

民办本科院校体育保健课实施困境及改进措施 ——以安徽省为例

马飞, 贺勋

(安徽外国语学院体育教学部, 安徽 合肥 231201)

摘要:为了解民办本科院校体育保健课在教学实施过程中的实际问题,采用问卷法、访谈法对安徽省4所民办本科院校体育保健课实施中面临的困境进行调查。结果显示,4所民办本科院校体育保健课实施中面临的主要困境是:(1)体育保健课教学管理制度不完善;(2)体育保健课程内容供给与学生需求不平衡;(3)学生选修体育保健课存在心理障碍;(4)师资力量与硬件设施难以满足教学需求。在对困境分析的基础上,结合体育保健班学生身体基本状况提出了具体针对性措施。

关键词:安徽省;民办本科院校;体育保健课;大学生体质弱势群体

中图分类号:G807.4 **文献标志码:**A **文章编号:**1673-1891(2020)04-0072-05

The Implementation Difficulties and Improvement PE Health-care Curriculum in Non-governmental Undergraduate Colleges:Take Anhui Province as an Example

MA Fei, HE Xun

(Teaching Department of P.E., Anhui International Studies University, Hefei, Anhui 231201, China)

Abstract: In order to understand the practical problems in the implementation of PE health-care curriculum in non-governmental undergraduate colleges, the difficulties in the implementation of sports health course in four non-governmental undergraduate colleges in Anhui province were investigated by questionnaire and interview. The results show that the main difficulties in the implementation of sports health course in four non-governmental undergraduate colleges are: (1)The teaching management system of PE health-care curriculum is not perfect; (2) Sports health curriculum content supply and student demand imbalance; (3) Students elective physical health care courses exist psychological barriers; (4)Teachers and hardware facilities are difficult to meet the teaching needs. On the basis of the analysis of the plight, combined with the basic physical conditions of students in sports health class put forward specific measures.

Keywords: Anhui province; non-governmental undergraduate colleges; PE health-care curriculum; physically vulnerable group of college students

0 引言

在教育部2002年颁布的《全国普通高等学校体育课程教学指导纲要》(以下简称《纲要》)第10条明确指出:对部分人体异常和病、残、弱及个别高龄等特殊群体的学生开设以康复、保健为主的体育课程^[1]。对于大学生体质弱势群体的概念,国内学者从不同角度进行了描述,如学者郑继超等^[2]通过对前期有关概念的文献梳理,将大学生体质弱势群体定义为“高校公共体育教育的特殊对象,特指那些

由于身体形态、机能与心理健康状况等相较于普通大学生而言处于劣势,难以跟随普通教学班进行体育教育活动,无法完成与达成正常公共体育教学进度与要求的学生”。结合《纲要》第10条对特殊群体学生的描述,本研究认为,大学生体质弱势群体特指那些由于受先天遗传因素或长期生活环境影响,在身体形态、机能与心理健康状况等方面相较于普通大学生而言处于弱势,以至于难以像普通学生一样参与常规体育教学活动,无法完成或达到正常公共体育教学进度与目标要求的学生群体。

收稿日期:2020-07-08

基金项目:安徽省2018年高等学校省级质量工程项目(2018jyxm0680)。

作者简介:马飞(1985—),男,安徽庐江人,讲师,硕士,研究方向:学校体育与社会体育。

安徽省高度重视高等教育发展,近年来涌现出大批民办高校,其中以本科办学发展水平尤为显著,招生规模也逐年不断扩大。因此,在高校学生群体中的过度肥胖或瘦弱,以及病、残障的人群也成增长趋势,形成了体质弱势群体,受到广大教育工作者的日益关注。当前学者对民办高校大学生体质弱势群体体育课研究较少,目前还没有专门针对民办本科高校体育保健课程实施的研究。为此,通过对安徽省部分民办本科院校体育保健课实施中面临的困境进行研究,并在对困境分析基础上,结合保健班学生基本状况提出了具体的针对性措施,对解决保健课教学实施过程中的实际问题,推动民办本科院校体育保健课教学改革向纵深方向发展,提高体育保健课课程教学实施效果,促进民办院校学生体质特殊群体体育课教学目标的实现具有现实参考价值。

