

# 学校、家庭、社区体育一体化下 大学生的角色定位与培养

段爱明, 杨洁

(湖南工程学院 体育教学部, 湖南 湘潭 411104)

**摘 要:** 运用角色理论对大学生在社会化和终身体育进程中所扮演的角色及角色期望进行剖析, 认为大学生既是当下的学校体育受教育者, 也是未来社会建设的中坚力量和社区体育的主要参与者, 还是下一代人才的家长, 是家庭体育、学校体育、社区体育三者衔接的关键角色, 其体育素养高低对自身、下一代人以及社会的发展起着至关重要的作用。提出通过分级拓展运动技能教学内容、创设多元体育情境和打造多级健身交流展示平台等策略对大学生进行培养, 实现大学体育与家庭体育及社区体育的有效对接。

**关 键 词:** 学校体育; 家庭体育; 社区体育; 家庭、学校、社区体育一体化; 大学生  
**中图分类号:** G807 **文献标志码:** A **文章编号:** 1006-7116(2015)02-0072-05

## Role orientation and cultivation of college students from the perspective of family, school and community sports integration

DUAN Ai-ming, YANG Jie

(Department of Physical Education, Hunan Institute of Engineering, Xiangtan 411104, China)

**Abstract:** The authors applied the role theory to dissect the roles played by and role expectations of college students in the processes of socialization and lifetime sports, and put forward the following opinions: college students are school sports educatees currently, will be the key force for social construction in the future, and also the parents of talents of the next generation; they are the critical role for connecting family sports, school sports and community sports, their sports accomplishments play a crucial role in the development of themselves, people of the next generation and society. The authors proposed to cultivate the college student group and realize the effective fusion of college sports, family sports and community sports by taking the following measures: expand sports skill teaching contents level by level; create multiple sports scenarios; establish a multi-level fit-keeping communication and demonstration platform etc.

**Key words:** school physical education; family sports; community sports; family, school and community sports integration; college student

为了促进经济社会的协调发展, 全面推进素质教育, 发展终身体育, 改善我国青少年体质下降的问题, 我国学者提出了学校、家庭、社区体育一体化, 以充分利用家庭、学校和社区的体育资源, 有助于更好地发挥每一种体育形态的优势, 从而形成“体育合力”<sup>[1-4]</sup>。学校、家庭、社区体育一体化逐渐成为促进阳光体育运

动和全民健身活动开展的重要举措和长效机制<sup>[5-7]</sup>。

大学生既是学校体育教育最后阶段的受教育者, 也是未来社会建设的中坚力量和社区体育的主要参与者, 还是下一代人才的家长, 是学校体育、家庭体育、社区体育三者衔接的关键角色, 其体育素养高低对自身的全面发展、国家的持续发展和下一代人才的培养

收稿日期: 2014-08-25

基金项目: 国家社科基金重大招标项目(11&ZD150)。

作者简介: 段爱明(1969-), 男, 副教授, 研究方向: 学校体育学。E-mail: 370171992@qq.com

具有重要作用。基于此,本研究从学校、家庭、社区体育一体化角度,运用角色理论对大学生在社会化和终身体育进程中的不同阶段所扮演的角色深入分析,并提出相应的培养策略。

## 1 学校、家庭、社区体育一体化背景下的大学生角色定位

角色理论认为,社会类似于戏剧舞台,每个人基于特定的社会关系和社会地位,在社会中扮演着不同的角色。所谓角色扮演,“是指个体根据自己所处的特定位置,并按照角色期望和规范要求所进行的一系列角色行为”<sup>[8]</sup>。

在学校、家庭、社区体育一体化促进青少年体质健康发展和全民健身活动开展的过程中,有各种各样的角色发挥着作用,如:家长、学校校长、班主任、社区体育管理者、社区体育指导者、政府决策人员以及学生自身等等,且某个个体可能同时担任以上的多个角色。

