

广东省中小学生体质健康管理模式及其实效效果

许舒翔¹, 庄弼², 李斌³, 饶纪乐³

(1.广东省教育厅 体卫艺处, 广东 广州 510080; 2.广东省教育研究院, 广东 广州 510035;
3.广州体育学院, 广东 广州 510500)

摘 要: 界定了学生体质管理的概念, 分析了广东省中小学生体质健康管理的运行机制、模式及实施效果。研究表明: 广东省学生体质健康管理系统是由目标系统、管理系统、评价系统、反馈系统协调构成的管理体系和运行模式; 各地中小学通过探索和实践, 创新了不同特色的体育教学、课余体育活动、体育特色项目等管理模式来提高学生体质健康水平; 通过学生体质健康管理的探索和实践, 近 3 年中小学生体质健康水平呈逐年上升趋势。

关 键 词: 体育管理; 健康管理; 学生体质; 中小学生; 广东省

中图分类号: G80-05 文献标志码: A 文章编号: 1006-7116(2014)06-0038-06

Guangdong elementary and middle school student physical health management mode and its implementation effect

XU Shu-xiang¹, ZHUANG Bi², LI Bin³, RAO Ji-le³

(1.Department of Physical Education and Sanitation and Art, Department of Education of Guangdong Province, Guangzhou 510080, China; 2.Graduate School of Guangdong Province, Guangzhou 510035, China;
3.Guangzhou Sport University, Guangzhou 510050, China)

Abstract: The authors defined the concept of student physical health management, analyzed the running mechanism, mode and implement effect of Guangdong elementary and middle school student physical health management, and revealed the following findings: the Guangdong student physical health management system is a management system and running mode formed harmoniously by an objective system, a management system, an evaluation system and a feedback system; through exploration and practice, elementary and middle schools nationwide have created physical education teaching, extracurricular sports activity and featured sports event management modes with different features to enhance student physical health level; through the exploration and practice of student physical health management, elementary and middle student physical health level has shown a year-by-year increasing trend in recent three years.

Key words: sports management; health management; student fitness; elementary and middle schools; Guangdong

就学校体育而言, 广东省具有优良的学校体育传统和深厚的学校体育基础。广东是快乐体育的发源地, 是初中毕业升学体育考试的先行者^[1]。2007 年 5 月, 中共中央、国务院《关于加强青少年体育增强青少年体质的意见》(中发[2007]7 号)指出: “青少年作为祖国的未来和希望, 拥有健康的身心, 强健的体魄, 不仅是青少年自身具有的特点, 也是中华民族旺盛生命力

的一种体现。要全面实施《国家学生体质健康标准》, 把健康素质作为评价学生全面健康发展的重要指标。加快建立符合素质教育要求的考试评价制度, 发挥其对增强青少年体质的积极导向作用^[2]。在此背景下, 广东在加强青少年体育工作中, 以整体的观念和宽阔的视野部署和设计学校体育, 对中小学体质健康管理进行了新的探索和尝试, 经过近几年的实践, 学生体质

收稿日期: 2014-08-12

基金项目: 全国教育科学规划 2011 年教育部重点课题子课题 “提高学生体质健康水平管理模式的研究” (GLA102037)。

作者简介: 许舒翔(1965-), 男, 研究方向: 学校体育行政管理。

广东省学生体质健康管理系统是一个复杂的、多层面的管理体系,由目标、管理、测试及评价4个系统组成,这4大系统紧密联系、有机结合、协调联动,确保了对学生体质健康的全面掌握和有效管理。

2.1 目标系统

目标系统对广东省学生体质健康管理及其运行起到宏观指导作用,体现决策者的观念,影响到整个健康管理活动和资源的利用。其管理职能表现在:首先,广东省教育厅及各地市、县教育部门成立学生体质健康管理小组并制定工作实施办法,组织开展各地体质健康监测、管理、督导检查各项工作,省组织相关专家每年对各地工作进行培训和指导,保证数据上报的规范和科学;其次,建立健全各项规章制度,包括学生体质蓝皮书公告制度和学校体育安全保险制度;第三,针对各地区、学校学生体质健康发展的问题和做法以及学校体育工作专项督导的结果及时纠正相关政策和措施,从而建立长期有效监督机制。

2.2 管理系统

广东省学生体质健康管理系统是分层管理的模式,主要分为3个层次:

