

从生存教育的视角看中小学游泳课程的必修化^①

杨昌美¹ 杨昌能²

(1. 贵州师范学院体育学院 贵州贵阳 550018; 2. 贵州大学体育学院 贵州贵阳 550025)

摘要:游泳既一项技能,也是一项运动,掌握游泳技能,既可以提高学生的生存能力,防止溺水事故的发生,也可以促进学生的身心健康发展,为了保障学生的安全,提高学生的生存能力,有必要在中小学体育教育中开设游泳课程。在我国游泳并没有成为学校体育教育的必修内容,也没有得到很好的开展,为了促进中小学游泳课程的必修化,该文将运用文献资料法、分析法,从生存教育的视角,对开展游泳课程的目的、游泳课程的开展现状分析,促进游泳课程必修化的对策三个方面来进行研究。

关键词:生存教育 中小学 游泳 必修化

中图分类号:G807.3

文献标识码:A

文章编号:2095-2813(2015)10(a)-0141-02

生存教育是指通过开展一系列与生命保护和社会生存有关的教育活动和社会实践活动,向受教育者系统传授生存的知识和经验,有目的、有计划地培养学生的生存意识、生存能力和生存态度,树立科学的生存价值观,从而促进个性自由全面发展,实现人与自然的和谐统一的过程^[1]。生存教育关系到学生的生命安全、生存能力和社会适应能力,是一项重要的教育。生存教育的内容主要是有关生存的知识、经验和技能。游泳作为在水上靠自身漂浮,借自身肢体和躯体的动作在水中运动前进的技能,掌握游泳技能,不但能够强健学生的身体,也能够提高学生的水上生存和救护能力,防止溺水事故的发生,因此从生存教育的视角出发,将游泳运动作为体育教学的必修内容是我们课程改革中必须要重视的一项课题。

1 开展游泳课程的目的

据中国卫生部发布的数据显示,中国每年约有57000人溺水死亡,相当于每天150人。溺水已成为我国中小学生意外死亡的头号杀手。伴随着近年来溺水事故的频繁发生,也引起了教育部门对于生存与安全教育的重视,并采取了一些措施。如2015年5月教育部办公厅发布了“关于预防学生溺水事故切实做好学生安全工作的通知”,要求各省、自治区、直辖市教育厅(教委),新疆生产建设兵团教育局,部属各高等学校要做好加强预防溺水安全教育。^[2]同月中国安全网在网上开展了以“珍爱生命、预防溺水”为主题的全国中小学生预防溺水专题教育^[3]2015年8月教育部为了预防中小学生溺水事故的发生,还特别编写了中小学生预防溺水童谣。^[4]然而紧紧依靠加强安全教育的宣传和监督管理是不够的,要想从本质上防止中小学生溺水事故的发生,还必须要加强对学生游泳技能的培养,只有学生掌握了游泳技能和救护的方法,才能有效地防止事故的发生。

游泳作为一项运动,其游泳姿势分为蛙泳、蝶泳和仰泳、自游泳,游泳具有改善心血管系统;提高肺活量,加强皮肤血液循环;增强抵抗力;减肥;健美形体;增强对温度的适应力等作用。在中小学开展游泳课程的目的是为了让让学生掌握游泳的技能,提高学生的生存能力,并让学生掌握水中救护的方法,防止溺水事故的发生,保障学生的生命安全。

2 游泳课程的开展现状分析

一些发达国家如美国、德国、意大利、澳大利亚、日本等,都非常重视青少年儿童游泳运动的普及和提高,都把游泳作为提高学生生存技能的一种教育活动纳入中小学体育的必修课程,进行正规化教学与训练。^[5]然而在我国游泳运动在中小学没有得到很好的开展与普及,受地域、气候、经济的影响,目前我国开设游泳课程的地区和学校也主要集中在杭州、南京、厦门、广州地区,其余大部分地区的中小学校没有开设游泳课程,究其内部原因而言,主要是对于“生存教育”的不够重视和未把游泳纳入中小学体育必修课程所

