

广东商学院特色体育教学解析

王开永

(广东商学院 体育部, 广东 广州 510320)

摘要: 根据学院的办学特点, 以健康第一为中心, 以“知识传授、能力培养、素质提高协调发展”理念为指导, 以终身体育为目标, 利用网络、学生体育协会组织、体育竞赛、体质监测等手段, 逐渐形成了多元化综合教学新模式, 进行三个课堂整合, 增强了第一课堂的教学效果, 放大了第一课堂的育人功能, 充分发挥了第二课堂、第三课堂对人才培养的作用, 大大提高了体育教学的质量和效果, 以及学生主动参与体育锻炼的积极性, 促进了学院体育教育事业的发展。

关键词: 学校体育; 体育教学; 多元化教学模式; 三个课堂; 广东商学院

中图分类号: G807 **文献标识码:** A **文章编号:** 1006-7116(2009)12-0067-04

Dissection of featured physical education teaching in Guangdong University of Business Studies

WANG Kai-yong

(Department of Physical Education, Guangdong University of Business Studies, Guangzhou 510320, China)

Abstract: According the education management features of the school, by basing the center on health first, the guidance on the conception of “harmonious development of knowledge lecturing, capacity cultivation and making enhancement”, and the objective on lifetime sport, and by utilizing means such as networks, student sports associations and organizations, sports competitions and fitness monitoring, the physical education department of Guangdong Business School has gradually formed a new mode for diversified and comprehensive teaching, integrated three classrooms, enhanced the teaching effect of the first classroom, strengthened the student cultivation function of the first classroom, fully exerted the functions of the second and third classrooms on talent cultivation, greatly enhanced the quality and effect of physical education teaching as well as the initiative of students to participate in physical exercising actively, and boosted the development of the physical education undertaking of the school.

Key words: school physical education; physical education teaching; diversified teaching mode; three classrooms; Guangdong University of Business Studies

随着学院招生规模的不断扩大, 目前, 我校一、二年级必修体育课的学生已经超过万人^[1], 学生人数的急速增长, 造成学院公共体育课体育场地、器材及师资力量的严重不足, 为此, 学院体育部多年来以“一个中心, 两条主线, 展望未来, 稳步发展”为工作思路, 以教育部制定和实施的《全国普通高等学校体育课程教学指导纲要》和《广东商学院体育部教学大纲》的要求为目标, 根据“健康第一”的指导思想和学院的办学特点, 以“知识传授、能力培养、素质提高协调发展”理念为指导, 立足现在, 充分利用现有的教

学设备, 最大限度地发挥教师的优势力量, 经过多年的实践探索, 逐步形成了独具学院特色的多元化综合体育教学模式, 实现了三个课堂的整合, 即: 第一课堂为在课堂内的知识技能的传授与灌输; 第二课堂为在校内课外活动的知识技能的学习和培养; 第三课堂为在校外课外活动的知识技能的实践能力的培养^[2], 促进了学院公共体育的发展。

1 多元化综合教学模式

1.1 课内课外一体化

“一体化”教学模式,就是课内与课外相结合,既要求开设普通体育课、选项体育课、专项体育课和保健体育课,同时,又要广泛地开展课外有组织的体育活动^[3]。目前,学生一学期只有36个学时的体育实践课,而所教授的内容,多为田径或是排球、篮球,根本不能满足学生参与体育锻炼的需求,为此体育部采用课内课外一体化的教学模式,即课堂开设基础课、选项课和专业课,在课外成立了包括定向越野、网球、排球、羽毛球、足球、篮球等各种体育协会,协会由学生联合社团统一管理,体育部派出专业老师进行技术和理论指导,学生可以根据自己的爱好自主选择参与不同协会,体育协会为教学与自学建起了一座桥梁,一方面通过学生之间的相互学习和交流,在专业老师的针对性指导下,课堂教学的技术和知识在学生参与体育协会活动的过程中得到了巩固,提高了学生参与体育锻炼的积极性,使体育教学的整体功能得以放大、增值,另一方面,提高了有限的体育场地与设施的利用率,解决了扩招所带来的学生人数增加与体育设施、器材等不足的矛盾。