一是省一级的宏观管理。其功能主要是组织和协调相关部门,制定和提出学生体质健康监测的测试方案,对人、财、物等资源进行有效配置,利用学生体

质健康数据中心对各地、各学校学生的体质数据进行分类整理,每年定期通过学生体质蓝皮书公布全省和各地区学生体质健康的整体情况。一方面让各地区通过与同类地区以及全省的比较,了解本地区学生体质健康状况,为进一步改善提供依据;另一方面作为省教育厅了解学生体质健康的整体情况为政府制定政策提供依据,并作为开展合格性评估、示范性评选和先进性奖励的重要指标。

二是市、县、区的各级管理。主要是指各地教育部门,它们主要贯彻落实上级的各项政策等,制定本地区学生体质健康管理的有关政策、制度和要求,并给予业务指导和人、财、物等的支持,监督和配合不同学校完成测试任务,指导学生体质健康管理工作。

三是学校层面的管理。一方面学校建立由主管校长领导下的学校体育健康管理机构,相关支持部门包括校医务部门、学生工作部门、体育科组,以及家庭和社会共同组成的管理平台。另一方面结合学校实际制定学生体质健康监测计划及目标,并明确各职能部门的任务和权限。根据学生体质健康家庭报告书,为学生建立体质健康档案等,找出学生体质健康存在的不足和问题,开展不同形式和内容的体育课和课余体育,提高体育课和课余体育的质量和效果,从而促进学生体质健康水平提高(见图2)。

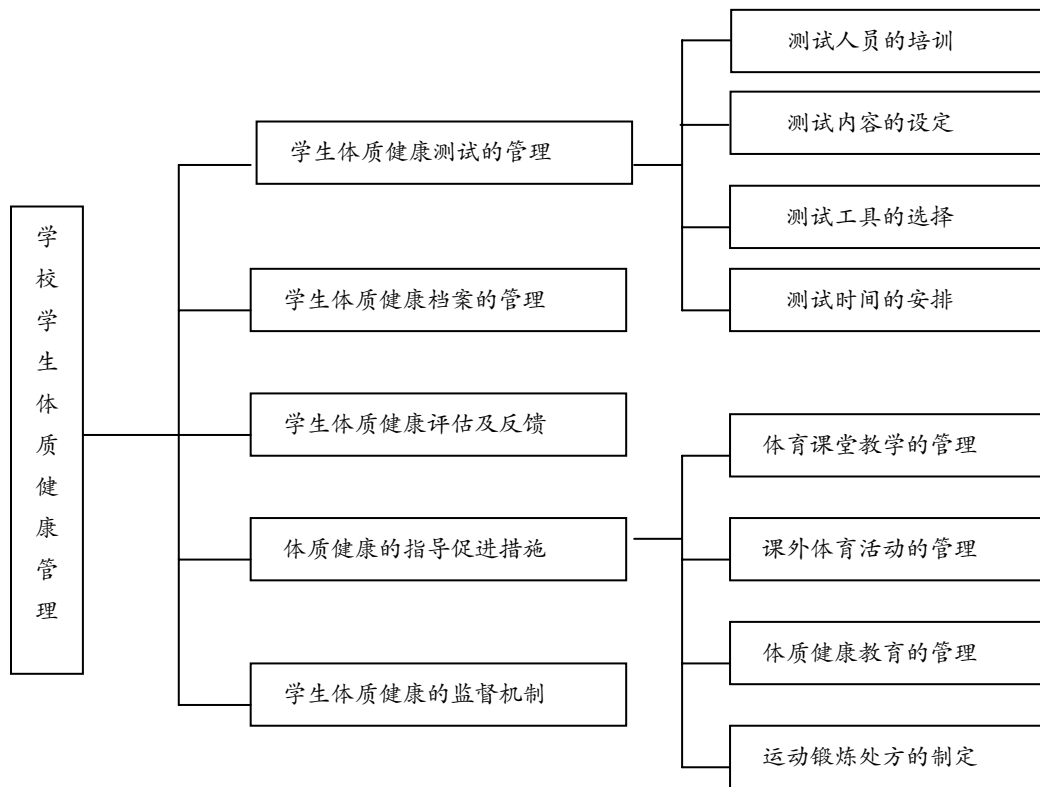


图2 学校学生体质健康管理体系及其运行模式示意图

2.3 测试及评价、反馈系统

学生体质测试的意义在于通过对学生进行综合体质评价,使增强学生体质的任务变得更加客观和实际,因此,学生的体质测试需要具有重要的信息反馈与调节功能。2007年,广东省成立了学生体质数据中心,建立了“学生体质健康网”,数据中心是广东省学生体质健康管理体的评价系统,其功能是对各地、各学校所上报的体质数据进行分析,并且通过体质蓝皮书将学生体质健康情况每年的分析结果向社会公布,并将学生的体质测试分析报告通过移动的“校讯通”通知学生家长,实现多方管理,上级领导、体育教师、家长可及时了解毕业生的体质健康信息,报告中拟定了学生需要锻炼的内容和处方,使学生体质健康监测质量的改进具有可持续发展的内在机制。