1 研究对象与方法

1.1 研究对象

以安徽省民办本科院校安徽新华学院、安徽三联学院、安徽文达信息工程学院和安徽外国语学院4所院校体育保健课为研究对象。

1.2 主要研究方法

1.2.1 问卷调查法

课题组教师在征询有关体育专家意见的基础上共同研究编制《安徽省民办本科院校体育保健课教学现状》调查问卷,并分别向安徽新华学院、安徽三联学院、安徽文达信息工程学院和安徽外国语学院4所院校18和19级体育保健课班学生随机发放调查问卷120份(每所学校30份),回收问卷120份,有效问卷114份,有效率95%,且效度与信度检验符合统计学要求。

1.2.2 访谈法

课题组教师分别于2019年5月和11月先后2次前往上述4所高校,访谈了部分体育保健班学生和体育保健课教师,了解他们对体育保健课的看法和建议,力求准确掌握体育保健课实施中面临的主要困境,为本次研究获得了第一手调查资料。

2 结果与分析

2.1 体育保健班学生基本情况分析

2.1.1 保健班学生体质基本类型

保健班学生体质基本类型主要包括病、残、肥胖(按照《国家学生体质健康标准(2014年修订)》^[1]的标准体重指数(BMI) ≥ 28.0 、弱(除病残肥胖学

生以外体质虚弱的学生其体质健康测试成绩低于60分)等。对4所民办高校的18和19级保健班114名学生的身体状况调查结果进行归类统计,结果如表1所示。从表1可以看出,保健班学生体质弱势群体类型多样,其中,因手术后需要康复的学生最多,其次是有心血管疾病的学生,再次是体质虚弱的学生,此外,还有一定数量因身体肥胖和先天残疾的学生。

表1 保健班学生体质弱势群体类型统计 (n=114)

| | 先天残疾 | 术后康复 | 心血管疾病 | 身体肥胖 | 体质虚弱 | 其他 |
|------|-------|-------|-------|-------|-------|------|
| 人数 | 13 | 39 | 25 | 14 | 19 | 4 |
| 占比/% | 11.40 | 34.21 | 21.93 | 12.28 | 16.67 | 3.51 |

2.1.2 保健班学生对自身健康状况关注程度

调查得知,保健班有20.18%的学生表示对自身的健康状况非常关注,意识到自己是身体健康第一责任人,经常参与身体锻炼,希望自己身体健康;64.91%的学生表示关注自身健康,知道健康对自身的重要性,但只是偶尔去锻炼身体;另有14.91%的学生不太关注自身健康状况,觉得自己参与身体锻炼受身体条件限制,没有自己喜欢的运动项目,觉得维持现状挺好,身体如有不适去看医生就可以(表2)。

表2 保健班学生对自身健康状况的关注情况 (n=114)

| | 非常关注 | 关注 | 不太关注 | 不关注 |
|-------|-------|-------|-------|------|
| 人数 | 23 | 72 | 17 | 2 |
| 百分比/% | 20.18 | 63.16 | 14.91 | 1.75 |

2.1.3 保健班学生对保健康复知识的了解情况

在调查保健班体质弱势学生是否了解如何做好保健康复中发现,仅有不足20%的学生表示了解,接近一半的学生表示了解一些,有接近40%的学生表示不了解(表3)。进一步调查得知,这些保健班学生在保健康复和锻炼知识等方面缺乏学习和引导,未能掌握保健锻炼原理与运动处方知识,反映了当前高校实施的保健课程在指导学生自身锻炼康复方面存在不足。

表3 保健班学生是否了解对自身如何保健康复(n=114)

| | 了解 | 了解一些 | 不了解 |
|-------|-------|-------|-------|
| 人数 | 18 | 52 | 44 |
| 百分比/% | 15.79 | 45.61 | 38.60 |