致。就外部原因而言,是因为游泳场地设施不健全、师资力量不足等所导致的。

当前在我国中小学生学习游泳知识和技能获得的途径包括学校学习、校外培训以及家长教育。然而从学校获得游泳知识与技能的学生只是一小部分,而且学校的教学也不够系统和全面。因此大部分学生要想获得游泳的相关知识和技能还是以自费形式参加校外培训,而校外学习游泳的费用相对较高,大约一小时在100~200元钱左右,对于家庭经济条件不好的学生,以及农村学生和留守儿童来说是很大的问题,这也在很大程度上影响了学生对于游泳知识与技能学习。

3 促进游泳课程必修化的对策

为了保障游泳课程的开展与实施,需要国家、政府、社会、学校、家长的支持与配合。

首先,从国家层面来说,需要国家教育部做出政策上的规定和要求。如在新一轮的课程改革中把“游泳”课程纳入中小学体育与健康课程的必修内容,利用网络信息平台,通过媒体等大力宣传和加强水上安全教育,督促各级各类学校和家长做好监督与教育工作;设立专项经费,用于学校游泳场馆的修建;以点一线一面的形式逐步推动游泳运动在全国中小学的开展与普及。

其次,从政府方面而言,需要政府向学校提供资金、教学指导与教师培训支持。如给学校提供场馆修建和教材经费的支持;地方体育局游泳管理中心给予学校提供教学指导和教师培训,对于有条件的地区还可以提供场馆支持。就社会而言,需用社会团体和专业人员提供资金、技术和场地的支持与帮助。

再次:就学校而言,需要在国家和政府的支持下,修建游泳场所,加强专业师资的引进与培训,同时为了保证游泳课程的实施,各学校还要特别注意游泳课程的设置。如为了使中小学游泳课程得以更加合理有效开展,内容的设置建议从技能和理论两方面来进行,技能方面可以按照“亲近水、玩水,初步学习游泳;掌握游泳方法与技能;以及选择适合自己的游泳方法”来进行。理论可以从“与水有关的基本知识;安全教育;防溺水的知识和如何救护等方面来进行。具体如下:

(1)技能学习的目标与内容。

1~2低年级:目的是培养孩子们对于水的亲近感,会在水里玩耍、移动、潜水,掌握玩水的心得和水中呼吸,并懂得注意安全,在这个水平中可以叫“玩水课”。

3~4中年级:要让学生在学会玩水的基础上,能够进行俯卧、仰卧等全身放松的浮游,并能够借助辅助工具进行打腿、划水的动作,学会初步游泳。学习方法可使用安全海绵垫之类的辅助工具,同时可采用“互助”式的学习方法让学生进行练习。这个阶段可以称为“浮、游运动”。

5~6年级:作为小学高年级,应该从5~6年级开始系统教授学

^①作者简介:杨昌美(1985—),女,贵州贵阳人,助教,硕士,研究方向体育教育学。

生游泳的方法,如自由泳和蛙泳两种游泳方法,并要求学生在掌握游泳技术的基础上,游泳距离能达到20~25 m。从这个阶段起称为“游泳课”。

初中1~2年级:初中1~2年级要在小学5~6年级学习自由泳和蛙泳的基础上,学习仰泳和蝶泳。

初中3年级~高中,要求学生能够运用所学的各种游泳方法游泳,并能进行游泳接力,提高游泳的速度和增加游泳的距离。要求自由游泳和蛙泳的目标距离为50~200 m,仰泳和蝶泳为20~50 m,接力为100~200 m(每队)。

(2)理论学习。

理论知识的学习是游泳教育中一个必不可少的内容,主要包括如下几个方面。

第一,了解水的基本知识。如水的物理作用,水的生理作用。

第二,游泳的安全教育和安全对策。如判断天气,让学生明白在暴风雨等恶劣天气下不能进行游泳运动。同时让学生明确游泳前的注意事项,并加以指导。

第三,强调准备活动、入水时间和休息时的注意事项,加强入水动作的指导。

第四,处理着装落水的情况。现实中溺水事故多数是穿日常服装在湖泊、河流环境下身发生的,为了防范于未然,有必要让学生在泳池中体验穿日常服装进行游泳,并让他们学会处理事故的办法。

