

# 安徽高职院校女生厌学体育课的成因与对策研究\*

潘尚莲, 张文英

(安徽商贸职业技术学院 基础教学部, 安徽 芜湖 241002)

**【摘要】**本文采用问卷、访谈与文献资料相结合的方法,从安徽省高职院校女生的体育健身功能认知、体育课教学内容、教学硬件、成绩考核标准和体育教师基本素质等方面阐述了厌学体育课的成因,提出了培养女生终身体育思想、适量增加体育专项课、改善体育运动环境、改进体育课成绩评价体系和提高体育教师综合素质等可操作性对策,为加强高职院校女生体育课教学提供参考资料。

**【关键词】**安徽省;高职院校女生;厌学体育课;成因;对策

**【中图分类号】**G807.01 **【文献标识码】**A **【文章编号】**1673-1891(2012)02-0112-05

高等职业教育(Higher Vocation Education)是指在高中阶段教育的基础上,为生产建设、管理、服务第一线培养高级技术应用型人才的专门教育。它是高等教育的一部分,也是一种特殊类型的高等教育。近几年来,安徽省高等职业教育发展迅速,高职院校办学规模占高等学校的60%以上。随着安徽省高职院校学生人数增加,女生人数也逐渐攀升,特别是财经、外语、旅游、护理等高职院校女生人数占全校学生人数均在70%以上。可见,女生体育课教学成为安徽省高职院校体育课教学的重中之重,已是不争的事实。因此,重点调研安徽省高职院校女生厌学体育课教学的成因,探讨提高体育课教学质量的对策,对促进高职院校女生素质教育的发展具有现实指导意义。

## 1 调查对象与研究方法

### 1.1 调查对象

根据安徽省行政区域及其教育发展的特点,笔者从安徽省71所高职院校中选取了20所高职院校作为调查对象。

### 1.2 研究方法

通过对安徽省部分高职院校的女大学生、体育教师和体育教学管理人员进行问卷调查和访谈,采用现场发放问卷当场回收的方法,并采用专家评判法、重复测量法对调查问卷进行信度、效度检验,获取了较为翔实的第一手材料。本次调查共发放问卷1000份,回收986份,有效问卷978份,有效率达97.8%,并运用SPSS15.0系统对数据进行统计处理。

## 2 高职院校女生厌学体育课的成因分析

### 2.1 高职院校女生对体育的健身功能认知不足,羁绊了女生学习体育的思想

表1 女生在高中学习阶段体育课开设情况统计表(N=978)

选择项	选择人数	百分比
高中不开设	0	0
开设(高一起改上其他课或自由活动)	322	32.9%
开设(高一正规上课,高二起改上其他课或自由活动)	443	45.3%
开设(高一、二正规上课,高三起改上其他课或自由活动)	103	10.6%
开设(正规上体育课)	92	9.4%
开设(不正规上体育课)	18	1.8%

由表1可见,有45.3%的女生在高二就没有上过体育课,有32.9%的女生潜意识认为体育课就是“自由活动”或“上其它课”,有1.8%的女生在中学阶段从来就没有上过正规体育课,她们几乎没有体育概念。究其原因,是由于中学多年的“应试”教育,学校在高考应试科目上占用了大量时间,挤压了学生体育课和课外体育活动的大量时间,因而她们中大多数人从来就没有感受到体育的健身功能。而这

个年龄阶段的中学生的人体各个组织、器官、系统的机能正处在人生中最佳时期,疾病、劳损、衰竭的威胁对她们来说那是非常遥远的事情,从而对体育锻炼的功能缺乏认知。升入大学以后,多年中学“应试”教育产生的“后遗症”,不仅导致有73.6%的高职院校女生在体育健康体质测试中体质不达标,且呈下降趋势,如表2所示,引发了她们不喜欢体育课、甚至厌烦体育课的结果。

收稿日期:2012-04-07

\*基金项目:本文系安徽商贸职业技术学院校级教研项目的阶段性成果(项目编号:2007JY05)。

作者简介:潘尚莲(1975-),女,安徽芜湖人,讲师,硕士,研究方向:体育教学与社会体育学。

表2 高职院校女生体育健康体质状况统计表(N=978)