1.2 网络与实践优势互补

网络教学是指利用网络技术制作适宜在网上使用的,并主要通过网络传递教学内容,实施教学活动的教学形式^[4-5]。随着现代教育技术、网络技术及多媒体技术的飞速发展以及三者的有机结合,基于网络环境的体育教学将成为传统体育教学的重要补充手段,以其方法灵活、形式多样、对象广泛、内容丰富、传输快捷等特点,可以真正实现以学生为中心的教学目的,是构筑学生终身进行体育锻炼和学习的主要手段。体育部在完成基础体育课教学的同时,为满足不同能力、不同兴趣学生学习的实际需求,通过开辟体育场地和鼓励老师兼项等形式开设学生喜爱的羽毛球、网球、形体、篮球、排球、足球、乒乓球、游泳、武术、健美操等12门选修课的同时,体育教学部建设了篮球、网球、足球、健美操、太极拳选项课及基础体育课等6门网络辅助课程,各专业教师充分利用学院的网络平台和多媒体技术,结合学校体育的教学内容、教学方法和教学结构进行系统的建设,以健康第一为中心思想,围绕所开设的运动项目的健身原理进行内容体系编排,提供运动处方、身体自我测评等内容,并利用视频、音频、图像和动画等形式,使学生获得全面而真实的信息,提高体育课教学的质量。网络辅助课程的启用,学生可以利用现代化的教学媒体开展自主学习与交流,不但打破了课堂教学的空间限制,激发了学生主动学习的积极性,而且,网络课程内容是实践教学内容的补充与延续,提高了教学效率。

1.3 以赛带练

毋庸置疑,依靠有限的课堂教学不仅很难达到教学目的,而且学生在短暂的教学课中也无法真正掌握基本的技术和战术,必须进行课外练习。以赛带练,顾名思义是指通过比赛来带动学生参与体育锻炼的积极性^[6],在比赛的过程中,帮助学生尽快掌握大纲中规定体育项目的技术与战术、竞赛规则等理论知识,在胜负的过程中体会成功与失败,有助于全面提高学生参与体育锻炼所需要的体、智、心、技、战等各种竞技能力,帮助学生树立终身体育的观念,从而达到提高教学质量的目的,其主要途径有以下几种:

1) 课堂教学比赛的促进作用。传统的课堂教学基本都是以教师讲解、示范为主,学生只是枯燥地练习,根本不能体现学生主动学习的能动性和积极性,而广东商学院属于文科类财经院校,最大特点是男女生比例接近或小于1:1,即女生占多数,她们受其中学时学习习惯的影响,不仅身体素质差,而且对体育课也无兴趣,单纯枯燥的体育技术教学更让她们不想参与体育锻炼。而根据年青人好胜的心理特征,利用教学比赛,提高学生学习的兴趣,让学生在竞争过程中体会技术动作,通过成功或失败加深其对所学技术动作的理解,教师在旁及时辅以适当的技术指导,从而提高教学质量。

以女生素质练习教学课为例,我们知道,单纯的速度练习是很枯燥乏味,达到一定练习量之后会让学生,特别是女生产生疲乏的感觉,如果再达不到练习的标准,时间长了,就会造成学生对体育课产生厌烦情绪,所以,体育教师在上速度素质练习课时,应该结合练习的内容和层次,根据班级学生的特点,通过分组追逐跑,加强学生在直道上跑的速度练习,分组竞赛不仅使学生的速度素质得到了锻炼,而且使学生在竞赛的过程中,体会到了运动的乐趣,培养了学生参与运动的乐趣,更重要的是,融洽了学生之间、师生之间的关系,而分组的追逐,使学生在竞赛的同时,体会到了成功的快乐与对抗挫折的能力,也了解了竞赛规则。这样不仅激发了学生主动学习的积极性,使学生在融洽、合作的氛围中身心得到了发展,在学习过程中充分体验运动的乐趣、体验克服困难后取得“发现”、“成功”的快乐。

而教师在竞赛的过程中,应结合速度素质练习的要点,及时对学生进行技术指导,并对学生的学习效果进行评价,同时教师也可参与到竞赛当中,给予学生的技术示范,如在跑动中如何呼吸,腿和臂如何配合协调,才能达到放松跑的目的等,从而提高课堂的教学效果。

