

·高校体育·

深化普通高校体育改革若干问题的思考

刘志敏

(鞍山师范学院 体育部, 辽宁 鞍山 114005)

摘 要:传统的体育课程将改为“体育与健康”课程,构建“体育与健康”课程,要解决一些理论与实践问题。培养对体育的兴趣,发展学生个性,奠定学生终身体育基础,已成为我国高校体育的任务之一。“全民健身计划纲要”的实施,对高校体育深化改革和发展提出了更高的要求。

关 键 词:高校体育改革;体育与健康;终身体育;全民健身计划

中图分类号:G80 **文献标识码:**A **文章编号:**1006-7116(2001)06-0075-03

Deliberating about peritoneal theory of bleeping P. E reform in general colleges

LIU Zhi-min

(Division of Physical Education, Anshan Teachers College, Anshan 114005, China)

Abstract: The traditional PE course will be transform to “PE and health” course. To wet up “PE and health” course, some problems of theory and practices should be resolved. Cultivating students’ interests in PE and developing their personalities have become one of the tasks of college PE. The implement of whole nation’s outline of health plan, has proposed advanced requirements to the reform and development of PE class in colleges and universities.

Key words: PE reform of colleges and universities; PE and health; all-life PE; health plan of whole nation

高校体育改革中存在种种问题。本文着重探讨了“体育与健康”和高校体育改革、终身体育与高校体育改革、“全民健身计划纲要”与高校体育改革3个问题。

1 “体育与健康”课程和高校体育改革

1.1 “体育与健康”课程的背景和健康的涵义

人类社会物质文化水平的提高使许多疾病得到根治,健康状况大为改善。但现代生产和生活方式造成体力活动减少和心理压力增大,对人类健康的威胁日益严重,人类比以往任何时候都更加关注自己的健康状况和生活质量。体育与健康教育是增进国民健康的重要途径,因此,世界各国都高度重视体育与健康教育的课程改革。

1948年世界卫生组织(World Health Organization WHO),在宪章中指出:“健康不仅是免于疾病和虚弱,而且是保持身体上、精神上和社会适应方面的完善状态”。1989年,WHO又进一步深化了健康的概念,认为健康包括身体健康、心理健康、社会适应良好和道德健康,从而把人们对健康的认识提高到一个崭新的水平。目前,世界各国学者公认它

是一个全面的、明确的、广泛适用的、科学的健康概念。

1978年9月国际初级卫生保健大会发表的《阿拉木图宣言》中强调指出:“健康是基本人权,达到尽可能高的健康水平,是世界范围内一项最重要的社会性指标”,要求人们重视健康的价值,树立“人人健康,健康为人人”的正确观念。

1.2 高校体育课程建设的成就与问题

高校体育课程对改善学生的体质和健康状况发挥了重要的作用,“国家体育锻炼标准”的实施促进了学生身体素质的提高,增强学生体质已成为教育界的共识。高校体育教学理论研究取得了长足的进步,体育教学改革实践积累了丰富的经验,特别是体育俱乐部式教学模式收到了较好的效果,它必将成为面向21世纪我国高校最具有生命力的体育教学模式。高校逐步建立了一套较为完善的、规范的体育课程管理、评价体系,教材的质量不断提高。

但高校体育仍存在许多问题:体育教育观念还相对滞后,场地设备还不完善,跟不上高校发展的需要;体育教学过程中多年来过分强调教师中心地位,过分强调运动技术和知识的系统化;教学评价过分注重运动成绩,过分强调运动技

收稿日期:2001-06-25

基金项目:辽宁省教育科学“十五”规划立项课题,编号高教108-2项。

作者简介:刘志敏(1950-),男,辽宁鞍山人,副教授,研究方向:体育理论与学校体育。

能的评价,而对质性的评价(定性评价)重视不够;过分强调绝对评价,而对评价学生的个体差异和进步幅度重视不够,对过程评价重视不够,对相对评价重视不够;过分强调教师的评价,而对学生自我评价与学生的相互评价重视不够。

