

公安院校“一校多品”体育模式的路径研究 ——以新疆警察学院为例

前言

公安院校作为公安机关教育教学训练的主阵地，坚持以体育人、以体育智。为此，本文从“一校多品”的体育模式出发，把增强学生体能综合素质、掌握多项运动技能作为警察体育教学的重要目标，从师资队伍、教学模式、教学项目、课外体育活动、体质监测与评价等多方面开展提高警察体育教学质量的可行路径研究，构建符合公安工作需要的应用型人才培养模式。

关键词

一校多品；警察体育；教学模式；路径

学校体育是实现立德树人根本任务、提升学生综合素质的基础性工程，是加快推进体育强国建设的重要工作。国务院办公厅印发的《关于强化学校体育促进学生身心健康全面发展的意见》中也指出，体育教学要加强健康知识教育，注重运动技能学习。公安院校担负着为国家培养高素质公安人才的重任，健康体魄是高素质公安人才的载体，学校体育是培养高素质人才的重要环节，随着我国体育教育现代化的发展和课程改革的不断深入，公安院校结合自身性质、任务和特点，在实践“一校多品”体育教学模式的过程中，还存在不足和挑战。因此，要通过不断探索和实践，突破警察体育教学现实困境，推动警察体育教育适应新时代公安工作需要。

1 “一校多品”体育模式现状剖析

1.1 提高警察体育教学质量的现实需要

随着新疆警察学院公安专业学生人才培养方案的修订以及学校办学规模的不断扩大，学校警察体育教学模式已经不能更好的满足新时代体育教育改革的要求。根据新疆警察学院警察体育教学实情和基层公安工作实际，现已探索性的提出“一校多品”的警察体育教学发展思路，推进实施多个运动项目的体育教学模式。在学生大一学年进行基础体能训练和障碍攀登训练，大二学年开展短兵和橄榄球项目，已初

步构建形成符合实战特色的“一校多品”体育训练项目格局，以此来培养学生熟练掌握多项运动技能，通过多个项目带动学校警察体育工作水平整体提高，也是培养应用型公安专门人才的现实需要。

1.2 目标不清晰，师资队伍薄弱

目前，新疆警察学院开展“一校多品”体育训练模式存在一些不足，主要表现在学生开展警察体育训练目标不明确，内在动力不足，在人才培养模式方面存在与实战目标脱节，训练不能紧密联系基层公安工作实际。在构建“一校多品”体育训练模式过程中，部分体育训练项目为新开设，受传统体育训练理念和模式的影响，师资队伍理论知识提升程度不够，学校体育教师的科研能力整体偏弱，缺少高水平、有影响力的学校体育科研创新团队，高级职称、教学名师、学科带头人和专业带头人较少，具有博士学位的教师比例低，青年教师教学经验不够丰富，教学把控能力不足，多以完成实践教学为主，学科前沿理论知识匮乏。

1.3 学生体育素质基础偏弱，缺乏训练积极性

通过学校体育课程考核和体质健康测试，发现学生的体质状况整体不够理想，多数学生处在良好和及格档上，主要表现在耐力素质较差，肺活量指数维持在较低水平，分析原因主要是有氧耐力训练较少。学校整体上学生对体育锻炼的重视程度不够，出现重主轻体现象，学生对体育课的偏爱

往往是出于个人兴趣,学生对体育锻炼的重要性缺乏足够认识,没有课下锻炼的习惯,这些都需要我们在警察体育教学过程中不断摸索和实践学校“一校多品”的体育模式。

2 开展“一校多品”体育训练模式的意义

警察体育是根据公安工作任务,通过科学合理的教学方法和训练手段,培养学生具备专项素质和技能的过程。新疆公安工作的实践特征和反恐维稳工作的严峻性,要求我们把增强公安院校学生体能综合素质作为警察体育教学工作的重要目标,这就要求我们对学生的体能素质有更高的要求,要坚持从高从严出发,努力练就克敌制胜硬功夫,锻造能打胜仗队伍,确保我们培养出来的新时代公安人才在思想政治、意志品质、身体素质三方面的绝对过硬。

