为, 大学生体质健康发展契机包括大学体育课程内容体系不断丰富、大学生体育参与途径更为多元、大学生体育参与保障机制更为完善。现实问题包括学校体育课程教学质量不高、学校体育基础设施不完善、健康卫生防护体系不健全、体质健康监督管理体系滞后。提出实践对策: 优化体育课程体系, 提高学生体育参与兴趣; 重视健康教育, 增强学生健康促进意识; 丰富课外体育活动, 拓宽学生体育参与途径; 严格落实体质测试制度, 因地制宜创新体测内容与形式。

关键词 体教融合; 大学体育; 体质健康促进; 健康教育

DOI: 10.16730/j.cnki.61-1019/g8.2025.06.042

2020年8月31日, 国家体育总局、教育部联合发布了《关于印发深化体教融合促进青少年健康发展意见》(以下简称《意见》)。《意见》根据“一体化设计、一体化推进”原则, 提出了加强学校体育工作、完善青少年体育赛事体系、加强体育传统特色学校和高校高水平运动队建设、深化体校改革、规范社会体育组织、大力培养体育教师和教练员队伍、强化政策保障、加强组织实施等8个方面37项政策措施^[1]。大学体育作为当下我国体教融合战略的重要组成部分, 对推动大学体育高质量发展具有重要的现实意义与理论意义^[2]。近些年, 我国大学生体质健康状况不尽人意, 相关体质健康问题依然较为突出, 成为制约学生全面发展的重要因素^[3,4]。体教融合强调要构建高质量青少年体育参与体系, 推动学生体质健康发展。基于此, 本研究重点探究体教融合背景下大学生体质健康促进路径, 以期能够为今后提高学生体质健康指明新的方法与路径。

1 体教融合背景下大学生体质健康发展契机

1.1 大学体育课程内容体系不断丰富

在体教融合战略引领下, 我国高校积极参与学生体育促进工作。目前我国大学生体质健康不尽人意, 亟须构建更有针对性的体质健康促进体系。在此背景下, 高校积极作为, 不断丰富体育课程内容体系, 为学生体育参与创造良好条件。高校通过引入多样化体育项目, 迎合学生体育参与兴

趣, 既能够保证学生全员参与体育活动, 同时又能够培养学生体育参与兴趣, 从而在课外保持稳定的体育参与积极性。

1.2 大学生体育参与途径更为多元

在体教融合战略引领下, 高校不断积极行动, 为大学生体育参与创造了良好环境。在此过程中, 学校丰富了学生体育参与环境, 不再局限于为学生创建良好的体育课程, 同时还关注学生课外体育参与情况。例如近些年来我国高校体育赛事不断增多, 相关竞赛项目逐渐丰富, 能够为学生体育参与创造良好条件^[5]。通过体育竞赛, 学生可以培养体育参与兴趣, 积极投身于日常训练, 提高自身运动技能, 不断促进体质健康发展。此外, 学校各类体育社团活动能够有效促进学生体育参与。体育社团作为学生体育参与重要途径, 可以有效提高学生运动技能, 在高校范围内普及运动项目。

1.3 大学生体育参与保障机制更为完善

体教融合战略为大学生体育参与构建了良性机制, 从宏观与微观多层面着手, 提升学生体育参与水平。高校体育发展要立足于机制建设, 通过合理优化学生体育参与方式、参与途径, 激发学生体育参与兴趣, 能够有效推动学生体育参与。学校通过构建高质量体育课程、课外体育活动以及相关体育社团, 广泛推进学生体育参与。在此背景下, 学生能有更多元的体育参与途径, 可以有效提升自身身体素质, 改善不良体质健康状况。

基金项目: 2024年甘肃省体育科研和决策咨询研究项目《基于体教融合的大学生健康促进研究》(2024-C-11); 兰州市哲学社会科学规划项目《体育精神铸牢中华民族共同体意识融入兰州高校体育教学路径研究》(24-B86)

