

“快乐体操”在儿童教育中的推广

文/黄玉国

摘要: 2015年12月,国家体育总局体操运动管理中心在北京召开新闻发布会,推广“快乐体操”运动项目。作为一名“体操人”,笔者认为,我们应抓住这一契机,开拓思路,与时俱进,通过“快乐体操”运动项目,改变竞技体操在儿童中过于重视成绩的教学方式,以快乐的方式让儿童接受体操,改变体操给人难以学习的印象,让体操融入大家的健身生活。

关键词: 快乐体操; 儿童教育; 推广

中图分类号: R193.3

文献标志码: A

文章编号: 2095-9214(2016)09-0296-01

DOI: 10.16550/j.cnki.2095-9214.2016.27.233

“快乐体操”是国家体育总局针对目前体操发展困境所进行的变革,通过降低难度、淡化竞技性、保持健身性等,来大力推进这一具有悠久历史的体育项目。相对于传统竞技体操,“快乐体操”是一个完全不同的概念,少儿通过参加快乐体操运动,在娱乐的同时提高身体柔韧性、协调性,增强体质。

一、快乐体操及对儿童的作用

所谓快乐体操就是在体操教学中针对不同的教学对象特点,教授生动、活泼、和谐的体操活动内容,让学生在体操活动中体验到参与、理解、掌握以及创新活动的乐趣,从而调动学习的热情和积极性,更加想学和不断练习,具有一定的艺术性内涵,让学生在充分体验体操活动乐趣。它是体育运动的基本内容,是增强人的体质和提高人的灵活性、协调性、空间平衡能力的一项运动,它不仅能使人的形体美,而且还能培养人的机制果断。

发展快乐体操的作用: 1. 促进儿童身体运动机能。儿童体操有很多富有趣味性的动作,采用游戏的形式,可以让孩子们参与其中,能增强儿童的体能,开发儿童智力,丰富儿童的生活。学习快乐体操,儿童需要熟悉各种节奏,了解掌握节奏的快慢、变化,培养把握动作速度的能力,此外,还可以发展儿童动作的协调性和节奏感,对儿童身体机能健康发展有着不可忽视的作用。2. 陶冶儿童性格和品德。快乐体操是儿童良好性格形成的重要工具,体操教学对儿童品德的形成有着十分重要的作用。

二、快乐体操发展现状

与其他欧美国家的体操人口以及体操俱乐部相比,我国的体操仍是专业化的竞技体操,面临多种问题。我国体操处于“后继无人”的尴尬处境,体操市场萎缩,竞技人才储备不足、学生体质下降等问题已成为普遍问题。

快乐体操的提出,让参与者更注重体验“快乐”、“趣味”,不同于传统竞技体操“艰苦”、“危险”。快乐体操能够让人参与其中,同时也能为体操后备人才提供有力保障。快乐体操已经蓬勃兴起,统一教练员标准、标准器材生产标准以及俱乐部推广模式也已形成规模,各类快乐体操俱乐部相继成立。据初步统计,快乐体操项目推广两年来,全国已有至少20家快乐体操俱乐部成立,并成功举办了两届全国快乐体操赛,以及一系列教练员与辅导员培训活动。在青岛就有这样一个以快乐体操、快乐健身为发展理念的体操俱乐部——青岛奥运体操运动俱乐部,它是由原山东省体操队退役运动员创办,山东省首家以快乐体操培训为主营项目的体操运动俱乐

部,除开展快乐体操培训外,也积极参与全国教师资格培训、参与全国比赛,承办了青岛市首届快乐体操比赛。

然而快乐体操发展尤其在儿童教育中推广仍有困难。究其原因有以下几点: 一竞技体操自身要求高,在不断超越自我的过程中,人们看到体操行业的残酷,认为“苦、累、难、危险”。二媒体报道让人们认为竞技体操并不适合大众参与。所以媒体报道无疑在大众心理产生了一种辛苦的体育锻炼的影响。

三、推广建议

1. 以俱乐部为主。快乐体操面向儿童,加快推进快乐体操进入幼儿园、小学等学校。以俱乐部的形式推广快乐体操,能有利的将国家和社会资源结合,共同推广快乐体操。但是俱乐部主要集中在一些大众城市,单一的俱乐部无法满足大众化的需求。快乐体操的推广也会遇到相应的问题,器材的购置以及师资问题都需要体育主管部门和教育主管部门多协调沟通。教练员的资质通过教练员培训班。

2. 分层次教学。根据学院的身体素质和运动能力,将学生氛围不同层次的小组,对于不同层次的学员提出不同的学习目标,这样有利于调动学员的学习积极性,使得每个学员都快乐学习提出。尝试情景创设的课堂教学模式,让学生在模仿中创造,体验运动的乐趣小学生具有很强的模仿能力,他们想象力丰富,形象思维占主导地位。在教学中,教练员应遵循儿童认知和情感变化的规律,进行生动活泼和富有教育意义的教学,以迎合小学生的心理需求和学习的需要。因此,教师要精心设计课堂教学内容,科学地运用教学方法及教学手段,使课堂教学成为学生学习的乐园。

3. 课程营造快乐氛围。游戏是儿童的天性、权利,是他们身心发展的客观要求,是他们十分喜欢的活动内容和形式。因此,教师设计的教学内容不要定位太高,难度太大,要游戏化、儿童化、趣味性强,要采用丰富多彩的游戏活动,以激发学生的兴趣,让学生在教学内容中获得乐趣。

(作者单位: 山东体操管理中心)

参考文献:

[1] 蒋琴芳. 快乐体操轻舞飞扬——儿童体操特色课程的建设与实践[J]. 辅导员(教学版), 2011(11): 120-120.

[2] 中国女子体操腾飞待来年[EB/OL]. <http://news.163.com/14/1010/05/A862RIFK00014AED.html>