“一校多品”体育教学模式在公安院校人才培养、科学研究、社会服务等方面有着不可替代的作用。通过科学的警察体育训练模式,不断增进学生的身心健康,掌握科学锻炼的基础知识、基本技能和有效方法,促进身体素质的全面发展,提高学生承受高负荷、大强度公安工作的能力。通过强化“一校多品”体育训练模式在公安实战中的应用,用各个项目的概念、技术技能形成、对抗比赛等规范学生,结合公安工作实际,不断向学生传递和灌输体育运动中的规则意识、团队精神、自我超越等正能量概念,培养学生勇敢顽强、吃苦耐劳、坚忍不拔的意志品质和良好的心理素质,挖掘学校体育工作在学生身心健康和健康生活方式中的育人功能,有计划、有制度、有保障地促进学院体育与德育、智育、美育有机融合,提高学生综合素质,为培育合格忠诚卫士输入必不可少的精神力量。

3 公安院校“一校多品”体育模式的构建路径

3.1 以目标为导向强化师资建设

一是加大师资队伍能力培养。“一校多品”体育模式的关键在于师资队伍。因此,我们应不断强化学校体育师资队伍能力培养,建设一支高素质,具有较强实践能力的公安院校体育教师队伍。以培训为关键点提升教师教学训练能力,搭建提升体育教师教学能力发展的培训交流平台,有计划地安排青年教师外出参加业务培训,向双师型方向发展,不断丰富学校体育教师的知识体系和教学训练实践能力。

二是强化教学研究。组建学校体育教学研究团队,定期组织开展集体备课、研讨课程设计,鼓励教师开展学术科研活动,创建良好的学术生态和激励机制,进一步提高业务

素质和科研能力,重点在公安院校“一校多品”体育教学方面开展理论和实践应用研究,用体育科研理论指导教学训练实践。建立教师“传帮带”制度,在教学、科研等方面实行以老带新的方法,加强教师队伍梯队建设。

三是推进课程思政建设。以提升课程思政教学效果为目标,建设一支高素质专业化的警察体育课程思政教师队伍,挖掘体育教学训练中蕴含的思政元素,在学校体育教学中注重培养学生坚定理想信念、厚植爱国主义情怀、培养奋斗精神,引导学生养成良好的体育锻炼习惯和终身体育意识,帮助学生在学校体育训练中享受乐趣、增强体质、健全人格、锤炼意志,为培养合格忠诚卫士打造良好的体能基础。

3.2 优化改革警察体育教学模式

一是明晰体育教学目标。在公安院校体育教学训练工作中,“一校多品”体育模式的构建要根据教育现代化和公安工作现代化的时代要求,把增强学员体能综合素质和促进学生健康作为学校教育工作的重要目标,优化体育课程设置,打造多个重点体育项目的教学模式。新疆警察学院公安专业学生第一学期警察体育课程主要以体能基础训练为主,包括跑、跳、投、垫上运动、力量训练、训练理论,为项目训练打下基础。后续的警察体育课程包括攀登、障碍、短兵、橄榄球项目,这些科目在新疆公安工作中应用广泛。体育训练过程结合运动解剖学、运动训练学、运动生理学理论知识,把专业理论指导和强化项目实践结合,即“理论+实践”的教学模式,将体能训练前沿理论与警察体育融合,掌握运动科学知识,培养学生快速、敏锐的观察力、判断力,为学生学习警务技战术项目奠定基础。

二是优化警察体育教学方法。公安院校“一校多品”体育模式的构建,注重从严从难从实际出发,根据学生身体素质、运动能力的差异进行分层次教学,采用讲解示范、集体练习、分组练习、小教员教学、个别指导方式,固定内容、熟练动作、有序提升、持续用力。要突出核心力量、专项耐力,熟练专项练习动作:走、跑、跳、投、背、翻、攀,以上体能基础能力是警察体育实战能力的基础,是制止和处置犯罪行为的身體保证。

3.3 丰富训练项目,推进职业体育教育

发展警察体育应根据警察的职业特点和工作需要,培养具有职业特色的体能、技能和心理素质,推进职业体育教育。在新疆警察学院学生体育课程项目教学中,第一学期进行基础体能训练、第二学期进行障碍攀登训练、第三学期开展短兵课程学习、第四学期进行橄榄球项目,三、四年级学

生开设多个运动项目的选修课程,有篮球、足球、武术、田径、乒乓球、羽毛球、健身操、排球、定向越野等,培养学生熟练掌握多项运动技能,逐步形成“一校多品”的体育教学模式。