选择项	选择人数	百分比
达标(优于或相当中学体质)	104	10.6%
达标(劣于中学体质)	154	15.8%
不达标(优于或相当中学体质)	321	32.8%
不达标(劣于中学体质)	399	40.8%

## 2.2 高职院校女生体育课教学内容陈旧,抑制了女生学习体育的兴趣

表3 女生对高职院校的体育课教学内容满意度统计表(N=978)

选择项	选择人数	百分比
很满意	0	0
满意	91	9.3%
基本满意	99	10.1%
不满意	788	80.6%

从表3发现,有80.6%的女生对目前高职院校体育课开设的以田径、技巧、篮球、排球、足球为主的教学内容不满意,认为与中学阶段的体育课教学内容没有实质区别,只是简单的重复。调查还获知,绝大多数高职院校是由原中专学校升格而来的,其办学定位不够清晰,人才培养模式基本上还是中专培养模式,这就势必导致了其体育课教学内容仍然大量延续了中学教育课设置的内容。调查中虽有8所高职院校安排了学生自选体育专项学习,但是自选的体育专项课程适合女生选择的运动项目不仅有限,而且专项课程的内容也比较单调。更有甚者,有些高职院校女生由于选择自己心仪的体育专项(如健美操等)人数太多、名额有限而选不到,因而“改选”篮球或足球等项目。这样的做法直接导致了女生对体育课学习的“身顺而心违”的结果,从而使很多女生对体育课教学内容产生排斥、甚至厌烦心理。这些枯燥乏味的体育教学内容在高职院校反复地“演绎”,很难激发大多数女生对体育课教学的兴趣,影响了女生学习体育的积极性。

## 2.3 高职院校女生体育课教学的场馆、设备缺乏,掣肘了女生学习体育的热情

高校体育运动场馆建设是学校基本建设之一,是学校体育工作的重要组成部分,它是体育教师的教学舞台,是实现高校体育教学目标的保障,也为广大师生员工锻炼身体、发展健康水平、丰富校园文化生活提供了条件。调查得知,大部分高职院校有“场”无“馆”,也没有提供相应的设施和齐全的运动设备。这是由于历史的原因,大多数高职院校基础差、底子薄、缺乏硬件设施建设资金。场地、设施不足,给体育课教学带来了诸多不便。每次都有多

个班级同时在田径场地进行教学,这无论是做准备活动还是进行田径专项教学,都要受到不同程度的影响;乒乓球、羽毛球、技巧等项目教学无法有序开展;篮球、排球场地在课外体育活动中更是人满为患;其他小场地也没有达到开展体育教学项目的要求。特别是在下雨、下雪、大风等天气,体育课教学就不能开展了。

表4 女生对高职院校的体育锻炼环境满意度统计表(N=978)

选择项	选择人数	百分比
很满意	0	0
满意	95	9.7%
基本满意	136	13.9%
不满意	747	76.4%

由表4可知,有76.4%的女生对高职院校的体育锻炼环境不满意。由于高职院校对体育场馆、设备的资金投入力度未能跟上招生规模超常规地增长的步伐,导致了运动场馆、设备缺乏,女生练习机会少、等待时间长,从而掣肘了她们学习体育的热情。

## 2.4 高职院校女生体育课的成绩考核标准不佳,挫伤了女生学习体育的锐气

众所周知,体育课的成绩考核是对学生学习结果的一种描述。考核标准是否客观、公正至关重要。调查得知,高职院校的女生体育课成绩评定标准都是仅仅体现在出勤、运动技术和身体素质等三个方面。由于这个标准过多重视量化考核、忽视定性评价,从而使体育教师和体育课程管理者处于评价中的权威地位,学生处于被评价的被动地位,也使女生体育课的成绩考核不能起到导向、调节、激励和鉴定等作用。

表5 女生对体育课成绩考核标准满意度统计表(N=978)