2.2 体育保健课实施困境分析

2.2.1 保健课教学管理制度不完善

通过对4所民办本科高校体育保健课日常教学管理方面的调查中得知:(1)在教研活动方面,体育保健课在教研活动中相对边缘化,几乎没有教研活动;课程实施缺少教学计划、集体备课等教学常规程序,同时也缺少教学过程质量监督。(2)体质弱势

学生前期申请进入保健班学习的流程规范不完善,后期身体状况康复后由体育保健班进入普通体育班时对接程序也缺失,这使得体育保健班学生流动性较大,影响体育保健班教学的稳定性。(3)在开课时间方面,体育保健课教学时间跟专业上课时间冲突较多,学生缺少时间选择权。(4)在课程建设方面,体育保健课严重滞后,教材建设几乎没有更新,教学目标的制定也有待完善;课程成绩评价不尽合理,差异化评价不明显,给日常教学管理带来很多困难,制约了保健班的课程实施与教学质量。

2.2.2 保健课程内容供给与学生需求不平衡

体育保健班学生对保健课程内容的需求排在首位的是保健康复知识,其次是球类运动,其中,羽毛球与乒乓球项目运动量相对较小、趣味性强,深受保健班学生喜爱;此外,瑜伽、按摩推拿、健身走、棋牌类、太极拳等也受到很多学生喜爱(表4),其中按摩推拿、棋牌类课程分别为安徽外国语学院、安徽新华学院2所学校针对体育保健班开设的特色项目。总体来说,体育保健班学生对保健课程内容的需求呈现以下特点:(1)渴望获得保健康复理论知识;(2)喜爱运动量小、趣味性强的运动。然而通过调查,发现这4所高校的体育保健课教师对教学内容的选择除了保健康复知识与学生需求相对应外,其他教学内容的选择与学生的需求差异较大,这就导致学生的需求与内容供给之间产生不平衡,影响学生对体育保健课的学习效果。

表4 保健班学生对体育课程内容的需求调查($n=114$)

| 课程内容 | 人数 | 百分比/% | 排序 |
|--------|----|-------|----|
| 保健康复知识 | 87 | 76.32 | 1 |
| 健身走 | 52 | 45.61 | 5 |
| 按摩推拿 | 55 | 48.24 | 4 |
| 球类 | 76 | 66.67 | 2 |
| 棋牌类 | 38 | 33.33 | 6 |
| 太极拳 | 36 | 31.58 | 7 |
| 有氧操 | 28 | 25.56 | 8 |
| 瑜伽 | 63 | 55.26 | 3 |
| 身体素质练习 | 19 | 16.67 | 10 |
| 其他 | 27 | 23.68 | 9 |

注:该题为多项选择题。

2.2.3 学生选修体育保健课存在心理障碍

在调查学生选修体育保健课的积极性时,发现学生普遍存在畏难心理和自卑心理。在体育教学中,学生的畏难心理的原因往往来自学习对象的动作本身^[4]。受访学生表示,有些动作学习起来太难或练习太累,如耐久跑、有氧操等运动负荷大、动作

路线复杂,身体素质受限难以坚持、难以学会,故不愿意选择此类课程。除畏难心理外,保健班学生受自身身体条件的影响,还普遍存在自卑心理,如学生由于先天残疾、肥胖等原因导致动作不协调、迟缓,使他们在教师上课教学动作时不能像普通学生一样较好地掌握,屡次失败或不能完成,担心受到老师的批评、其他同学用异样眼光看待自己、受到嘲笑等,从而心理自卑,影响学习效果。所以,虽然体育保健班学生对体育保健康复知识有强烈的需求,但由于畏难心理和自卑心理,影响到体育保健课学习的积极性。