2)院际交流赛的辐射作用。目前,学院每周 90 min 的体育课堂教学,根本不能满足学生对于体育技术和体育理论的求知欲望,体育部除利用校秋季田径运动会外,还以学生社团体育文化节为平台,以其属下各种体育协会为媒介,在专项体育教师指导下,由学生自主举办院际间的各种体育竞赛,最为成功的是校团委举办的一年一度的体育文化节,持续时间长(一个多月),涉及范围广(全学院各院系),比赛内容多(体育赛事、体育摄影、体育研讨等),在比赛过程中,专项体育指导教师对学生进行与比赛项目相关的体育技术特点和体育竞赛规则的指导教学,并以他们为中心,影响更多的学生参与体育比赛及了解体育知识,据统计,每次体育文化节,直接参与协会组织比赛的人数达上千人。

3)高水平体育竞赛的示范作用。体育竞赛是学院展现活力、展现校园体育文化底蕴的一个主要窗口,

是展示体育工作成绩的一个舞台,而体育精英在学生中的影响力是不可估量的,一个榜样可以带动众多的学生参与或关注该体育项目,主动去了解更多的该项目知识,对课堂的体育教学内容无疑起到了巩固作用,为体育教学提供了一定的助动力。为此,在加快教学改革的同时,重视在学生中选拔优秀运动员,组建了包括田径、健美操及游泳三支高水平运动队,并在院各级领导的支持下,一直积极参加省及国家级的田径运动会、篮、排、足球联赛及健美操等项目的比赛,取得了优异成绩^[7](见表 1)。体育精英的成功,不仅引起了学生的关注,使他们产生了主动参与体育运动的欲望,在学生中掀起了参与体育运动及了解体育项目的热潮,而且为学院在全国高等院校中争得了应有的荣誉,提高了我校体育工作的知名度及与兄弟院校比较的层次,为促进我们学校体育事业的发展做出了应有贡献。

表 1 广东商学院高水平运动队 2004 年以来主要比赛成绩

比赛时间	比赛名称	获奖名次
2004 年	全国大学生健美操锦标赛	团体总分第五名、女子单人操获金牌
	第七届全国大学生运动会健美操比赛	六人操获冠军
	首届中国学生健康活力大赛	大学普通院校组竞技健美操六人操第一名
2005 年	第十届中国大学生田径锦标赛	男子、女子乙 A 组撑竿跳冠军
2006 年	广东省第七届大学生运动会	甲、乙团体综合总分第七名,并获四块单项冠军
2007 年	第八届全国大学生运动会(女子健美操)	混合双人冠军、女子单人季军
	广东省大学生田径锦标赛	乙组团体第五名,并获四枚单杠冠军
2008 年	广东省大学生田径锦标赛	乙组团体第六名,并获两枚个人冠军
	广东省第八届大学生篮球联赛	甲 B 级男子第三名、女子第七名
2009 年	广东省大学生乒乓球赛	女子甲组团体第四名
	广东省大学生排球联赛	女子甲组第三名

1.4 考核以体质综合评价与信息反馈系统为主体

学生参与体育锻炼的过程其实是一个学习、健身、综合评价与信息反馈、调整、巩固体育技能和知识的动态过程^[8],即学生通过课堂教学学习,在专业教师的指导下学习、掌握体育技能和理论知识,课后根据自己的体质状况选择并制定合理的运动处方锻炼身体,之后学生通过参加学院的体质监测获得反馈信息,对自己的体质状况进行综合评价,并通过专业教师的指导,调整运动处方,开始新的健身计划,使课堂所学的体育技能和理论知识得到进一步的巩固和提高,进而提高了教学效果。但长期以来,学院的体育教学只重视对学生的教学,即单纯地将体育知识和技术传授给学生,而对学生学习后运用效果如何缺少跟踪和