从学校、家庭、社区体育一体化的衔接与融合来看,从个体的生命进程、社会化进程和终身体育进程来看,大学生所扮演的角色具有特殊性。

首先,大学生是学校体育教育对象和实践主体,其体育意识水平、体育行为、体育生活方式和体质健康水平等对学校体育工作的顺利开展和学生的全面发展非常重要。与中小学阶段相比,大学生的自我意识逐渐增强,在体育运动中的角色实践也由被动向主动转化,个体的主观努力程度对其体育运动行为的影响较大。

其次,大学生是未来社会建设的中坚力量和社区体育的主要参与者。经过大学4年的学习,毕业后将走向社会,在社会各行各业扮演重要角色,成为国家建设的中坚力量和社区体育中的普通一员,其体育意识与体育行为对社会体育意识的提升、社会体育氛围的营造以及体育人口的保持与增长起着重要作用。在社区体育中起重要作用的社区体育组织者和管理者以及社区体育指导员,将有部分来自大学毕业生。

再次,大学生是未来的家长。家长是家庭体育的主导者与主要实施者,以及中小学阶段学校体育的配合者,其身体素质、心理素质、社会适应、体育意识与体育行为等将会对子女的体质健康、体育意识和体育习惯等产生重要的影响。

可以说,大学生正在或即将扮演家庭体育、学校体育和社区体育中的主要角色,给予有针对性的培养,将大大有助于学校、家庭、社区体育一体化促进青少年体质健康发展和全民健身活动开展。

## 2 学校、家庭、社区体育一体化中对不同角色的期望

角色期望,“是指一个人扮演角色的行为符合于社会、组织、团体、他人的期待与要求”<sup>[9]</sup>。

为了更有效地发挥学校、家庭、社区体育一体化的作用,在对大学生进行准确角色定位后,还须明确相关的角色期望。

### 2.1 家庭体育中的主要角色期望

家长是家庭体育的主导者与主要实施者,应符合怎样的角色期望才能有效地发挥在家庭体育中的组织与指导作用呢?

一方面,家长必须能帮助孩子制定健康计划,应具备一定的体育锻炼指导能力,能经常带领和督促孩子参加体育活动并了解孩子在学校的表现情况<sup>[9]</sup>,最重要的是父母与子女共同参与体育活动行为的落实和时间的保证<sup>[10]</sup>。

另一方面,从孩子成长的特点看,在家庭体育中,家长需要掌握的技巧以及实施的侧重点应有所不同。

0~3岁婴幼儿的动作发展主要分为大肌肉动作和精细动作,其中大肌肉动作主要指爬、坐、走、跑、跳、弯腰等使用大肌肉的动作技能;精细动作主要指抓、捡、捏、搭积木、串串珠、写、画等使用小肌肉的动作技能<sup>[11]</sup>。很多亲子类的体育活动能较好地发展0~3岁婴幼儿的大肌肉动作与精细动作。爬、坐和走的技能训练需要在家长的引导、保护与帮助下进行;走、跑、跳等技能则可通过上下楼梯、家长辅助下走直线或低矮的宽平衡木、踢球、扔球、跳低矮障碍物以及与家长进行追逐跑等体育游戏得到发展。精细动作技能可通过抓取玩具、捡东西、转移小物体和堆东西等形式得到锻炼,特别是有了家长的陪伴与参与,进行小小的竞赛将会大大提升婴幼儿的兴趣,从而促进他们精细动作的发展。

根据教育部2012年发布的《3~6岁儿童学习与发展指南》,对于3~6岁的儿童,应利用走平衡木、踢毽子、跳竹竿、滚铁环、跳绳、拍球、跑跳、钻爬、攀登、投掷等多种体育活动发展他们的身体平衡和协调能力;通过丰富多样的走、跑、跳等身体活动和自己上下楼梯等日常活动发展他们的力量和耐力<sup>[12]</sup>,这些活动也有赖于家长的指导和保护。

