

## 《大学体育》精品课程建设的实践与思考

刘忆湘, 阳艺武

(武汉理工大学 体育部, 湖北 武汉 430070)

**摘 要:** 通过对《大学体育》精品课程建设现状的调查分析, 结合课程建设的实践, 提出建设《大学体育》精品课程要结合实际突出课程特色、体现大学体育的育人功能、建立切实有效的课程评价机制、充分发挥网络的作用、促进校园文化建设等方面来加强。将《大学体育》课程建设成目标明确、框架清晰、课程内容特色鲜明、教学方法与手段新颖且切合实际的示范性课程。

**关 键 词:** 大学体育; 精品课程; 课程建设

中图分类号: G807.0 文献标识码: A 文章编号: 1006-7116(2008)08-0049-04

### Practice and contemplation of the construction of College Physical Education as a refined curriculum

LIU Yi-xiang, YANG Yi-wu

(Department of Physical Education, Wuhan University of Technology, Wuhan 430070, China)

**Abstract:** By investigating and analyzing the current state of the construction of College Physical Education as a refined curriculum, coupled with the practice of curriculum construction, the authors suggested that the construction of College Physical Education as a refined curriculum be comprehensively strengthened by highlighting curriculum features, embodying the student cultivation function of college physical education, fully exerting network functions and boosting campus culture construction according to actual circumstances, so as to construct College Physical Education into a demonstrative curriculum that is objective specific, framework clear, curriculum content feature vivid, teaching method and means novel, and practical.

**Key words:** college physical education; refine curriculum; curriculum construction

教育部于2003年4月发布了《关于启动高等学校教学质量与教学改革工程精品课程建设工作的通知》,提出:精品课程是具有一流教师队伍、一流教学内容、一流教学方法、一流教材、一流教学管理等特点的示范性课程。体育教育是学校教育的重要组成部分,体育课程是学校确保人才培养质量的基本环节之一。在高校教学体系中,体育课程是学时比例最多、覆盖面最广、深受大学生欢迎的课程之一<sup>[1]</sup>。因此,各高校应大力加强《大学体育》课程的建设,推出一批高质量的体育精品课程,发挥体育教育在大学生素质教育中的作用。

#### 1 《大学体育》精品课程建设的现状

自2003年教育部启动精品课程建设工作以来,已

经公布了4批精品课程名单,分别是2003、2004、2005和2006年度。其中,体育类精品课程极少(见表1)。共有12所院校的14门体育类课程被公布为国家级精品课程,所占比例为1.23%,其中还包括了体育类院校(系)的专业课程、高职高专体育课程,而非体育类院校(系)的《大学体育》课程仅占0.35%。

究其原因主要有3个方面:(1)作为精品课程的评审从2003年开始至今只有4年时间,各高校在申报时都力争将学校的品牌和优势专业、知名院系的课程打造为精品课程,《大学体育》作为一门公共课程,各院校按教育部规定都有开设,但和学校的品牌专业、院系的其他学科课程相比没有优势,大多数高校没有把《大学体育》精品课程建设摆到重要的位置,重视程度不够。(2)精品课程的评审,国家也有一定的政策倾

斜,主要是对重点院校的倾斜;对工、理、医、文学类课程的倾斜;对有院士、名师参与课程的倾斜;对“理科基地”“工科基地”课程的倾斜<sup>[9]</sup>。(3)教育部对精品课程提出了“五个一流”的建设目标,并要求使

用先进的教学方法和手段,相关的教学大纲、教案、指导书等要上网并免费开放,实现教学资源共享,这些要求对许多高校的《大学体育》课程提出了严峻的挑战。

表 1 2003-2006 年度教育部精品课程体育类课程名单<sup>[2]</sup>

年度	学校	课程名称	年度精品课程总数	体育类精品课程比例/%	《大学体育》精品课程比例/%
2003	北京航空航天大学	大学体育	151	0.66	0.66
2004	清华大学	大学体育	300	1.0	0.67
	首都体育学院	篮球			
2005	上海交通大学	大学体育	314	1.59	0.32
	北京体育大学	排球			
	吉林体育学院	竞技教育学			
	福建师范大学	排球			
	东南大学	大学体育			
2006	首都体育学院	田径	374	1.34	0
	东北大学	滑冰			
	华东师范大学	体育心理学			
	宁波大学	运动生物力学			
	北京体育大学	运动训练学			
合计	12	14	1 139	1.23	0.35

