

农村初中社会实践活动与户外体育活动的深度融合策略

□ 平江县启明中学 陈国根 李 利

新课程标准明确要求，学生要开展社区实践活动，认识社区，养成奉献社区的意识。在社区活动过程中，学生从“以知识与技能为本”向“以发展为本”转变，形成正确的世界观、人生观、价值观。

一、农村初中社会实践活动与户外体育活动深度融合的可能性

受各种因素影响，当今农村中学生的实践能力和社会适应能力较差，吃苦耐劳和抗挫能力较弱。学生仅仅在宽敞舒适的教室里掌握书本知识是不够的，必须走出校园，步入社会，深入生活。

户外体育活动是进行社会实践活动的常见形式，是在自然场地举行的集体项目，以感受自然、认识自然、健身、娱乐生活为目的的活动，包括行军越野、登山滑雪、攀岩探洞、钓鱼溯溪、地质考察等。目前，户外体育活动已被许多发达国家作为学校教育和社会教育的内容，并将其纳入课程。我国很早就有踏青、郊游、春游、秋游等户外活动，但受认识水平、余暇时间、经济条件等限制，无论是社会公众还是学校组织的户外活动，在物质条件、科学指导、组织管理、普及程度等方面均存在不足。

二、农村初中社会实践活动与户外体育活动深度融合现状

笔者搜集了有关学校体育与户外活动的文献资料，访谈调查了平江县多位教体工作者和户外活动组织者，并对多次组织户外体育活动的平江县启明中学、三阳中学、浊水中学、清水中学、思源实验学校等乡镇中学，共16个初中教学班的

在籍学生进行问卷调查和抽样座谈，共发放了1000份问卷调查表，调查对象均为七年级、八年级、九年级的农村在籍初中生，回收有效调查问卷共980份，其中男生493人，女生487人。笔者对所得资料进行数理统计与综合整理，得出如下研究结果：

1. 户外体育活动适应农村初中生身心需求，深受欢迎

户外体育活动形式灵活多样，满足人们“回归自然”的要求，较好地满足了广大初中生生理、心理需要，是深受广大初中生喜爱的体育活动。初中生对户外体育活动的态度的调查结果见下表。被调查的五所农村初中学校反映，他们只在七、八年级组织户外体育活动。适合农村初中开展户外体育活动的场地少，组织起来麻烦又不安全，可能会耽误学习，家长的不赞成、学校安全的主管老师的不支持等都成为了阻碍户外体育活动开展的重要因素。

性别	人数(人)	非常喜欢	比较喜欢	比较喜欢	不喜欢
男	493	156	283	54	0
女	487	122	292	62	11
合计	980	278	575	116	11

2. 户外体育活动全面提高学生体质，增强适应性

调查结果表明，88%的学生相信定期参与户外活动能够增强对外界环境的适应能力；绝大部分初中生都认为户外体育活动能全面提高身体素质，促进身心健康发展。户外运动大多包括长距

离徒步、负重行进、翻山越岭等，这不仅能够增强运动器官机能，还能培养学生的反应速度、能力耐心、敏捷度、柔韧力等，促使心肺机能良性发育。如果能在运动当中再穿插些轻松的比赛活动，则更能激发学生的参与热情。

3. 户外体育活动促进学生发展智力，开阔视野，增长知识

调查显示，85%的学生认为户外体育活动能促进智力发展。经常进行户外体育锻炼可以提高大脑的工作能力，使学生头脑清醒、充满活力，提高智力活动质量。户外的体育项目还能激发其能动性，在人和自然的互动中学会克服外力作用，提升视觉、听力、动觉、注意力、记忆力、思维力，对高度、远度、准确性等维度更加敏感。

结果还显示，98%的学生认为户外体育活动能开阔视野，增长知识。在户外体育教学活动中，学生们在教师的指导下，能够寻找各类收藏物和动植物标本，认识各种各样的生物与奇妙有趣的自然现象，并巩固在课堂上掌握的基础知识，丰富学校的实验室。此外，中小学生在课外活动中还能欣赏各地名胜，了解当地的地理位置、地形地貌、风土人情及悠久历史，在生活实践中扩大知识面，从而提高文化素养。

4. 户外体育活动培养学生的爱国意识，形成正确的人生观和世界观

中国幅员辽阔，山川壮美，文化源远流长，人文古迹和名胜比比皆是，学生从户外运动中可以全面认识中国辉煌灿烂的历史文明，并由此获得精神启迪，养成爱家乡、爱民族的思想感情。调查结果表明，68%的学生觉得户外体育活动对于了解中华民族历史和培育爱国思想有较大的帮助。户外运动往往会遇到意想不到的障碍和风险，有利于培养学生不怕艰苦、英勇坚韧的意志。当被问到“参加登山比赛、山地野炊等

活动对意志有何影响？”时，96.8%的学生认为“锻炼了自己的意志毅力”。

5. 户外体育活动培养学生的独立生活能力，凝聚团队精神

在“参加野营、野炊的活动中，你认为最大的收获是什么？”的选答中，有68%的学生认为“增强了自主生存的能力意识”。进行户外野炊时，学生一般会预备好食物、灶具等，并独立生火、煮饭、搭建帐篷、认读地图和判断方向等。在发生伤病状况时，还须了解应对常见意外的方法。通过亲身实践劳动，他们提高了自主生存意识和实践动手能力，锻炼了群体能力和团队精神，不仅能够释放学业、家庭方面的压力，而且能在团结的氛围中提升自我。

三、结论与建议

户外体育活动是学校体育工作中不可缺少的部分，能促进学生的德、智、体、美、劳全面发展，有利于推动全民健身计划，不仅有教育价值，而且有终身意义。首先，各学校需加强户外体育活动的教育研究工作，尽快在体育教材中系统编入户外体育活动内容，供教师参考使用。其次，学校应把开展户外体育活动纳入教学计划，利用双休日和节假日开展爬山、野营、野炊、越野等活动，丰富校园活动形式与内容。第三，学校应把学生的安全问题放在首位，因地制宜地制定户外体育活动计划，严防事故发生。第四，学校要对组织户外体育活动的工作人员进行培训，修建户外体育活动基地，为户外体育活动的健康发展提供经验丰富的组织者和良好的组织环境。