进入6~12岁的儿童后期,孩子还需要家长陪伴进行一些简便易行的体育活动,如慢跑、打羽毛球、打乒乓球、踢足球、打篮球等。在具备社区体育健身器材的区域,家长最好还能了解一些简易的全民健身路径和健身器械的使用知识与技能,以便能与孩子一起进行体育锻炼。除此以外,家长还应支持孩子参与

学校和社区的各类体育活动,督促孩子完成体育作业并经常向学校询问孩子的身体状况与体育锻炼情况。

作为家长,要很好地发挥学校、家庭、社区体育一体化的作用,需要家长具有较强的体育意识,具备一定的体育锻炼指导能力和保护与帮助能力,掌握一些简便易行的运动技能(走、跑、跳、羽毛球、乒乓球、篮球、足球和全民健身路径),最重要的是家长自身能积极参与体育锻炼,并保证与孩子一起进行体育活动的时

## 2.2 学校体育中的主要角色期望

在现阶段家庭体育和社区体育发展相对不足的状况下,个体所受到的体育教育主要集中在求学阶段,因而学校体育在学校、家庭、社区体育一体化中起着主导作用。学校体育一切工作的展开意在促进学生体质健康水平的提高和终身体育意识与习惯的形成。

经过家庭体育启蒙与中小学体育教育,进入大学阶段的大学生群体,已进入个体生命进程的成年时期,其自我意识逐渐成熟,基本掌握了走、跑、跳等基本动作技能,具备一定的体育意识,掌握了 1~2 门运动技能,并具备一定的自控能力与自主安排生活的能力,对自己的体育行为有较大的支配权。因此,大学生逐步成为学校体育活动的主要实践者,且与中小

此外,大学生群体依然是学校体育的教育对象,属于学校体育受教育者,需要通过大学体育教育达成相应的培养目标。依据《全国普通高等学校体育课程教学指导纲要》(以下简称《纲要》)的要求:大学生“应基本形成终身体育的意识和自觉进行体育锻炼的习惯,能编制可行的个人锻炼计划;熟练掌握两项以上健身运动的基本方法和技能,掌握常见运动创作的处置方法;能测试和评价体质健康状况并有掌握有效提高身体素质、全面发展体育的知识与方法,形成健康的生活方式”<sup>[13]</sup>。教育部于 2014 年最新颁布的《高等学校体育工作基本标准》,对《纲要》所提的一系列要求实现可操作化,明确了应通过学校体育课程,“使大学生能掌握科学锻炼的基础知识、基本技能和有效方法,并学会至少两项终身受益的体育锻炼项目,养成良好的锻炼习惯”<sup>[14]</sup>,强调大学生体育锻炼的科学性、实践性与持久性。

另一方面,对大学生群体的期望还包括其体质健康水平。根据教育部发布的 2010 年全国学生体质与健康调研结果,大学生的身体素质继续呈现缓慢下降的趋势<sup>[15]</sup>,大学生的体质健康状况继续成为全民关注的

焦点问题。没有健康的体魄作为基础,那么大学生的个人发展和将来社会的发展将成为空中楼阁。2014 年修订版的《国家学生体质健康标准》首次将大学生的体质测试成绩与毕业挂钩,提出了“体质测试成绩未达 50 分的大学生,将不能拿到毕业证,只能按照结业处理”<sup>[16]</sup>的刚性制度要求,对大学生群体的身体形态、身体机能和身体素质将通过统一的测试项目与对应的评分标准进行评定,以制度的形式督促大学生提高体质健康水平。为了达成提高大学生群体体质健康水平的目标,大学生还应具备自主进行体能训练并能独立监控与调节的能力,以不断提高自身的体质健康水平,并为将来走向社会打下坚实基础。

## 2.3 社区体育中的主要角色期望

在社区体育中,主要依靠社区体育的组织者与管理者开展各类社区体育活动,依靠社会体育指导员对社区居民进行健身指导,需要社区居民具有一定的体育锻炼自主性。大学生毕业后走向社会、走上工作岗位,可能会扮演社区体育组织者与管理者的角色,也可能扮演社会体育指导员的角色,但更多的是成为社区体育成员中的普通一员。