3 学生体质健康的有效管理模式

3.1 体育课堂管理

1) 集约式分散型管理模式。

集约式分散型管理模式:指的是集中控制与分散控制相结合的管理模式。采用集约式管理要求各学校将学生体质健康状况集中管理的同时,构建不同水平体质状况进行细化归类组成学习小组,通过老师的指导,制定相应的运动处方,让学生进行有效的学练,培养学生自我管理的能力,从而促进体质健康水平的提高。制订运动处方基本步骤流程:健康检查→体质测定→运动负荷试验→制定运动处方初步方案←→实施和修正方案←→运动效果评估。

2) 体能素质课课练管理模式。

体能素质课课练就是指在每节的体育课中,依据学习目标及内容,科学合理地安排有针对性的的身体练习。其干预模式主要是:(1)加强对学生(个人)体质健康标准成长跟踪及体能发展诊断卡的管理;(2)通过建立与加强学校体育卫生室学生常见病调查跟踪表的管理,建立科学合理的课课练手段;最后通过抓体能素质“课课练”的高效课堂来提高学生体质健康。

3) 高中选项教学管理模式的构建。

目前普通高中选项教学多数学生的实际运动负荷远远达不到要求,不同运动项目对学生体质健康水平的发展既有明显的优势,也存在一定的缺陷,特别是有氧耐力素质,由于项目的特点很容易被忽视,教学中所教授的技战术更多的是低层次、简单的重复。针对此问题,部分高中学校尝试了“套餐式管理”模式。所谓套餐式管理模式,是指在普通高中体育与健康选项教学过程中,针对不同运动项目的特点与实际教学情况,给不同的选项设定相应的教学套餐,以学

生主选项目为主要教学内容,并有针对性地合理搭配辅助项目,让学生体质健康水平得到均衡全面的发展,提高课堂教学质量,从而实现课程目标的一种教学管理模式。这种课的基本部分仍然以学生主选项目的教学为主,只是在每节课的准备部分、练习间隙时间、结束部分前或主教材中穿插,安排8~12 min的素质辅助练习内容,这些内容都是各项目忽视的内容。这种套餐式的管理既可以活跃课堂气氛,丰富教学方法与手段,又为学生体质健康水平的全面发展奠定基础。

广东省各地中小学通过创新体育教学的管理模式来提高学生体质健康水平的实践还有很多,如“主动发展”的体育教学管理模式;针对目前城区学校体育场地面积有限的提高小场地初中学生体能的模式等;与此同时,还开展模式创新的研究,如通过定向运动提高初中学生体质健康水平管理模式;多元发展的体育特色项目教学与管理对提高学生体质健康水平的研究;初中体育课以目标教学与体育素质管理的实验研究等。这些体育课堂教学的管理模式都采用了体质测定、制定运动处方、实施效果监测、完善运动处方的各个层次的管理,对提高学生体质健康水平发挥了作用。

3.2 课余体育活动的管理

1) 阳光体育俱乐部教学管理模式。

阳光体育俱乐部教学管理是学校体育教师组织俱乐部技术委员会,俱乐部采用以学生为主体的教学组织形式。教师由原来的主授者变为组织者和辅导者。教学的基本形式是教师集中辅导,学生分散练习。每周教师以体育课的形式辅导一次,并要求学生参加俱乐部辅导站的活动1~2次。俱乐部的活动时间绝大部分安排在下午,不占用正课时间,这样有利于集中安排俱乐部的各种活动。适当开设相关项目的教学比赛。教学比赛不仅能够让学生更主动锻炼,而且在比赛中能够激发学生对项目学习的兴趣。俱乐部教学注重完善成绩评定以及体质评价跟踪体系,及时对学生体育学习的成绩进行评价,对考核的数据及时汇总和整理,建立一套完整的学生个人体质数据。根据学生体质情况的变化,有针对性地变换俱乐部训练方式,以及强度。从而更有效、科学地提高学生体质健康。

2) 大课间体育活动管理模式。

大课间是学校促进学生体质健康较为成熟的一种管理模式,其运行和管理主要包括以下几个方面:

