

# 藏族地区学校体育教育的制约因素及发展对策

——以四川甘孜康巴区为例

张韧仁, 江海涛

(宜宾学院 体育系, 四川 宜宾 644000)

**【摘要】**采用实地调查法对制约四川省甘孜藏族自治州康巴地区学校体育教育的各个因素进行了深入细致的了解, 最后基于康巴地区学校体育教育的现状以及当地学生、教师、领导的愿望提出了几点发展康巴地区学校体育教育的对策。

**【关键词】**康巴地区; 学校体育教育; 制约因素; 发展对策

**【中图分类号】**G807.0 **【文献标识码】**A **【文章编号】**1673-1891(2009)02-0093-02

学校体育教育关系着下一代的健康、全面成长是个不争的事实, 但遗憾的是学校体育教育并非因此而随处随时的正常运作、健康发展。这种情况在康巴地区表现得尤为突出。本文着眼于康巴地区学校体育教育正常运作、健康发展的制约因素, 着眼于康巴地区学校体育教育正常运作、健康发展的可行性对策, 旨在为康巴地区学校体育教育的正常运作、健康发展提供一些借鉴和参考。

## 1 康巴地区学校体育教育的制约因素

康巴地区位于青藏高原和四川盆地的过渡地带, 地形和地貌复杂: 群山巍峨, 江河纵横, 且交通较为闭塞。笔者走访调查了甘孜藏族自治州, 康定县及其周边的小学、中学和中专学校的部分体育教师、学校领导、体育局工作人员以及学生, 深入了解且同时见证了康巴地区学校体育教育的实施现状以及制约因素。

### 1.1 高原环境

康巴地区地处高原, 气候寒冷、氧气稀薄, 很不适合体育运动尤其是需要充足氧气的有氧代谢运动。在这样的条件下中小学的体育课自然很难正常实施(内容受限、质和量难以保证)尤其是需要充足氧气的有氧代谢运动。与当地教师的访谈得知, 有时体育课上本就呼吸困难的学生如果进行一些导致或加剧大脑缺氧的大运动量或大强度运动后普遍出现昏迷甚至休克。

### 1.2 民族服饰

康巴地区大多信仰喇嘛教, 教民们一年四季身穿独特的宗教服装——喇嘛裙, 学校信仰喇嘛教且整天穿着喇嘛裙的学生特别多。而体育课和课外体育活动要求着装轻便且适宜运动。学生为了坚守信仰而拒绝着运动服代替宗教服参加体育运动, 教师为了消除身穿宗教服的学生参加运动所携带

的潜在安全隐患而放弃体育课和课外体育活动实施。

### 1.3 民族习惯

在康巴地区大多数人们的体育观念中, 摔跤、骑马、锅庄等民族传统体育运动既是传统的体育运动, 也是他们体育的全部。至于体育课的体操、田径等很多项目和内容他们都不了解, 也不愿去了解。

### 1.4 体育教育意识淡薄

康巴地区属于比较落后的地区, 因此, 学校、学生、家长格外重视寄予改变现状的文化知识学习, 从而淡化体育课和课外体育活动的开展。这无疑是学校体育教育在康巴地区难以正常开展的一个制约因素, 也是体育课时常被文化课占的借口。

虽然康巴地区的教育工作者和学生家长大多已经意识到下一代受教育的重要性, 但还没意识到体育教育对其下一代全面发展的重要性, 甚至仍然存在只要学好考大学必须的语、数、外等主要学科就可以了, 学不学体育根本无所谓, 反正高原的孩子身体没平原孩子娇弱, 再说学习体育会占用文化课学习时间。

### 1.5 师资水平低下

专业体育教师的匮乏以及现有体育教师的教育方法和技巧亟需进一步提高, 很大程度上导致了学生和家长不知道也不理解学校体育教育的真正含义, 学校体育教育的项目和内容及其锻炼价值。这无疑加重了学生和家长对学校体育教育的淡化。

### 1.6 体育资金短缺

康巴地区属于贫困的高原山区且交通非常不便、经济非常落后, 又加上各级各类领导对学校体育教育的忽视, 学校体育教育资金严重匮乏, 体育场地器材设备严重不足。这无疑直接造成了学校体育教育的“举步维艰”。

## 2 康巴地区学校体育教育的发展对策

### 2.1 开展适合高原环境的体育运动

发展康巴地区的学校体育教育,必须从当地的具体情况出发。康巴地区平均海拔2700米,气候寒冷、氧气稀薄、长冬短夏。由于这些生态环境因素的制约,发展学校体育教育的难度自然要比内地大。然而从另一个角度而言,这些生态环境因素与遗传因素的交互作用很大程度上塑造了康巴地区学生的某些运动特点和优势。因此,可以集中力量挖掘民族特色体育资源,并大力开展好对体育场地器材要求不高且适宜于高原环境运动的摔跤、柔道、射击、射箭、投掷、中长跑等项目,一方面发展学校体育教育,另一方面为全国民运会等国际国内大赛培养藏族优秀运动员。