1.3 “体育与健康”课程体系和基本思路

建国初期我们学习苏联经验,把掌握技术置于体育课程的中心地位。1979年扬州会议后,我们提出“学校体育以增强体质为主”,实现了体育课程改革的一个历史性的跨越。但是,不论是“技术为中心”还是“增强体质为主”,均没有从根本上摆脱学科中心论的影响。

为了落实素质教育与健康第一的指导思想,体育课程改革的思路之一是:改变“以增强体质为主”的传统观念,破除单纯的生物观,树立全面身心素质协调发展的新观念。思路之二是:改变“三基”教育的传统目标,破除以竞技体育为主线的分类体系,树立以终身体育为主、多种体育形式并存的改革新观念。

“体育与健康”课程的基本结构(见图1):①体育课程,完成国家颁布的高校体育教学指导纲要的要求;②课外体育锻炼与俱乐部,是体育教学课的补充和提高,培养兴趣、满足身心、提高运动技术水平;③生态体育,是校园体育的延伸和发展,以感受大自然、陶冶身心、磨练意志。

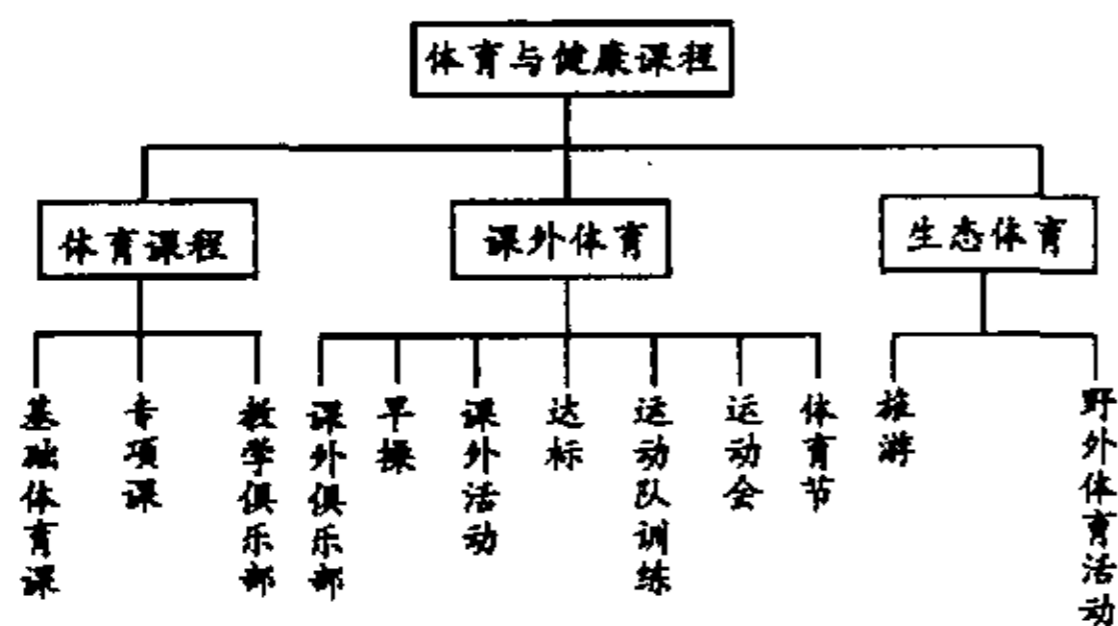


图1 体育与健康课程基本结构

2 终身体育与高校体育改革

2.1 正确认识终身体育给高校体育改革的影响

终身体育思想对高校体育改革有着重要的指导意义。多年来高校体育改革,在课的结构、教材内容、教学形式和教学方法上都取得了较大的发展。在市场经济条件下,运用终身体育思想培养学生竞争意识,是高校体育的重点。它不仅是科学技术水平、经济领域内的竞争,更是劳动者体质和意志的较量。因此,在高校体育改革中,应充分利用体育本身竞争因素,提高学生竞争意识、能力,培养适应市场竞争的人才。