社区体育组织者与管理者需要具备较强的体育意识和体育组织与协调能力,并能较为周全地考虑在体育运动过程中的安全问题。

综合原国家体委发布的《社会体育指导员技术等级制度》对社会体育指导员的要求<sup>[17]</sup>,社会体育指导员应掌握体育锻炼和比赛的理论与方法、社会体育组织管理的理论与方法、指导基层社会体育组织的工作以及健身指导的实践经验几大方面。

此外,社区居民的体育参与行为对其自身的健康和社区体育氛围的营造具有十分重要的作用。根据国民体质监测中心 2013 年公布的我国《20~69 岁人群体育健身活动和体质状况抽测工作调查结果》:我国城乡居民的体育健身活动参与度提高,最常选用的健身项目以健身走、健身跑、小球类项目和大球类项目为主,活动场地多集中各种公共体育场所,并认为提高大众的体育健身意识、激发其体育兴趣,是提高体育健身活动参与度的重要内容<sup>[18]</sup>。可以说,对于普通的社区居民而言,最好具备较强的体育健身意识、掌握一定的体育技能并能自主利用各种体育场所进行健身。

## 3 学校、家庭、社区体育一体化下大学生的角色期望与培养策略

### 3.1 对大学生的角色期望

根据陈琦<sup>[19]</sup>提出的学生体育素养的评价指标,结合学校、家庭、社区体育一体化不同体育中对大学生

正在扮演或即将扮演的角色期望,可以较清楚地勾勒出作为学校、家庭、社区体育一体化关键角色的大学生群体的角色期望(见图1)。

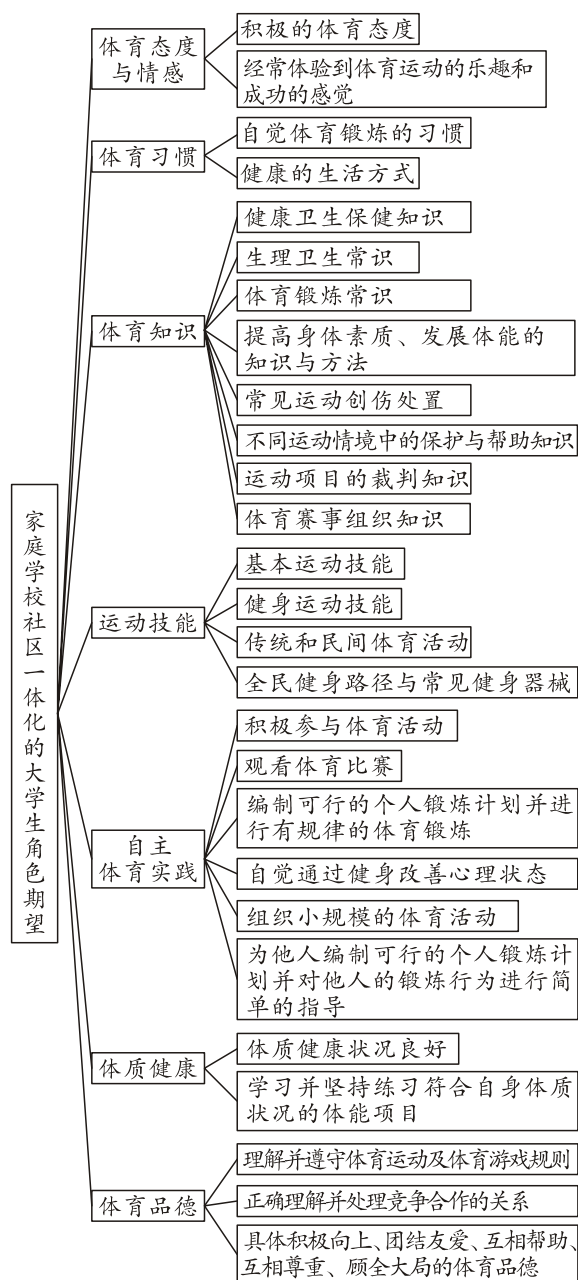


图1 家庭、学校、社区一体化对大学生的角色期望

### 3.2 对大学生的培养策略

1)分级拓展运动技能教学内容,实现一体化的衔接。

基于学校、家庭、社区体育一体化对大学生的角色定位与角色期望,为了实现学校体育与家庭体育和社区体育的衔接,可以拓展运动技能教学内容,并对群众基础较好、社会开展广泛、场地设施相对充足的运动项目有所侧重。