## 2 武汉理工大学《大学体育》精品课程建设

### 2.1 明确课程建设的目标和功能,开拓课程新境界

实践中,《大学体育》课程建设本着“育人为本、健康第一”的指导思想,深入实践“一切为了学生的终身健康、为了一切学生的终身健康”的育人理念,提出了深化课程体系改革,完善教学资源体系,构建课内外一体化互动的大学生健身发展模式和“教体结合”培养高水平运动员的新型课程模式;确定了培养具有终身健身意识、终身健身知识、终身健身技能、终身健身能力、终身健康适应社会和个性创新发展的课程体系;建设了一个具有明显特色的“大学生健康素质教育中心”,全面推进了大学生素质教育的发展,充分发挥了该课程在大学生世界观、人生观、价值观中的重要作用。

### 2.2 整合课程内容和结构体系,突出课程特色

《大学体育》课程的发展应该有足够的广度、深度和梯度,同时要能够凸现多样化和综合化、开放性和可选择性的时代要求。

为实现《大学体育》的课程目标,力求做到以学生为本,实施个性化教学,进一步强化大学体育教育的育人功能。在课程教学具体实施中,《大学体育》课程设置坚持 4 年不间断,学生持续享受体育健康教育的体育课教学形式,彻底改变了以竞技体育为主线的课程结构,形成了“以体育课堂教学为中心,品牌高

水平运动队建设为龙头,群体健身为基础”的课程内容体系,强化终身体育健身意识,提高课堂教学的实效性。整个课程分 4 年完成 6 个学期(180 学时)的体育课教学。课程内容包括 4 大板块、5 大分类。4 大板块分别是:体育健身理论课、体育健身技能方法与实践课、运动训练课、体育康复保健课。其中体育健身理论课和体育健身技能方法与实践课授课对象为全校学生,包括高水平运动员;运动训练课授课对象主要为学校高水平运动员和参加俱乐部训练的部分学生;体育康复保健课针对身体有残障的大学生特殊群体。5 大分类为:一年级必修课、二年级选项课、三四年级选修课、特色课程和健身俱乐部课程。整个课程体系不只是考虑在校期间的短期行为,而要使学生所掌握的知识与技能有利于指导自己近期和终身的健身活动。从《大学体育》课程的教学效果来看,90%以上的学生掌握了 2 项以上的健身运动技能。2005~2006 学年第二学期,大一、大二学生体育考评成绩平均分达到 83.96 分,及格率达到 97.3%,大三、大四学生公选课参选人数达到 77.1%;2002、2004 级学生体质健康测试合格率为 99.81%。

### 2.3 重视教学方法与手段的改革,提高教学效果

国家精品课程建设的目的,就是要切实推进教育创新,深化教学方法与手段的改革,促进现代教育信息技术在教学中的运用<sup>[4]</sup>。

结合体育教学特点,《大学体育》精品课程教学方法与手段分为理论课与实践课教学方法与手段。其中理论课教学方法与手段充分利用现代化网络技术,采用多媒体授课法、网络平台教学法、自主作业法、互动教学法等教学方法;如健美操的部分理论教学内容,采用多媒体教学法,在体育馆内进行现场技术动作分析,通过标准图像静动态展示,使学生从感性认识到理性认识,再到实践体验,从而达到了直观、快速、标准、深刻的教学效果。实践课教学方法与手段采用网络视频、多媒体课件、电子教案教学的自主学习法,与教师网上互动的个性化教学方法、分层式教学方法等。如依据不同的教学内容,将学生自主选择内容和必修课教学内容,按学生身体条件和运动水平分成3级或2级水平进行教学。通过多样化的教学方法与手段,有效地拓展学生的学习时间与空间,形成了课内外教学形式多样、机动灵活的创新教法,取得了显著的教学效果。