选择项	选择人数	百分比
很满意	91	9.3%
满意	154	15.7%
基本满意	203	20.8%
不满意	530	54.2%

由表5可见,有54.2%的女生对体育课成绩考核标准不满意。她们认为认真上体育课不一定能取得好成绩,不认真上体育课有可能取得好成绩。比如,有的女生一学期认认真真上了体育课,可能因为体育课800米项目考试不及格,导致既不能获得“奖学金”,又不能评上“三好学生”。因此,高职院校千篇一律地使用这种“高度”、“速度”、“远度”等指标评价学习效果,已经严重挫伤了女生学习体育

的锐气,因为有些体育实践项目,有为数不少的女生即使练上一辈子也达不到“及格”标准。这可能也是“体育课”不受女生欢迎的主要原因之一。

## 2.5 高职院校女生体育课的教师素质不高,失去了女生学习体育的向心力

表6 女生对体育课教师基本素质满意度统计表(N=978)

选择项	选择人数	百分比
很满意	0	0
满意	189	19.3%
基本满意	380	38.9%
不满意	409	41.8%

教师是教学过程的组织者和管理者,教师的素质决定了教学的成败。调查表6显示,高职院校的女生对体育课教师的基本素质要求较高,有19.3%的女生对体育教师满意,有38.9%的女生对体育教师基本满意,有41.8%的女生对体育教师不满意。不满意的原因主要有教学方法呆板、单一,缺乏“亲和力”,体育专业素质不高,对不同体质的女生没有区别对待,等等。调查知悉,高职院校的体育课教师中,有的是“半路改行”来的,即本科读的是其他专业,而研究生改读体育教育专业,这些教师虽然体育理论水平较高,但体育专项实践素质缺乏“兼容”,实践教学能力显示较为“苍白”;也有部分老师对传统的体育项目教学开展得“有声有色”,但对一些新型体育项目,如健美操、体育舞蹈、网球等项目教学表现得不够娴熟;还有少部分教师热衷于经商,没有太多的精力钻研体育课的教学艺术,等等。这些体育课教师的言行和专业素质,直接影响了女生体育课的教学效果,也失去了对她们学习体育的召唤。

## 3 改善高职院校女生体育课教学的对策

### 3.1 增加高职院校女生体育课的理论教学内容,培养女生的终身体育思想

毋庸置疑,体育教学的重要目标就是培养学生自我体育意识,让个体参与体育活动成为一种自觉的习惯行为,发挥将学校体育教育延伸至终身自我体育教育的特殊作用。培养学生的自我体育意识应当贯穿于整个学生时期不同学习阶段的体育教学的始终。高职院校应当健全高职体育理论课程标准,积极组织编写体育理论教材,增加与健康相关理论的教学内容。

教材内容应当涉及体育锻炼与改善体适能(即体能Physical Fitness)的理论,如体育锻炼能够提高心肺耐力、肌肉力量和耐力、柔韧性、身体成分等相

关健康的体能,也能够提高速度、力量、灵敏性、平衡、反应、神经肌肉协调性等相关动作技能的体能。教材内容也应当涉及体育锻炼与营养、健康、运动卫生和疾病防治的理论,如适宜的营养能够增强体能和保持健康状态,营养吸收过少或过多均会削弱体能和引起疾病;女性生理周期的体育锻炼卫生;体育锻炼损伤的预防、急救和康复;体育锻炼能够防治心血管疾病、癌症等。教材内容还应当涉及体育锻炼与心理、社会和环境的理论,如体育锻炼能够改善情绪状态,提高智力,培养意志品质,消除疲劳、控制应激、治疗心理疾病等;体育锻炼能够加强人际交往,培养合作精神,培养竞争意识;热环境、冷环境、高海拔、空气污染等环境下体育锻炼的应对策略。

通过这些理论教学,让高职女生发现终身锻炼的价值,找到锻炼身体的依据,从而使她们树立“健康第一,终身体育”的思想,改变对体育课的认识,养成自我监督,自觉参加体育锻炼的好习惯。