在内容选择和安排上,可尝试对运动技能采取分级制度。将基本运动技能(走、跑、跳、投、支撑、悬垂、攀登、爬越等)和作为日常基本锻炼形式之一的健身走(跑)设置成为大学生必须掌握的基本技能,同时配套介绍相关的锻炼注意事项以及运用范围。在我国开展较为普遍的篮球、足球、羽毛球和乒乓球等运动项目纳入大学生必学的内容,作为大学生熟练掌握的运动技能,其技术难度不在大,教学时间亦可弹性调整,重在能自主灵活运用于日常的体育锻炼中。而其它运动项目,如健美操、有氧健身操、体育舞蹈、街舞、广场舞、网球、游泳、武术等则作为选项内容供大学生们自由选择学习。此外,增加对传统和民间体育活动,如跳绳、踢毽子、打陀螺和滚铁环的介绍与练习,这些项目相对较少受到场地的限制,趣味性、健身性较强。随着我国城镇化的不断推进,全民健身路径这类户外(室外)健身器材不断普及,基本成为各类广场、公园以及住宅小区必要的配套设施,其对使用者的要求门槛较低,因此还应考虑向大学生群体增加全民健身路径使用方法及锻炼注意事项的教学内容,以帮助大学生学会利用这类户外(室外)健身器材自主进行体育锻炼,扩大运动技能储备。

2)创设多元体育运动情境,培养大学生体育自主实践能力。

在高校体育教学中,还应创设多元的体育运动情境,将各类运动技能教学内容穿插其中,使大学生群体在角色扮演过程中不仅能掌握运动技能,还能掌握各类运动技能运用的场景与锻炼的注意事项,提高他们的体育自主实践能力以及锻炼指导能力。

3)打造多级健身交流展示平台,引导大学生养成自觉体育锻炼的习惯。

学校、家庭、社区体育一体化对大学生角色期望的重要一环是要求他们在不同体育活动中均能自主或与他人一起进行有规律的体育锻炼。而从目前的现状来看,大学生群体的体质健康和体育锻炼状况均不容乐观,所以还须根据大学生群体喜欢尝试新生事物、追求时尚、渴望结交朋友和表现自己的特点,打造多级健身交流的展示平台,包括:(1)学生体育竞赛平台,主要通过班级与院系级别的体育竞赛、体育课堂课外教学竞赛、学生体育社团成员交流赛和高水平运动队成果展示几大形式,使大学生在活动过程中灵活运用所掌握的各种运动技能和相关裁判知识、展示自己的风采、促进校内和校际同学之间的沟通交流;(2)健身指导咨询平台,主要通过体育教师和学生体育骨干的现场指导、网络指导,以及健身同伴之间的相互指导与督促,掌握健身常识、提高健身指导能力,加深对健康理

念的理解; (3)健身信息交流平台, 主要通过校园论坛、QQ 群线上线下活动和学生体育社团的定期活动, 加速健身信息的推广宣传, 为志同道合的大学生健身者提供更多更广泛更便利的约友健身信息与机会。

依托上述的多级健身交流展示平台, 开展丰富多样的体育活动, 以营造良好的体育氛围。在参与体育活动的过程中引导大学生感受运动的乐趣和成功的感受, 逐渐形成稳定积极的体育意识, 养成体育锻炼的习惯和健康的生活方式, 为他们今后走向社会和教育后代打下坚实的体育基础, 也为学校、家庭、社区体育一体化作用的发挥提供人力资源。