#### 2.4 优化师资结构,加强科研推动作用

《大学体育》课程十分注重师资队伍建设和依靠自身培养和大力引进人才的双重举措,不断调整和提高专任教师的知识与学历结构,加强对实践教学人员业务素质的培养,逐步形成了一支以主讲教授负责、结构合理、人员稳定、教学水平高的教师梯队。目前,本课程共有专任教师104人,其中教授9人,副教授55人,讲师31人,助教8人;博士5人,硕士61人(留学回国2人),具有硕士研究生以上学历人数占专任教师比例63.1%。组建了:(1)体育学科建设与发展梯队,进行了一系列的课程改革与建设,2005年体育教育训练学硕士点申报成功,并构建了健身基础技能、休闲娱乐健身和终身健身能力的新型课程体系;(2)高水平运动队建设与发展梯队,构建了“教体结合”高水平运动队发展模式,推进了《大学体育》课程建设和校园体育文化的拓展,2005年高水平运动队建设以97分的高分通过教育部的评估;(3)群体健身研究与发展梯队,建立了校园学生课余健身俱乐部、网络健身辅导互动平台,有效地推进了大学生健康素质及综合素质的发展。近5年来,本课程教师参与完成4项国家级教学研究课题,主持完成8项省部级教学研究,6项横向课题研究,35项校级教学研究项目;撰写学术专著12部,教材16部,编写教材参考书4部,发表学术论文658篇;4人次参加国际学术会议,54人次参加全国性学术会议,87人次参加省部级学术会议,充分发挥了科研对《大学体育》课程建设的推动作用。

#### 2.5 加大教材建设力度,丰富教学资源

教材是课程建设的主要教学资源,它不仅仅指纸

质课本,还包括与之配套的校本教材、试题库、素材库、指导书、电子教案、多媒体课件与录像、课程教学网站等立体化教材。

目前,《大学体育》课程选用了由课程负责人主编的《体育健康学》、《体育健身原理与方法》作为理论教材,遴选了适合本校学生实际需要,满足本课程教学、训练和群体健身需求的15部优秀教材作为辅助教材;另外,通过校园网,建立体育健身教学辅导站,每周定期向学生传授一期体育健身理论与实践的知识和方法。推荐1~2本健身指导书籍,介绍3~5个体育英语单词,提出1~2个问题,请教授进行网上答疑,全面指导学生健身,促进学生主动学习与健身意识。资料室购置了一定数量的《体质健康标准测试指导书》,供学生体质健康测试借阅,并收到了良好的效果,100%的学生自己操作,在教师监控下进行体质健康测试。结合体育课程的特点,制作和开发了体育健身理论、体育卫生保健、体育欣赏、竞赛裁判、网球解析教学、武术解析教学、男子健美操、女子健美操、游泳等多媒体教学课件、电子教案、网络教学视频和讲课录像,在网上建立了学生自学平台,并得到了学生的好评,有效地补充了课堂教学。校篮球队的比赛通过中央电视台、社会媒体的现场直播和频繁报道,在海内外扩大了影响,提升了学校的知名度,有效地展示了体育教学成果,促进了《大学体育》课程建设。

### 3 《大学体育》精品课程建设的几点思考

#### 3.1 结合实际突出课程特色

我国高等教育的发展是多样化的,各校教学改革的切入点以及实践的方法和途径各不相同,课程建设也必须是多样化、各具特色的,绝对不可沦为“格式化”和“模式化”。课程特色意识,是各高等学校办学精神、办学理念、办学定位以及个性魅力的具体体现,是学校求生存谋发展的需要,也是时代赋予的历史使命<sup>[5]</sup>。因此,各高校应建立和形成适合自己的《大学体育》课程体系、课程制度及课程运行机制,通过课程的特色来确保人才培养特色,提高课程质量。

该校《大学体育》课程的特色是:(1)创新性地发展了体育教育的育人机制,充分拓展体育教育的育人功能,构建了促进大学生具有终身健身意识、终身健身知识、终身健身技能、终身健身能力、终身健康适应社会和个性创新发展的课程体系。实施了网络化、环境化、个性化、互动化、课内外一体化的教学过程与考试方法体系,有效实践了“一切为了学生的终身健康、为了一切学生的终身健康”的育人理念。(2)坚持走“教体结合”的创新之路,加强高水平运动队建

