普通高校体育课教学改革的探讨

傅小芳

(武汉科技学院 公共课部, 湖北 武汉 430077)

摘要 采用文献资料法, 对我国普通高校体育课教学改革的历程及目前高校体育教学存在的问题和不足, 进行了分析探讨。在理性分析和思考的基础上, 提出了一些切实可行的改革方法和对策。

关键词 高校体育; 教学改革; 对策

中图分类号: G642.0 **文献标识码:** A **文章编号:** 1008-3456(2009)03-0112-03

Teaching Reform of College Physical Education

FU Xiao-fang

(Department of Public Courses, Wuhan University of Science and Engineering,
Wuhan, Hubei, 430077)

Abstract This paper uses literature method to analyze the history of teaching reform of college physical education as well as problems and deficiencies in college physical education. Based on the reasonable analysis, this paper puts forward some feasible ways and countermeasures on the teaching reform of college physical education.

Key words college physical education; teaching reform; countermeasure

一、20 世纪末期普通高校体育课教学模式及教学改革进展

20 世纪 80 年代初期, 学校体育方向的一些学者提出了“真义体育”的理论问题, 许多学校围绕发展学生身体素质的主线, 进行了体育课程教学内容、教学方法的改革。与此同时, 一些持不同观点和主张的改革者, 也分别依自己对体育教育的认识进行了教学改革。一时间, “三基加素质”、“体质为主体”、“男拳女舞”等种种模式的体育教学众说纷纭。20 世纪 80 年代中、后期, “通过体育课程培养学生体育兴趣、爱好, 养成体育锻炼习惯”为主旨的观点, 引出“选项体育课”的改革, 结果表明选项体育课的教学效果优于普通体育课。随即, 以各个运动项目为主干教材的选项体育课在全国普通高校全面实

施。1992 年国家教委颁布了《全国普通高等学校体育课程教学指导纲要》, 将体育课的教学目标确定为通过科学的体育教学过程和体育锻炼过程, 将体育课的类型定位在“基础体育课、选项体育课、选修体育课、保健体育课”4 种类型上。自 1992 年《全国普通高等学校体育课程教学指导纲要》出台之后, 从根本上改变了学校体育课教育的指导思想, 拓宽了体育课教学的思路。由于国家对于学校体育课教育着重强调的是宏观指导作用, 一改过去一部大纲统天下的做法, 全国高校体育课程教学改革才得以实施, 体育课程权利由国家主体向学校主体转变, 从而赋予了学校和体育教师课程决策上的自主权。自此, 我国高校体育课程教学基本是在《纲要》的指导下进行和运作。1995 年 6 月 28 日国务院正式向全国颁布了《全民健身计划纲要》, 确定了 2010 年的奋斗目

标是,努力实现体育与国民经济和社会主义事业的协调发展,全面提高中华民族的体质健康水平,基本建成具有中国特色的全民健身体系。

二、目前我国普通高校体育课程教学存在的主要问题

1. 教学观念陈旧

解放以来,我国高校体育课教学进行了多方面的探索,取得了一些成效。但由于过去40多年来全国高校体育一个大纲统得过死,教学内容受竞技体育影响太深,束缚了我国高校体育课教育的改革,严重制约和影响了对学生习惯的培养,影响体育所肩负的综合教育目标的实现。因此,从某种意义上说,打破过去旧的体育观念,彻底摆脱传统观念的束缚,建立一套以终身体育为目标的体育新观念,是时代赋予我们的一项历史性任务。

2. 教学内容脱离学生实际,教学方法呆板

多年来,高校体育课一直严格按照讲解、示范、练习的模式进行体育教学,学生缺乏主动性,体育课缺乏生机。此外,教材的重复率较高,大多是中小学内容的重现。一条竞技运动技术结构的组成贯穿于大中小学体育教材之中。高校体育课教育总是片面强调传统体育知识技能的学习,以课堂教学和教师为中心,对学生的健身和发展运动能力的内容安排不够,因而束缚了学生的手脚,不利于培养学生的体育兴趣^[1]。

3. 教学评估体系不完善

体育课教学是教师的“教”和学生的“学”相统一的活动,这既是对学生体育能力和成绩作出评价的过程,同时也是对教师的教学能力和教学效果进行评价的过程。但是由于体育课教学评价内容单一,基本上局限于体能和运动技能等方面的发展,而很少关注学生的意志、兴趣、态度、个性发展以及学生的进步速度等“隐性指标”^[2],所以体育教学评估体系亟待改革。

4. 体育教师知识结构不合理,教师队伍不稳定

目前我国普通高校的体育教师绝大部分毕业于体育院系。由于我国体育院系在课程设置中,理论知识与运动技术教学总时数比例分配不合理,其中包括在招生时已存在着的重技术轻文化成绩的倾向。培养出的多为“技术型”、“素质型(指运动素