### 参考文献:

- [1] 沈建华. 学校、家庭、社区一体化体育发展的基本含义、基本要素和基本特征[J]. 上海体育学院学报, 2001, 25(3): 81-85.
- [2] 沈建华. 学校、家庭、社区一体化体育发展的目标、原则与网络[J]. 上海体育学院学报, 2001, 25(4): 70-73.
- [3] 杨文轩, 陈琦. 体育原理[M]. 北京: 高等教育出版社, 2004.
- [4] 沈建华. 体育发展新论——学校、家庭、社区一体化体育发展研究[C]//第7届全国体育科学大会论文摘要. 北京: 中国体育科学学会, 2004.
- [5] 朱林. 学校、社会、家庭健康教育一体化模式构建[J]. 体育科学研究, 2009(3): 46-49.
- [6] 曹书芳, 沈时明, 张正民. “家庭、学校、社会”一体化模式对阳光体育运动的促进作用研究[J]. 体育师友, 2010(5): 44-45.
- [7] 张正民, 杨秀梅. 阳光体育运动推广模式研究——以“家庭、学校、社会”一体化模式为例[C]//第9届全国体育科学大会论文摘要汇编. 北京: 中国体育科学学会, 2011.
- [8] 奚从清. 角色论——个人与社会的互动[M]. 杭州: 浙江大学出版社, 2010.
- [9] 李趁丽. “家庭、学校、社会”一体化促进阳光体育运动的长效机制研究[D]. 重庆: 西南大学, 2013.
- [10] 许欣. 父母—儿童运动参与的知信行关系[D]. 北京: 北京体育大学, 2013.
- [11] 余舒, 李艳, 郭力平. 美国 0~3 岁婴幼儿早期学习指南之运动子领域解析[J]. 幼儿教育(教育科学), 2011(5): 52-55.
- [12] 教育部. 教育部关于印发《3—6 岁儿童学习与发展指南》的通知[EB/OL]. [http://www.moe.gov.cn/publicfiles/business/htmlfiles/moe/s3327/201210/xxgk\\_143254.html](http://www.moe.gov.cn/publicfiles/business/htmlfiles/moe/s3327/201210/xxgk_143254.html), 2012-12-09.
- [13] 教育部. 教育部关于印发《全国普通高等学校体育课程教学指导纲要》的通知[EB/OL]. [http://www.moe.gov.cn/publicfiles/business/htmlfiles/moe/moe\\_28/201001/80824.html](http://www.moe.gov.cn/publicfiles/business/htmlfiles/moe/moe_28/201001/80824.html), 2002-08-06.
- [14] 教育部. 教育部关于印发《高等学校体育工作标准》的通知[EB/OL]. [http://www.moe.edu.cn/publicfiles/business/htmlfiles/moe/s3273/201407/xxgk\\_171180.html](http://www.moe.edu.cn/publicfiles/business/htmlfiles/moe/s3273/201407/xxgk_171180.html), 2014-06-12.
- [15] 中国学生体质与健康研究组. 2010 年中国学生体质与健康调研报告[M]. 北京: 高等教育出版社, 2012: 76.
- [16] 教育部. 教育部关于印发《国家学生体质健康标准(2014 年修订)》的通知[EB/OL]. <http://www.moe.edu.cn/publicfiles/business/htmlfiles/moe/s3273/201407/171692.html>, 2014-07-17.
- [17] 国家体育总局. 社会体育指导员技术等级制度[EB/OL]. <http://www.sport.gov.cn/n16/n1092/n16864/322504.html>, 2008-05-08.
- [18] 国民体质监测中心. 2013 年 20~69 岁人群体育健身活动和体质状况抽测工作调查结果[EB/OL]. <http://www.fitness.org.cn/news/201388/n0293566.html>, 2013-08-08.
- [19] 陈琦. 学生体育素养的评价[J]. 体育学刊, 2002, 9(6): 12-14.