### 2.2 尊重宗教传统和民族习惯发展学校体育教育

虽然体育课和课外体育活动要求着装轻便且适宜运动。但必须在尊重康巴地区民族信仰的前提下,在培养学生体育运动兴趣后逐渐说服、引导学生着运动服代替喇嘛裙参加体育运动。虽然为了发挥学校体育教育对学生身心发展的全面均衡协调作用,理应安排多项目、多形式的体育课和课外体育活动,但必须在尊重康巴地区民族习惯、保证传统的摔跤、骑马等运动练习的前提下,逐渐说服、引导学生逐步涉足体操、田径等运动项目和内容。否则,必然适得其反。

### 2.3 明确学校体育教育的作用

首先康巴地区的学校领导、教师以及学生家长应明确体育教育在学生的身心全面均衡协调发展中具有不可替代和不可忽视的作用;其次逐步引导学生和学生家长走出学不学体育根本无所谓,学习体育会占用文化课学习时间的误区。逐步加强康巴地区人民对学校体育教育重要性的认识。

### 2.4 规范各项学校体育教育工作

首先把体育教学、各项体育活动和竞赛列入学期教学计划;其次确保体育课、课间操、课外体育活动和训练能够正常有序的运作;再次经常组织参加

校内和校外体育竞赛,尤其是传统的一般每年一次的学校田径运动会以及区(县)、市、省级等级别与区内外学校同等竞争的各种体育竞赛。

### 2.5 加大学校体育硬件实施的投入、体育师资引进和培养的力度

首先尽可能争取各级各类政府和社会大众的扶持;其次学校自身也应该尽可能加大运动场地建设、器材添置的投入以及体育师资引进和培养(安排外出教研、培训等)的力度;再次因地制宜、因陋就简的自建运动场地、自制体育器材,创造必要的条件并鼓励体育教师通过多渠道的自学方式更新教育理念、提高业务水平。

### 2.6 加强学校课外体育训练,借竞技体育带动体育教育的发展

生态环境因素与遗传因素长期的交互作用塑造了康巴地区藏族青少年的身体素质普遍比内地汉族青少年好,高大、力量型、耐力型的运动苗子比比皆是。因此,各级各类学校应该利用藏族子女吃苦耐劳的精神加强课外体育训练,集中力量挖掘民族特色体育潜能,大力开展好对体育场地器材要求不高且适宜于高原环境运动的摔跤、柔道、射击、射箭、投掷、中长跑等项目,一方面发展学校体育教育,另一方面为全国民运会等国际国内大赛培养藏族优秀后备人才,同时用竞技体育带动学校体育教育的发展。

## 3 结论

高原环境、民族服饰、民族习惯、体育教育意识淡薄、师资水平低下、体育资金短缺严重制约着康巴地区学校体育教育的运作和发展。

可以通过在尊重宗教传统和民族习惯,明确学校体育教育的作用,规范各项学校体育教育工作,加大学校体育硬件实施的投入、体育师资引进和培养的力度前提下,一方面深入开展各项适合于高原环境的体育运动以促进康巴地区学校体育教育正常健康发展;另一方面着力加强学校各类课外体育训练,借竞技体育带动康巴地区学校体育教育的发展。

### 注释及参考文献:

- [1]沈时明.四川甘孜州藏族13~17岁女生体质健康现状调查[J].中国体育科技,2005(6):26-27.
- [2]姜明,周新林.浅论康巴藏族锅庄的健身价值[J].康定民族师范高等专科学校学报,2005(5):112-116.

## Restriction Factor and Countermeasures of Physical Education of School in Tibetan National Minority Area

——Take the Kangba as Example

**注释及参考文献:**

- [1]王鸽,潘宪民.中外体育教育课程设置比较研究[J]北京体育大学学报,2005,28(4):515-517.  
[2]陈玉忠,徐箐.美国体育师资培养和管理的特色及其启示[J].体育文化导刊,2005(9):59-60.

## Comparison of Cultivation on Physical Teachers between China and United State

WAN Li, YANG Shan-qian

(*P.E Department of China West Normal Universty, Nanchong, Sichuan 637009*)

**Abstract:** By means of the introduction of characteristics of physical teachers' cultivation in United States, and the comparison on the relevant curriculums and the system of teacher-confirming on physical teachers' cultivation between the P.E department of Slippery Rock University in the United States and that of Peking University, the author points out the differences in curriculums of specialized theory and educational science and also the practice stage between two countries, providing useful references for the reform on P.E major.

**Key words:** Teacher cultivation; Setting of curriculum system; China; United state

---

(上接94页)

ZHANG Ren-ren, JIANG Hai-tao

(*Department of Physical Education of Yibin College, Yibin, Sichuan 644000*)

**Abstract:** This peper adopts the method of survey to carefully and thoroughly investigate each restricted factor of school physical education in Kangba, finally proposes several feasible countermeasures of normal implementation and the development of school physical education in Kangba based on the present situation of school physical education in Kangba and the desire of students, teachers and leaders.

**Key words:** KANGBA; School physical education; Restriction factor; Countermeasure