2.2 大学是学生奠定终身体育基础的重要阶段

现实生活中,很多接受过正规高等体育教育的知识分子,体育观念甚为淡薄,极少参加体育锻炼。这在很大程度上反应了我国高校体育教育缺乏对学生终身体育思想的教育和培养。我们认为高校体育是个具有多功能的系统工程,进行体育教育不仅是增强体质需要,更重要的是教会学生如

何健康地生活,这也是体育的社会价值所在。生活中许多人把参加体育锻炼、观赏体育比赛作为文化生活的重要内容之一,以此为生活乐趣,从中获得精神上满足和享受。同时把体育锻炼作为消除工作和学习所带来的紧张、疲劳等方面影响的积极手段。有鉴于此,随着终身体育指导思想的逐步确立,学校体育的发展目标就应立足于长期效益的探索 and 追求,充分利用学生在高校学习、接受体育教育的有利时机,奠定学生终身体育的基础,帮助学生形成自学、自练、自控的能力,培养体育锻炼的兴趣和习惯。转变态度、更新观念,使学生不仅限定在学校阶段里,而且步入社会后的任何阶段、任何情况下都能自觉独立地进行体育锻炼,变成一个真正的终身体育者,造就良好健康的体魄,为祖国现代化建设服务。

2.3 以终身体育为指导建立高校体育新的教学模式

体育教学的改革是整个高校体育改革的中心环节,也是改革的重点和难点。要形成具有中国特色的面向21世纪社会主义学校体育的基本框架,就必须树立新型的师生关系,“身、心、群”三维评价的现代体育教学观。以终身体育为指导思想,在继承传统体育教学思想和实践的基础上,建立一个既能增强学生体质,又能使学生养成自学、自练、终身锻炼习惯的新型高质的高校体育教学模式。

以终身体育为指导思想的新的体育教学模式的培养目标应该是:通过高校体育教育增强学生体质;掌握体育与卫生保健的基本知识、技术、技能,促进学生身心全面发展;培养学生自学、自练的良好习惯和能力,促进个性发展,为终身体育打下坚实的基础;养成竞争、进取、健康文明的生活方式,为社会主义建设服务。

我国高校体育教学,由以运动技术为中心向以增强体质为中心的思想转变已有多年,但实际的教学中,还是以技术为主,其原因是多方面,主要原因是我们教学仍是以技术为中心的旧的课程体系。建立以终身体育为指导思想的新的学校体育教学模式,在体育教学的组织形式上废弃传统的单一普通体育课的类型,建立诸如基础课、俱乐部选项课、专项课、选修课和保健课等多种类型的体育课,积极有效地把学生引导到体育学习中来,激发学生体育兴趣,满足其从事体育锻炼的欲望,使学生从体育学习和锻炼中体验乐趣。

2.4 按终身体育要求不断充实课外体育活动内容

当代大学生在获得知识的同时也努力地追求余暇生活的丰富多彩,尤其对能促进身心健康发展,使人获得精神和物质满足的体育娱乐活动有较大的兴趣和参与热情。为了增强和培养大学生的终身体育意识,就必须充分利用课外余暇时间,不断充实课外体育活动内容,把学生吸引到体育锻炼中来。如开展以小集团活动为主的锻炼形式,积极倡导多种类的适合未来社会和个体自主锻炼需要的运动内容,并配合体育知识讲座、体育知识竞赛、体育摄影、体育征文和小型多样的体育竞赛,吸引更多的学生投入到体育活动中来,并在体育实践中增强体育意识,提高体育素养,使体育逐步成为他们生活中不可缺少的一部分,从而自觉、积极、主动地参加体育锻炼,为步入社会后自我锻炼奠定良好的基础。据1996年《辽宁省高校体育工作现状调查》表明,2505名大学

生中有60.3%的人喜欢按个人兴趣、时间去安排集体锻炼,有31.02%的人喜欢几个同学一起自由组织体育锻炼。绝大多数人都认为“有组织与自由活动相结合”的形式是高校课外体育活动的最好形式。