评价,忽视了培养学生如何根据自己的体质状况选择和制定合理的运动处方,造成了整个教学系统的脱节,从而使体育教学失去了其真正的教学意义。体育部为克服教学上的这一不足,以体质监测为平台,构建以大学生体质综合评价与信息反馈系统为主体的体育教学模式,即通过一年一度的学生体质监测,根据《学生体质健康标准》要求,综合评价学生的体质测试结果,教师以此为依据,合理调整教学方法、教学内容,对学生的运动处方提出合理的建议,从而全面提高学生的体质,帮助学生形成终身体育锻炼的思想,而学生在这个过程中,不仅学会了关注自己的体质状况,而且学会了合理安排自己锻炼身体的计划,通过体质综合评价与信息反馈,使体育教学的效果得到最大增

值。

2 多元化综合教学模式的实施效果

体育部通过多年的探索和发展,通过多元化的教学模式,进行三个课堂(“课内校内”、“课外校内”、“课外校外”)整合,增强了第一课堂的教学效果,放大了第一课堂的育人功能,充分发挥了第二课堂、第三课堂对人才培养的作用,大大提高了体育教学的质量和效果,以及学生主动参与体育锻炼的积极性。

1)学生体质健康情况良好。依据《学生体质健康标准》,从 2004 年至今,我院学生体质测试的合格率 2004-2005 年度为 97.09%,2005-2006 年度为 97.09%,2006-2007 年度为 97.16%,2007-2008 年度为 97.20%,均达到优秀标准。

2)学生参与体育锻炼热情高涨。体育教学部在院体委的指导下每年举办校田径运动会、游泳比赛、排球联赛、足球联赛、三人乒乓球团体赛、院际杯篮球赛等。据粗略统计,体育部在过去的 3 年内共组织学生课余体育竞赛活动 1 000 余场次,参加竞赛的学生 2 000 余人,所涉及的教练员、工作人员、组织人员近 1 000 人次。

3)学生的体育理论知识水平不断提高。通过网络课程,学生了解并掌握了与课堂教学内容相关的体育理论知识、体育竞赛规则和相关的体育赛事等,并在参与体育竞赛的过程中,其所学知识得到了巩固和提高:每年举办的院际体育竞赛,都由学生自己担任裁判及组织编排等工作,体育部只派出专业教师进行指导,在不断的学习和实践的过程中,学生的体育理论知识水平得到了提高。

4)教师的教学水平及理论水平不断提高。在实施多元化综合教学的过程中,教师的教学水平及理论水平也得到了提高,2006 年以来,体育教学部有 1 名教师被评为学院授课“十佳青年教师”,6 人次获得学院教学质量优秀奖。共发表论文 182 篇,其中核心刊物

60 篇,国家级课题 1 项,省部级课题 2 项。篮球选项课被评为广东商学院 2009 年校级精品课程。

多元化综合教学模式的实施,使三个课堂有机地融为一体,一方面不仅打破了学生学习在空间和时间上的限制,扩大了学生关注体育的视野,使学生对体育技能和理论知识的学习变被动为主动,巩固学生树立终身体育的信念,而且为教师与学生超越时空进行交流提供了一个良好的平台,加强了课堂教学的效果。另一方面,促进体育部教师认真学习国内外先进的教学理念,开拓教学视野,结合学院实际,在教学方法上不断推陈出新,提高教学质量,推动学院公共体育事业的进一步发展壮大。

参考文献:

- [1] 广东商学院. [EB/OL]. <http://www.gdcc.edu.cn/xxgk>.
- [2] 杨立明. 重视“课堂之外”发力“素质教育”[N]. 羊城晚报, 2007-09-07.
- [3] 易春燕. 构建与扩招相适应的高校体育教学模式[J]. 辽宁体育科技, 2002, 24(6): 42-44.
- [4] 陈孝平, 贾君. 关于高校体育教育实施网络教学若干思考[J]. 解放军体育学院学报, 2001, 20(4): 82-85.
- [5] 王安平. 网络环境下的高校体育教学模式探析[J]. 电化教育研究, 2008(4): 72-74.
- [6] 李飞. 对高校体育教学模式中“以赛代练”的应用探讨[J]. 体育科技文献通报, 2009, 17(7): 80-81.
- [7] 广东商学院体育部. [EB/OL]. <http://tyb.gdcc.edu.cn/installations.htm>.
- [8] 戴瑞磊. 《学生体质健康标准》下的高校体育教学模式的转变[J]. 科技信息, 2008(1): 539-540.

[编辑: 周威]