一是健全学校大课间的管理机构,学校成立以校长、教导主任、大队总辅导员、总务主任、体育教师、卫生老师、级长、班主任、骨干教师等人员组成大课间体育活动管理机构,规定大课间体育活动时间。由

体育科统一指挥年级指导小组协调安排各班的体育活动,班主任、体育老师、任课老师均有明确分工,建立领导小组督查制、班主任现场督促制、体育教师指导制、大课间体育活动评比等多种制度。医务指导小组负责学生参加大课间体育活动时的医务监测,负责发现和及时处理活动时出现身体不适的师生,安全管理小组负责制止和提醒违反活动安全规定的学生,使大课间体育活动安全、有序、有效进行。

二是按体质分组,提高练习效果。根据《国家学生体质健康标准》的数据,按照测试项目的最终评价把学生分成优秀、良好、及格、不及格,把不同学生按体质进行同类同项目分组。体育科管理小组针对各体质锻炼小组的存在问题安排相应的练习内容加以强化提高,全优学生则安排到不及格体质锻炼小组进行一帮一辅导。教师做好相应的跟踪观察,对锻炼态度认真,效果明显的学生及时对其进行练习小组的调整,或奖励学生提前参与兴趣小组活动。此外,要根据学校的场地设施、不同水平层次学生统筹规划活动场地。

三是师生参与、家校联手。提高学生体质健康水平,作为学校责任重大。为了让家长清楚掌握自己孩子的体质健康水平,学校通过“互教通”信息发布平台、班主任老师发信息或家长会直接交流等方式告知家长孩子的体质健康状况。请家长配合学校做好孩子的健康促进工作,对于出现超重、肥胖、过轻体重、营养不良等现象的家长要注意孩子的饮食均衡,适当进行体育锻炼;对于柔韧性、1分钟跳绳、肺活量、400m跑、立定跳远、投掷沙包等项目测试不及格的学生,建议家长要尽可能地根据学校的指引让孩子进行与之相关的练习。通过加强活动环节的紧密衔接和对各组各类学生采取动态、激励管理,形成重点发展学生体质,兼顾兴趣,先集体后分组,重点帮扶体育后进生的管理原则和模式。

还有学校的大课间体育管理在保持传统大课间内容的基础上,根据学生的身体发育特点,结合学校实际情况,从大课间运动项目、运动时间、运动强度以及运动频次等几个方面制定了大课间运动的干预方案,实施了场地划分与器材管理、建立了大课间的管理制度和安全措施。经过了长期的实践,提高了大课间体育活动的锻炼效果,培养了学生自主锻炼的习惯。

3) 体育特色(一校一品或一校多品)管理模式。

为了贯彻落实中央7号文件,提高学生体质健康水平,使学生有效的掌握两项运动技能,广东省教育厅在2009年发文要求:“小学1、2年级的4节体育课可采用2+1+1模式(其中2节常规体育课,1节学校体育传统项目或体育特色教学课,1节形体课);小学3

年级到初中3年级的3节体育课可采用2+1模式(其中2节常规体育课,1节传统体育项目或特色体育项目课);高中体育课的选项教学,以学校体育传统项目和特色项目教学为主,形成学校的体育特色,打造学校的体育品牌,积极引导和培养学生掌握1~2项终身体育的运动技能。”^[9]

各地根据自己学校实际条件,开展以一校一品或一校多品为抓手的特色体育项目管理模式,促进学生体质健康水平的提高。在一校多品的学校中,学生可以根据自己的兴趣选择2项运动项目进行锻炼,在一校一品的学校中学生必须参加学校特色项目的学习及锻炼,再选择其他兴趣项目的练习。在特色体育项目的管理模式中,学校必须做到三结合:以体育课程引领,编写校本教材按照教学计划,保证每周一节体育特色教学,并进行学习评价;在大课间体育活动学习及提高;通过多种多样的竞赛不断提高水平。几年的实践证明:一校一品或一校多品的管理模式有效的促进学生学习的积极性,有效的提高的学生的体质健康水平。

4 学生体质健康管理的实施效果

我省各地认真贯彻中央七号文件精神,各级教育部门积极探索和尝试不同形式的管理模式,组织开展中小学生每天一小时校园阳光体育活动,收到了比较明显的效果,自2010年以来,全省中小学生体质健康标准测试结果连续3年都在呈上升趋势。