3.4 完善课外体育活动与竞赛机制

一是坚持课外体育活动与学校体育教学有机结合。学校警察体育课程一般每周一次,在“一校多品”体育模式的构建过程中,课外体育活动环节是必不可少的。按照教育部关于开展“阳光体育”活动的要求,推进警察体育教学改革,构建课堂教学和课外活动为一体的学校体育教学体系,在开设警察体育课程以外,将课外体育活动纳入学院教学计划,把开展丰富多彩、形式多样的阳光体育运动作为日常教育和校园文化建设的重要组成部分,健全制度、完善机制、加强保障,不断增强学生的体育健身意识,激励学生自觉参加体育锻炼,形成生动活泼、生机勃勃的校园体育文化氛围。成立课外体育活动组织,发挥学校体育社团组织作用,根据场地设施安排形式多样、富有实效的体育运动项目,做到人人都有适合自己的体育项目,把课外体育锻炼作为学校体育教学的补充,定期通报学生体育活动情况,积极传播健康理念,发挥课外体育活动在培养学生体育兴趣爱好,习惯与能力方面的提升作用,形成良好的校园体育活动传统和特色。

二是以赛促练。健全体育竞赛与学校体育教学融合体系,不断加强对学生课余体育训练、竞赛活动的指导和支持,夯实课余体育训练的基础,形成“人人有项目、月月有赛事”的常态化体育竞赛机制,设置学生喜闻乐见、易于参与的警

体类、竞技性、健身性体育项目,营造全员运动的体育锻炼氛围。加强学校高水平体育项目建设,尤其以学校体育教学涉及的体育项目为重点,组建学校运动代表队,作为特色项目参加省级和全国比赛,以项目、比赛带动学生体能素质的整体提高,配套制定学员参加省级以上体育比赛获奖奖励办法,鼓励学员运动水平向更高层次迈进。

3.5 做好学生体质监测与评价,以测促练

建立《国家学生体质健康标准》管理制度,是“一校多品”体育模式构建的有力保障。根据国家学生体质健康测试工作,制定学校体质健康测试实施办法,将体质健康测试训练仪、体适能测试仪运用到学生体育训练、体质健康测试工作中,测试内容包括体成分分析、速度、耐力、力量、柔韧素质,以此建立学生训练数据库,形成体质健康报告,保障学生后续的警务技能课程学习、训练科学化,为“一校多品”体育模式的构建提供数据和理论参考。

4 结语

公安院校学生今后将长期从事公安工作,培养的公安预备人才要拥有“跑得快、追得上、打得赢”的身体素质,警察体育教学训练要满足学生的从警需要,这是今后同犯罪分子作斗争必备的基本能力,也是提升公安队伍素质和战斗力的有效途径。因此,通过“一校多品”的学校体育训练模式实践,促进学生体能素质全面发展,使公安院校警察体育训练更好的适应新时代公安工作需求。

文/李文瑶(新疆警察学院警体教研部,新疆乌鲁木齐 830000)

基金项目:2021年新疆警察学院科研基金项目“新疆警察学院警察体育训练实战化创新研究”阶段研究成果(2021JYSKYB11)

作者简介:李文瑶,男,山东临沂人,新疆警察学院警体教研部讲师,研究方向:警察体育训练。

参考文献:

- [1] 潘建芬.大单元教学设计初探—以体育课程为例[J].基础教育课程,2018,10(上):40-44.
- [2] 张宁.“一校一品”建设背景下校园体育特色文化发展研究[J].体育科技,2017,38(6):138-140.
- [3] 刘召富.推行学校体育“一校一品”工程的学理依据与实践方案研究[D].武汉:武汉体育学院,2016.
- [4] 赵焜,王晓芳.重塑“阳刚之气”:学校体育教育改革新探[J].体育学刊,2020,27(1):76-79.
- [5] 母毅刚.体育院校体能课程教学体系构建的研究[J].当代体育科技,2019,9(35):157-158.
- [6] 魏杰,陈旭栋.公安院校警察体能训练课创新研究—以甘肃警察职业学院为例[J].运动,2017(160):71-72.
- [7] 王立恒.警察学院“体能训练”课程教学改革与实践[J].法制博览,2017,10(上):245-246.