质)”的体育教师。由于体育教师工作条件相对艰苦,社会地位相对不高,以及学历普遍偏低给职称晋升带来了一定困难等主客观原因,导致高校体育教师隐性流失严重,给高校体育的教学质量和改革的推进造成了一定的影响^[3]。

三、普通高校体育课程改革的对策

1. 摆脱传统观念的束缚,加强终身体育观念的培养

通过高校体育课的学习和教育,不仅要使学生获得健全的身体和强健的体魄、健康的心理和生理,更要树立起终身体育的价值观。根据世界体育教育发展趋势和我国现实条件,以终身体育为主线,制订学前体育、学校体育和社会体育之间科学的、连贯的体育课程教学规划,改革以纯运动技术教学为主的思想,改变过去以运动竞技教学为主线教育向完善人的身体为目标的健身育人、“健康第一”的教育观念转变,树立以增强体质、培养学生体育能力,追求生活乐趣为宗旨的全民健身和终身体育的思想。

2. 大胆创新教学内容

体育课程内容的选择要坚持实用性和科学性。过去高校体育课教学很少考虑未来社会对人才的需求,也不注意联系中国市场经济条件下各方面改革的实际,与社会生活脱节。在确定项目与内容时,除了应紧密联系社会和市场的需要之外,还应考虑今后职业对身体素质的要求,选择有助于强化学生体育知识、培养学生体育兴趣和提高综合体育能力的教材。使学生毕业后能长期坚持开展健身活动,保证学校体育与全民健身之间最合理的纵向连贯与衔接。只有这样,才有利于学校体育向终身体育方向发展。同时,要尽快建立一套较为完整、合理的以增强学生健身意识、培养学生终身坚持参加健身锻炼习惯为主线的新的实践与理论教材体系。

3. 建立新的高校体育课教学评估体系

高校体育课教学的评估应从育体和育人方面来考虑,通过教学评估,能有效地测定学生的知识、技能和技术的掌握情况。甚至也能在一定程度上把学生的能力和个体差异量化,并用数字(等级)表示出来。新的高校体育课教学评估体系对评估应在相关学科知识、交叉边缘学科知识、运用先进科技手段进行启发式教学的能力、激发学生身心潜能以及科研能力等诸方面进行综合评估。对学生的评估还应

从认识、情感、实际操作扩展到人际交往、协作能力、适应社会竞争等方面。

4. 提高高校体育教师的整体素质

高校体育教师是发展高校体育事业的主导力量。体育教师的素质如何,直接影响体育课程教学质量和发展水平。加强师资队伍建设和体育课程改革的一项重要任务。体育教师要更新观念,完善自身的知识结构。要努力提高高校体育教师的综合素质:(1)要加强体育教师的思想政治工作,以人为本,充分发挥教师在改革中的主导作用。(2)要建立科学的管理和运行机制。(3)要给体育教师提供良好的培训条件。(4)要重视学科梯队和学科带头人的培养。(5)要建立和完善教师的评价体系。

5. 将现代化的多媒体教学手段引入高校体育课堂教学

21 世纪是多媒体的时代,多媒体技术将改变教学模式、教学内容、教学手段和教学方法。多媒体技术应用于分析研究技术动作、模拟技术应用,有助于体育教学和战术意识的培养,能大大提高教学效果。多媒体技术已应用于体操、武术、健美操、花样滑冰、游泳等项目中,利用计算机对一些基本动作进行分析和研究,将某些基本动作分解、组合、修改可编排科学新颖的动作,从而丰富授课内容。多媒体教学应用于体育理论,将带有活动的,有丰富教育意义的信息及生动精彩的竞技场面展示给学生,能有效

地激发学生的学习兴趣。多媒体教学作为一种新的教学手段,固然有其自身的许多优点,能丰富和弥补体育传统教学中的缺陷,但并不说明样样都优于传统教学手段,它自身的缺陷需要传统教学手段来弥补。高校体育工作者应有意识地将两种教学手段互相渗透,与传统教学相结合^[4]。

强化学生的终身价值观是当今体育课改革的重要内容。21 世纪,中国高校体育将进入一个崭新的时代。在深化教育改革和推进素质教育的感召下,应抓住体育课程改革这一核心问题,构建一个既能增强学生体质,又能使学生养成自学、自练、终身锻炼习惯的新的水平高的体育教学模式。要结合社会和市场的需求,使高校体育课教育与全民健身更好地接轨,为培养新时期的优秀人才做出新的贡献。

参 考 文 献

- [1] 张小华. 高校体育课程改革现状及对策[J]. 理工高教研究, 2006(2):106.
- [2] 张建华, 杨铁黎. 当代美国体育教学评价的改革[J]. 天津体育学院学报, 2002(1):64-67.
- [3] 郑忠波. 高校体育课程改革现状及发展对策的研究[J]. 广西财政高等专科学校学报, 2002(2):54-55.
- [4] 李仲明, 李国岳, 邓永泰. 应用多媒体进行健美操教学的实验研究[J]. 体育学刊, 1996(2):81-83.

(责任编辑:侯之学)