3 全民健身计划的实施与高校体育改革

3.1 全民健身计划的实施对高校体育改革的指导意义

“全民健身计划”中明确提出:“到本世纪末,初步建立与社会主义市场经济体制相适应,生活化、普遍化、社会化、科学化、产业化的全民健身体系。”因此,高校体育改革必须向生活化、社会化方向发展,以适应全民健身的要求。以往的高校体育都是国家投资为学生创造体育活动的条件,现在我国的经济体制发生了变化,体现在高校就是不再什么都由国家包起来,而是由国家投资与自己投资相结合,学校继续增加体育场地设施等方面的投资,学生则要自己掏钱参加各种体育锻炼。体育投资要成为大学生经济支出的一个组成部分,逐步使学生树立“花钱买健康”的观念,这就是高校体育生活化的体现。

高校体育活动的开展要充分发挥学生的主观能动性,鼓励、支持学生按照个人兴趣,参加各种单项体育协会、各种小型多样的体育竞赛,培养学生主动参与意识。学校体育场馆设施要最大限度地向学生、向社会开放;体育教师除完成本职工作外,要走向社会,担当起社会体育指导员的责任,这就是高校体育社会化的含义。

高校体育向生活化、社会化方向发展,不仅能够推动高校群体工作的开展,提高学生的主动参与意识,使高校体育与社会体育接轨,并促进社会体育的发展,而且从中可获得部分经济效益,缓解学校资金紧张的矛盾。

3.2 高校体育在全民健身中的作用

《全民健身计划》的实施为高校体育深化改革指明了方向,赋予高校体育工作更广泛、更深刻的内涵。同时,高校体育以它自身的优势和特点,将为全民健身活动的顺利实施和发展起到巨大的推动作用。

第1,高校体育为全民健身活动培养了大批骨干。一个大学毕业生,接受了十几年的正规学校教育,基本上掌握了科学锻炼身体方法和知识,运动能力较强,完全可以在群众体育活动中充当骨干分子。

第2,高校体育有能力为全民健身活动提供指导员。体育课在我国学校教育中,开设时间最长,课时最多。大学生的体育文化水平,运动技术和运动能力都高于人群。特别是

近年来高校有目的、有计划地开设了专项课和选项课,使大部分学生掌握了一技之长,只要加以短期培训,一部分优秀分子有能力成为社会体育指导员,以他自身的能力影响和带动他人参与体育运动,推动全民健身活动的发展。

第3,高校体育场馆设施逐步走向社会化,促进或带动社区体育活动的开展。高校体育是学校体育的最高层次,场地设施、活动环境都比较优越。充分利用这些条件,向社会开放,将对社区体育活动的开展,起到支持的作用。

4 结论与建议

(1)随着体育与健康课程的建立,终身体育思想的确立,“全民健身计划”的颁布实施,高校体育已进入了一个全新的发展阶段,对高校体育的改革产生了极大的影响。

(2)高校体育改革必须适应市场经济的发展需要,以健康第一为指导思想,按“全民健身计划”的实施原则来进行,逐步建立面向21世纪的高校体育与健康课程的基本框架。

(3)以终身体育思想为指导,按“全民健身计划”的实施要求,建立一个既能增强体质又能提高学生运动能力;既能培养学生体育意识又能使学生养成自学、自练终身锻炼习惯的新型高质的高校体育与健康教学模式。

(4)在终身体育思想和全民健身计划的指导下,拓展高校体育的教育职能,促进高校体育与大众体育的衔接,充实课外体育活动内容,培养学生终身体育锻炼的习惯和意识,形成终身体育思想。

参考文献:

- [1] 吴志超,刘绍曾,曲宗湖.现代教学论与体育教学[M].北京:人民体育出版社,1993.
- [2] 孙长林,梁钦城.辽宁中小学体育改革十年[M],沈阳:辽宁省出版社,1991.
- [3] 苏竞存.学校体育[M].北京:人民教育出版社,1987.
- [4] 金钦昌.学校体育[M].北京:高等教育出版社,1994.
- [5] 王则珊.终身体育[M].北京:北京体育学院出版社,1994.
- [6] 国务院.全民健身计划纲要[S].中华人民共和国国务院[1995年]14号文件.
- [7] [苏]列·巴·马特维也夫,姚颂平.体育理论与方法[M].北京:北京体育大学出版社,1994.

[编辑:李寿荣]