设,建立了培养高水平运动员的人才培养模式。(3)充分利用现代化网络技术,在校园网上建立了“体育教学健康辅导站”和“体育教学资源库”,形成了网络互动教学平台。

### 3.2 强调体育健康育人的功能

《大学体育》课程不同于其他学科课程,它不仅能促进学生的身体健康,而且在培养学生健康意识和体魄,提高学生心理健康水平和社会适应能力等方面具有多维一体的育人功能。因此,如何结合体育的特点,通过体育课程的教学,使学生提高健身兴趣,增强健身意识,养成健身习惯,真正促进学生身心健康是《大学体育》课程建设需要重点把握的课程目标。

该校《大学体育》课程的育人功能主要体现在:

(1)培养学生综合素质;(2)培养学生终身健康意识;(3)培养学生终身健身习惯。

### 3.3 建立切实有效的评价机制

评价地位高是精品课程建设的主要目的<sup>[6]</sup>。因此,要切实加强对《大学体育》课程的评价机制,形成适合本课程行之有效的评价内容体系,以保证学生真正在课堂上、在学习过程中始终感受到学有所用的实际价值,真正使学生在理论知识、技术技能等方面通过精品课程的实施而受益。

该校《大学体育》课程建立了切实有效的评价机制:(1)形成了督导(专家)评教、同行评教、学生评教的三级评价体系;(2)制定了《课程教学质量监控制度和质量标准》、《教师教学水平量化评定细则》,并具体组织落实;(3)高度重视校外专家、学者和社会媒体的评价。

### 3.4 发挥网络的作用

《大学体育》精品课程的建设是以课程网站为载体。精品课程之所以“精”,首先体现在课程内容上,然而最好的课程内容也需要支撑网站作为平台才能得以展示。另外,课程建设的一个重要目的就是实现资源共享,包括教师教学资源和学生学习资源。

《大学体育》精品课程网络的设计包括:(1)学校对精品课程建设十分重视,对课程进行了总体规划,提供了精品课程申报的网络平台;(2)部门高度重视课

程建设中的具体规划,别具匠心地设计了特色鲜明的申报网页;(3)网络设计层次清晰、结构紧凑、特色鲜明、资源丰富,充分发挥了网络的载体作用。

### 3.5 促进校园文化建设

校园文化是师生精神风貌、思维方式、价值取向和行为规范的综合体现,是在实践中逐渐形成的。体育教育作为学校教育教学中不可或缺的组成部分,从某种意义上来说,体育可以成为校园文化建设的主力军。因此,如何通过体育教育来促进校园文化建设应该成为《大学体育》课程建设关注的焦点。

《大学体育》课程建设,在促进校园文化建设方面起到了很大的作用:(1)中央电视台35次现场直播学校高水平运动队比赛,各类社会媒体对学校体育工作频繁报道,通过体育教育的窗口有效地宣传了学校,展现了该校学子的精神风貌;(2)通过《大学体育》课程教学,增强了学生的健身意识,教会了学生健身技能,校园内形成了一道学生积极锻炼身体的风景线;(3)组织和发挥学校团委、学生会的作用,调动各院系单项协会的积极性,丰富学生的课外活动,使校园文化得到了有效拓展。

### 参考文献:

- [1] 翟林,侯代贵.高校体育精品课程建设的思考[J].上海体育学院学报,2004,28(5):81-84.
- [2] 2003、2004、2005、2006年度国家级精品课程名单[EB].<http://www.jpkcnet.com/new/>.
- [3] 赵红娟.普通高校体育精品课程建设的探讨[J].西安体育学院学报,2006,23(4):113-115,118.
- [4] 张玉柯,梅玉明.以质量为核心,大力开展精品课程建设[J].中国大学教学,2004(9):13-14.
- [5] 王坦.现代教育改革的特点和发展趋势[J].教育研究,1997,21(9):67-71.
- [6] 范钦珊.面向21世纪的系列课程建设[J].中国高等教育,1997,24(3):18-19.

[编辑:周威]