作者简介: 刘伟贺, 男, 讲师, 研究方向: 体育教学与训练。

2 大学生体质健康促进机制存在的现实问题

2.1 学校体育课程教学质量不高

尽管近些年高校拓宽了体育课程内容,引入新兴体育项目,有力推动了学生体育参与。但从当下实践情况来看,依然存在以下问题。第一,课程内容不够丰富。体育教师在课程教学设计过程中,仅关注学生运动技能的培养,对于激发学生体育参与兴趣、提升学生身体素质等方面重视程度不够,尽管学生学会了相关运动技能,但由于体育参与兴趣未得到有效激发,课余时间内学生体育参与依然较为匮乏。第二,教师教学方法与手段单一。部分体育教师教学中长期使用单一教学方法,对于不同教学内容、不同教学情境缺乏有效认识,教学方法与手段针对性不高。同时,体育教师对相关方法与手段认识不全面,应用过程中存在较大困难。

2.2 学校体育基础设施不完善

高质量推进学生体育参与,提高学生体质健康水平,必然需要相应的体育配套设施,从而能够为学生体育参与提供坚实的物质保障^[6]。然而存在诸多因素制约,目前诸多高校体育基础设施建设不完善,学生体育参与在较大程度上受到场地条件限制。由于学校资金有限,部分体育场地年久失修,相关器材已无法正常使用,甚至存在一定安全隐患。一方面,学校对体育场地建设重视度不够,相关场地主要集中在篮球、足球等项目,未进行针对性修建;另一方面,学校缺乏后勤维护,相关场地管理制度有待完善。调研中有学生表示,学校网球场地较少,课余时间场地使用较为紧张,往往无法参与网球训练与比赛。

2.3 卫生健康防护体系不健全

作为促进学生体质健康的重要一环,构建高质量健康卫生防护体系具有重要意义。学生体质健康发展不仅仅取决于体育参与,还对卫生与健康方面提出较高要求。目前高校在学生体质健康促进过程中,对于卫生与健康方面关注度不够,相关防护体系建设滞后。从卫生层面来看,学校医疗机构建设不全面,学校医务人员专业能力不高。同时,学校对于相关卫生知识与技能宣传不充分,学生对相关领域知识认识较为滞后,缺乏相关卫生管理意识。调研发现,目前高校显著缺乏相关卫生健康知识教育,相关课程较为匮乏,无论是教师还是学校,相关意识滞后。

2.4 体质健康监督管理体系滞后

学校作为学生体质健康促进的重要引导者与管理者,对于学生体质健康发展而言起着重要的导向作用。实践中,尽管高校意识到学生体质健康促进的重要意义,但缺乏相关实际行动,同时相关健康督促机制不健全,未能够充分激发学生重视。目前高校普遍实行体测制度,但在具体落实体测制

度严格程度方面存在差异。体测作为学生体质健康干预的重要方面,通过体测能够及时发现学生体质健康存在的问题,从而提出对策。同时体测与学生学业成绩挂钩,体测不合格将会被取消多项评奖评优资格^[7]。然而在此过程中部分高校对相关管理制度落实不严格,体测制度浮于形式,甚至有部分学校在体测中为学生“放绿灯”,造成学生对体测重视度不够,未能够积极履行自身的主体责任。

3 体教融合背景下大学生体质健康促进实践路径

3.1 优化体育课程体系,提高学生体育参与兴趣

体育课程作为学生体育参与的核心途径,能够培养学生运动技能,提高学生身体素质,增进学生体育参与兴趣,重要性不言而喻。提高课程教学质量要从课程内容、教学方法、教学评价等方面展开。从课程内容来看,不断引入新兴体育项目教学,例如飞盘、网球、轮滑等课程,有效提高学生体育参与兴趣,活跃课堂学习氛围,让学生感受到运动的乐趣。从教学方法来看,教师应拓展教学方法,构建丰富的方法体系,让更多的人参与其中。此外,教师应重视游戏法教学,提高教学趣味性,将教学内容融入游戏,进行游戏性转化。

3.2 重视健康教育,增强学生健康促进意识

健康教育是增强学生健康意识、促进学生体育参与意识的重要途径。近些年来我国高校围绕学生体质健康发展,积极组织相关健康教育活动,在较大程度上提升了学生健康促进意识^[8]。第一,定期组织相关健康教育。学校应将健康教育作为一项制度纳入学校工作体系中,定期组织相关健康教育活动,通过邀请校内外专家学者,针对健康教育专题进行讲座培训,将理论与实践相结合,对学生学习生活中存在的突出问题进行培训,提高学生主动健康促进意识^[9]。第二,将健康教育融入体育课程中。健康教育本应属于体育课程重要一环,然而由于诸多因素,体育课程中的健康教育长期缺位。今后体育教师应积极开展相关健康教育活动,将健康教育纳入体育课程内容体系中,既要开展专题性健康教育课,同时又要在常规体育教学中开展健康教育,构建全面的健康教育促进机制^[10]。第三,开展相关健康教育竞赛。学校应定期组织健康教育竞赛活动,鼓励学生提高健康教育知识储备,提升学生参与比赛积极性。