### 3.2 调动高职院校女生学习体育的兴趣,适量增加适合女生运动的体育专项课

调查获知,考入高校以后,高职院校女生对体育课的期望值很高,希望大学体育的学习有新“气象”。兴趣是学习最好的老师。高职院校在女生体育课的教学内容上一定要尊重女生的选择,适量增加适合女生运动的体育专项课,以调动她们学习体育的积极性。女生体育专项课应当考虑女生的身心特点,处理好大学、中学的教学内容衔接,避免过多重复,安排一些中学难于开展的、女生感兴趣的且锻炼价值相对较高的教学内容,如网球、游泳、艺术体操、健美操、体育舞蹈、跆拳道、瑜伽等项目,满足她们探求新知识、追求健康体魄的强烈愿望。女生体育专项课还应当考虑与社交、生活环境、健康保持密切联系的教学内容,如交谊舞、掷飞镖、踢毽子、跳绳、射箭等项目,满足她们终身体育的技能需求。这些体育专项不仅容易使女生达到应有的运动量,而且可以保持她们“学而不厌”的学习态度;不仅便于体育教师根据不同女生因材施教,而且可以使她们的个性和体质得到相应的发展。广大女生各自系统地掌握一种运动技术、技能或健身的方法,可以为她们将来走向社会继续锻炼、终身体育奠定坚实的基础。

### 3.3 激发高职院校女生学习体育的热情,加大改善体育运动环境的力度

高职院校应当根据教育部颁发的《普通高校学校体育场馆、器材配备目录》的要求,按照《高职院

校人才培养工作水平评估指南》的指标体系,加大体育经费的投入,有计划地建设与学院规模相适应的体育场、馆、池,配备足够数量的体育器材和设备;在基建资金匮乏时,也可以引入民间资本参与体育设施的建设,以满足学生进行体育锻炼的需要。高职院校也应当加强对现有体育教学资源的管理,制定并实施体育教学资源的使用、保养和维修制度,教育广大师生爱护并正确地使用体育场地、设施及器材;也可以引进现代物业管理公司,实现专人常态化对其进行检查和维修,以延长其使用寿命,达到缓解场馆、器材不足的压力。高职院校还应当根据学院实际情况,修订体育教学计划,采用主辅修教学制、俱乐部教学制等教学方式,合理地安排体育课教学课程表。比如,体育选修课,高职院校应当尽量开设那些占地小且女生又喜欢的体育舞蹈、健美操等项目,并可以安排在课余时间教学,这样不仅可以避免与必修课“争夺”场馆、器材,而且还可以充分提高现有的场馆、器材的利用率,以进一步缓解体育物质资源不足的压力。总

之,高职院校应当千方百计地改善体育运动环境,以激发高职院校女生学习体育的热情。

### 3.4 提高高职院校女生学习体育的干劲,改进体育课的成绩评价体系

素质教育和终身体育的指导思想决定了高职院校的体育课程评价的根本目的是完善教师对学生的教育,促进体育课程、教师和学生的发展。通过课程评价,及时向体育教师和学生提供反馈信息,让他们知悉在体育课程中存在的不足,从而激励教师和学生不断努力完善体育课程的教学,为体育课程和学生的未来发展服务。因此,高职院校应当革新女生体育课的成绩评价体系,重视女生学习过程在成绩考核中的比例,采用考试项目与学习过程相结合的综合评价方式。考试项目既有体育理论,又有体育实践;体育实践中既有统考项目,又有自选项目等定量评价。学习过程既包括出勤情况,又包括课堂表现;既包括学习进步的幅度,又包括课外活动的参与度等定性评价。具体内容见表7所述。

表7 高职院校女生体育课成绩评价体系

评价内容	考试项目(定量评价)60%			学习过程(定性评价)40%			
	体育理论	体育实践 统考项目	体育实践 自选项目	出勤情况	课堂表现	学习进步 的幅度	课外体育活动的 参与度
百分比	10%	20%	30%	10%	10%	10%	10%

可见,这种综合评价体系,不仅能够发展女生个性,开发潜能,培养创新能力,达到客观、公正地评定女生体育课的成绩,而且能够提高女生学习体育的积极性和主动性,形成以考核促健身、以考核促愉悦的终身体育。