第五,加强救护知识教育。游泳救护的方法一般包括救溺水者的方法和恢复呼吸的方法(人工呼吸和心脏按摩等),向学生教授如何自救和如何实施救人的方法是游泳课程中一项重要的内容。

4 结语

在生存教育的要求下,为了提高学生的生存能力,防止溺水事

故的发生,有必要让学生掌握游泳有关的知识和技能。在体育课程改革的背景下,为了促进学生的身心健康发展,有必要将游泳纳入中小学体育的必修课程。为了保障中小学游泳课程有效的开展游泳课程的发展与普及需要国家、政府、社会、学校、家长的重视与支持。

参考文献

- [1] 生存教育[EB/OL].<http://baike.haosou.com/doc/7856895-8130990.html>, 2015-05-04.
- [2] 教育部办公厅关于预防学生溺水事故切实做好学生安全工作的通知[EB/OL]. <http://www.safetree.com.cn/News/Content.aspx?contentsid=17961&s=3>, 2015-05-04.
- [3] “关爱生命”——水上安全知识教育[EB/OL].<http://special.safetree.com.cn/static/201507WaterSafety.aspx>, 2015-05-09.
- [4] 教育部编写中小学生预防溺水童谣[EB/OL].<http://www.safetree.com.cn/News/Content.aspx?contentsid=18502&s=2>, 2015-08-04.
- [5] 广州市政协科教文卫体委员会.让广州的孩子都会游泳[J].游泳, 2001(1): 21-23.

(上接 140 页)

中能够通过观察对手,是自己的意识具有能动性,以实现其目的性。

网球战术的熟练不是一朝一夕能完成的,应该使其学生形成习惯,持之以恒的进行基本训练,并且对各项战术进行分析培养战术意识。

2.2 加强网球运动员应对战术能力的培养

在运动员对网球战术熟练的掌握之后,在比赛中进行合理的运用才是关键,这就应该加强运动员应对战术能力的培养,这一深刻的影响着运动员网球意识的加强。对此,一方面,在教学中,教练首先应该针对学生所把我的战术不同的熟练程度进行专项的训练,有其强项的培养;另一方面,对于团体的应对战术能力在教学中应该加以重视,因为比赛存在互动性,所以在网球教学中不容忽视。在基本的训练中,应该为学生创造相应的比赛环境,这样才能对学生的训练有其刺激性,对对手的战术的改变培养相应的应对能力。应对战术能力的培养会使运动战术意识在比赛中淋漓尽致的得以发挥。

对网球战术的熟练掌握和应对战术的培养,不仅可以使学生的体能素质和技能训练得到全面提高,从而也会培养运动员的思维能力,进而其网球意识得到充分的加强。所以,在高效的网球教学中,学生网球意识的培养离不开最基本的体能训练和战术训练。

3 结语

综上所述,高校网球教学中的意识培养对学生的发展有重要的作用,应该引起各大高校的重视,网球在高校中已经不再是一项简单的体育课,对学生来讲可能是自己的事业,所以,网球教学的理念也应该与时俱进,不断的创新。该文主要是对学生的网球意识

和互动意识两个不同的方面进行研究。互动意识的培养有利于学生能够更好的接受网球教学,在学习的过程中身心能够得到全面的发展,并能够增强自己的创新能力;而对学生网球意识的培养能够使专项网球训练的学生对网球技术、理论进行全面的了解,使学生注重自己思维能力的培养和网球基本训练的把握。该课题的研究是在对网球一些基本理论和网球教学的相关知识的了解基础上,进行深入分析和探究,如有不足之处,请予以谅解,给予批评指正。

参考文献

- [1] 李华,温丽丽.论高校网球课的思想道德教育功能[J].佳木斯教育学院学报, 2010(5): 164.
- [2] 王元华.浙江省部分高校网球课程资源现状调查与分析[J].湖北师范学院学报:自然科学版, 2010(3): 54-56.
- [3] 季敦山.对我国高校网球课开设情况的研究[J].吉林体育学院学报, 2010(2): 118-119.