3.3 丰富课外体育活动,拓宽学生体育参与途径

相对而言,高校学生课余时间较为宽裕,具备参与体育活动的优势。构建内容丰富、形式多样的课外体育活动,能够有效提升学生体育参与质量,提高学生体质健康。高校体育课外活动应立足于全面性与普及性,通过社团、竞赛等形式,面向全体学生开展体育活动。体育社团作为高校推广课

外体育活动以及活跃校园体育氛围的重要途径,高校可以通过完善体育社团组织形式、提高社团管理水平、引入内容丰富的体育活动,有效提高学生体育参与兴趣^[11]。此外,学校应重视组织相关校园竞赛活动。对于不同项目,相关社团应积极行动,开展校园单项系列赛事活动,例如羽毛球竞赛、篮球竞赛等,以专业为参赛单位,能够有效提高学生专业凝聚力,提高体育参与兴趣。

3.4 严格落实体测制度,因地制宜创新体测内容与形式

体测是推动学生体质健康发展的形式之一,具有重要意义。当前我国各类高校已广泛落实体测制度,推进学生参与体测。未来,为更高质量推动体测工作,应从以下两个方面着手。第一,创新体测内容与形式。目前我国教育部针对高校体测内容进行了规定。随着时代发展以及学生体质健康发展呈现新需求,未来高校可针对本校实际情况,因地制宜创新体测内容。第二,严格落实体测与学生学业成绩挂钩制度。例如体测不合格的学生不进行评奖评优,同时对于毕业亦产生相关影响。

4 结语

新时期,面对诸多因素影响,我国高校学生体质健康促进工作既面临机遇,同时又存在较多挑战。当下学生体质健康状况不尽人意,基础健康问题发生率依然较高,制约学生全面发展。本研究从体育参与、管理机制、多方协同等层面着手,对当前大学生体质健康促进中面临的突出问题进行探讨,提出相关实践对策,以期促进未来大学生体质健康发

展,为我国培养全面发展的社会主义建设者和接班人。

参考文献:

- [1] 谭小丰,宋名芳.深化体教融合背景下学校体育发展的现实困境、时代契机与应然逻辑[J].湖北体育科技,2023,42(3):210-215.
- [2] 王彦收.数字化赋能高校体育教学的价值意蕴与实施路径[J].教育理论与实践,2024,44(21):57-60.
- [3] 周一佳,王默言.大学生体质健康最新发展动向、提升路径及方法手段的研究[C]//广东省体能协会.第八届中国体能训练科学大会论文集.线上会议,2023:927-933.
- [4] 严琴,单闪闪,邓程文.高校大学体质健康现状与研究对策——以四川文理学院为例[J].鸭绿江(下半月版),2014(3):308.
- [5] 单玉涛.普通高校体育课外一体化体育俱乐部教学模式的实施策略[J].冰雪体育创新研究,2022(18):181-184.
- [6] 邵凯.体教融合背景下我国“三大球”后备人才培养的周期路径研究[J].广州体育学院学报,2023,43(4):67-75+96.
- [7] 孙琴,王彦英,王克平.健康教育融入高校体育课程内容体系与实践路径[J].中国学校卫生,2022,43(8):1126-1129.
- [8] 李小伟,袁圣敏.后疫情时期中国体育与健康教育的思考与发展策略研究[J].成都体育学院学报,2020,46(5):15-20.
- [9] 宋德海.以卓越教师培养为导向的高校体育教育专业课程群构建策略研究[J].四川体育科学,2018,37(2):107-110.
- [10] 廖粤生,刘洪武,王先亮.我国实施主动健康战略的理论价值、现实困境与纾解方略[J].中国卫生经济,2023,42(9):1-5.
- [11] 彭璐,李洪波.“三全育人”视域下高职院校体育社团育人作用和实施路径[J].湖北体育科技,2023,42(6):549-552.