### 3.5 增加高职院校女生学习体育的向心力,不断提高体育教师的综合素质

“学高为师,身正为范”是教师的写照。高职院校体育教师必须具有专业胜任能力和职业道德修养。专业胜任能力包括专业素质和科研创新能力,职业道德修养包括道德品质和敬业精神。体育项目众多,教学内容极其繁杂。专项需要发挥体育教师的专长。高职院校应当建立具有终身培养理念的体育教师继续教育培训制度;引入激励机制,调动体育教师主动学习的积极性,造就“一专多能型”

教师队伍。体育教师应当与时俱进,选择某一专项作为自己的专长,通过参加体育教研活动、社会实践、自我进修、短期专项培训、学术讲座和编写适合本校体育教学的文字、音像“乡土教材”等方式,不断夯实专业胜任能力。毫无疑问,担任属于自己娴熟的体育专项课的体育教师一定能使高职女生“折服”,从而激发她们学习体育的兴趣。体育教师还应当不断加强职业道德修养,要热爱教师岗位,热爱女生,在教学过程中不断与她们交流思想和动作感受,了解她们的身心状况,及时调节运动量,采用“快乐式”、“鼓励式”、“赏识式”等多种教学方法,充分发挥女生在体育教学中的主体地位,以提高体育课的教学效果。因此,只有不断提高体育教师的综合素质,才能发挥教师的主导作用,才能增加女生学习体育的向心力。

#### 注释及参考文献:

- [1]苏耘.高职院校女学生体育行为探析[J].体育科技文献通报,2008(1):35-36.
- [2]叶树斌.对高校女学生体育教学课的探讨[J].辽宁科技学院学报,2009(3):69-70.
- [3]刘滔.对高职女生体育教学若干问题的研究[J].新课程(教育学术版),2008(7):64.
- [4]潘尚莲.如何搞好高校女生的体育课教学[J].安徽商贸职业技术学院学报,2004(1):70-71.

[5]曲宗湖,顾渊彦.大学体育课程改革[M].北京:人民体育出版社,2004:62-67.

## Study on the Causes for the Lack of Interest in PE Lesson Among Female Students of Anhui's Higher Vocational Colleges and Countermeasures

PAN Shang-lian, ZHANG Wen-ying

(Department of Fundamental Courses, Anhui Business College of Vocational Technology, Wuhu, Anhui 241002)

**Abstract:** Using methods combining questionnaire, interview and literature study, this paper expounds the causes for the lack of interest in PE lesson among female students in Anhui's higher vocational colleges from the aspects of the female students' cognition to the body-building function of PE, the teaching content of PE lesson, teaching hardware, score evaluation standard, PE teachers' basic quality and so on and then advances some operable countermeasures against the phenomenon such as fostering the female students' thought of lifelong sports, providing more physical specialized courses reasonably, improving the sports environment, optimizing the score evaluation system of PE course and enhancing PE teachers' comprehensive quality so as to provide a reference to higher vocational colleges to strengthen their PE teaching on female students.

**Key words:** Anhui province; Female students in higher vocational colleges; lack of interest in PE course; Cause; Countermeasure

---

(上接108页)

## A Simple Analysis about the Achievements of the Portraits in the Tang Dynasty

CHENG Xin-Ying, DENG Gang

(School of Art, Xichang College, Xichang, Sichuan 615013)

**Abstract:** Traditional Chinese painting was in its prime in the Tang Dynasty. The figure painting occupied the major position in the paintings in the Tang Dynasty. And the endemic Buddhism and Buddhist paintings had profound effects on the paintings in the Tang Dynasty. So either the contest and the skills or the characterization and the application of colors have changed noticeably. The painting themes displayed not only bureaucrat's nobles, palace Maids and common people but also Buddha, Bhdhisattoa and heaven kings. The colors of the Buddhist paintings were brought in by Chinese to draw Chinese figure paintings. So the gorgeous and splendid colors took place of the former simple and elegant colors. Since then the portraits in the Tang Dynasty reached unprecedented prosperity, a number of masters appeared and the greatest achievements had been reached.

**Key words:** Tang Dynasty; Figure painting; Achievements