小学生《国家学生体质健康标准》合格率逐年增加,合格率从2010年的96.36%上升到2012年的97.1%,整体呈上升趋势,特别是优秀率上升非常明显,从2010年的21.66%上升到2012年的24.21%,上升了2.55个百分点。随着健康观念的重视,学校日渐重视学生的身体健康,学生的身体素质逐步提高。

初中学生、高中学生《国家学生体质健康标准》合格率也稳步上升,全省初高中学生的《国家学生体质健康标准》合格率在2012年也分别达到了94.07%和93.57%,其中优秀率也分别从2010年的12.49%和11.17%上升到2012年的19.19%和13.17%。中小学生的《国家学生体质健康标准》优秀率的提升效果相当显著,2012年,在各级教育部门和学校的重视下,我省的中小学生体质健康工作取得喜人的成绩。^①

5 结论和建议

5.1 结论

1) 学生体质健康管理是指遵循学校体育教育的基本规律,以提高学生体质健康水平为目的,在监测学

生的生长发育与生理健康状况的基础上进行分析、评估,有针对性的采取健康干预措施或健康促进手段以达到增强体质健康的效果的综合活动。

2)广东省学生体质健康管理系统是一个复杂的、多层面的管理体系,为了能够实现管理的效果和目标,构建了由目标系统、管理系统、评价系统、反馈系统协调构成的广东省学生体质健康管理管理体系和运行模式,这四大系统紧密联系、有机结合、协调联动,确保了对学生体质健康的全面掌握和管理。

3)通过创新体育教学和课余体育活动的管理模式来提高学生体质健康水平的实践,主要包括集约分散式、“体能课课练”、高中套餐式、体育俱乐部、大课间活动及一校一品或一校多品等多种多样的管理模式,这些管理模式都应用了体质测定、制定运动处方、实施效果监测、完善运动处方的各个层次的管理,提高学生体质健康水平发挥了切实作用。

4)广东省通过学生体质健康管理的探索和实践结果表明,近3年中小学生体质健康水平呈逐年上升趋势,《国家学生体质健康标准》合格率逐年增加,优秀率的提升效果显著。

5.2 建议

1)2012年国务院办公厅转发教育部等部门关于进一步加强学校体育工作若干意见的通知进一步明确指出:要完善学生体质健康测试,各级教育部门和学校要深入分析学生体质健康测试结果,分类别公布学生体质健康测试总体结果,动态把握学生体质健康发展变化趋势,有效指导学校体育工作。根据此项要求应在现有学生体质健康测试数据库的基础上发展可以纵向追踪的个性化运动处方管理系统。进一步完善配套的管理制度、人才培养,提高家庭的健身意识,加大全民健身的投入与宣传力度,形成一个更具特色的体质健康科学管理体系,充分发挥体质健康测试优势,抑制学生体质健康水平不断下降的趋势,促进学生体质健康状况的提高。

2)提升学生的自我管理意识和水平。在现有管理系统的基础上加强学生的自我管理。除了包括检测、分析、评估、指导和干预外,提升学生体质健康管理系统的咨询和学习功能,能够让中小學生快速有效地掌握体质健康的有关知识,对自己的健康进行科学的管理。若借助于现代通信工具(手机、电脑等),还可以对自己的健康进行全天候实时管理。

注释:

① 广东教育学会体育卫生专业委员会《2012年广东省学生体质健康蓝皮书》。

参考文献:

- [1] 吴键,章柳云.“课改万里行”广东两地中小学体育课程改革调研报告[J]. 体育教学, 2010(10): 4-11.
- [2] 中共中央国务院. 关于加强青少年体育增强青少年体质的意见[EB/OL]. http://www.gov.cn/gongbao/content/2007/content_663655.htm.
- [3] 希尔. 管理学(中国版)[M]. 北京:机械工业出版社, 2009: 62.
- [4] 杜小安,朱斌. 大学生体质健康测试后续服务管理模式与运用[J]. 成都体育学院学报, 2010, 36(8): 91-94.
- [5] 韩启德. 2013中国医学人文评论[M]. 北京:北京大学医学出版社, 2013: 121.
- [6] 罗奇. 大学生体质健康管理的研究与应用[D]. 武汉:华中师范大学, 2011.
- [7] 陆秀云. 上海市青少年学生体质健康监测管理模式的探索性研究[D]. 上海:华东师范大学, 2011.
- [8] 庄弼. 中小学生体质健康管理及促进的研究[M]. 北京:人民教育出版社, 2011: 198.
- [9] 广东省教育厅. 关于《中共广东省委广东省人民政府关于加强青少年体育增强青少年体质的意见》的实施意见[Z]. 粤教体[2009]82号.