2.2.4 师资力量和硬件设施难以满足教学需求

在体育保健课师资方面,4所高校都安排了1位教师专门负责体育保健课程的教学工作,其中只有2位教师毕业于体育保健专业,另外2位教师是通过自学获得体育保健课方面的专业知识;4位教师在近3a中只有1位教师参加过有关体育保健课方面的会议和培训。在教学硬件设施方面,4所高校体育保健课都没有专门的场地和器材,都是跟普通体育课共用的,且有1所高校场地不够用,2所高校器材不够用;4所高校中只有2所高校有体育保健课专用教室,其他2所高校无体育保健课专用教室。

3 改进体育保健课程实施的措施

3.1 争取学校领导支持,促进保健课教学高效实施

在民办本科高校学科建设过程中,体育课程建设处于落后地位,而体育保健课更是边缘化。高校的体质弱势学生受到重视也是由于近年来这些学生规模逐步扩大,加上国家重视体育保健课才引起高校的重视。体育保健课不像普通体育课那样具有成熟的教学管理规章制度,在实际教学过程中还存在很多不足之处。体育保健课的开设需要学校教务处牵头、校医院对学生体检认定、人事部门对师资引进、财务部门预算资金购置器材等,这就需要争取学校领导的大力支持,协调各方人力、物力、财力给予支持落实,帮助解决实际困难和具体问题,体育保健课才能真正高质、高效的实施,从而保障特殊群体学生的体育受教育权落地生根。

3.2 完善体育保健课教学管理制度,保障教学任务顺利完成

教学管理制度是教学管理体系的基础^[5]。完善的教学管理制度能够充分发挥教学实施过程中的计划、组织、协调、监管、反馈、评价等管理职能,促进教学有序运行,保质保量实现教学目标任务。针对民办高校体育保健课管理中存在的不完善及不

足之处,加强教学管理制度建设,促进保健课程大纲的编制更加科学、教材选择更加符合学生需求、教学流程更加规范、教学计划更加合理等。在体育保健课日常管理方面的教研活动、教学计划、课前备课、以及上课建立适合于本校实际的教学规范,为实现体育保健课教学目标任务提供有力制度保障支撑。另外,学生进入体育保健班学习的流程要规范,要有医务建议等,制定保健班学生康复后与普通体育班对接程序,使得保健班学生流动性控制在合理范围内。教学管理制度的制定初衷与所采取的对应措施,其出发点与落脚点要有利于充分调动教师与学生的教与学二者之间积极性为根本。因此,在制定与完善体育保健课的管理制度时,应以生为本突出学生为主体,重视教师的主导性,做好教学服务保障教学任务顺利完成。

3.3 拓展体育保健课程教学内容,满足学生需求

体育保健课的教学对象是大学生中的体质弱势群体,开发体育课程资源既要遵循学科规律,也要充分考虑学生身体的特殊性。据上述调查的情况分析,首先要解决的是满足学生的学习需求。在树立以学生为中心的发展理念中,鼓励体育教师基于学生发展需要进行课堂教学设计与创新,从实际出发实施体育保健课程内容科学供给,满足学生需求,缓解当前教与学之间的不平衡。破除体育保健课教师依赖自身专业喜好来安排体育保健课程内容,让学生在体育与健康课堂学习中有更多获得感。同时,体育保健课课程资源的开发又不能仅仅只考虑满足当前的供需关系,还要考虑到课程内容的适应性^[6]。此外,保健课程课课程资源的开发要因地制宜根据高校的地理人文、师资力量及现有资源等进行有选择性地开发^[7],从实际出发增强课程资源开发的可行性,最终达到科学拓展课程教学内容的目的,满足学生学习需求。

3.4 做好选修体育保健课心理辅导,促进学生由关注向积极参与转变

体育保健班学生选修体育保健课存在的心理障碍主要集中在畏难心理与自卑心理。为化解这些心理障碍,学校应从新学期开始就有计划地安排心理辅导,为体育保健课的开展做好热身准备与全校总动员;教务处牵头做好相关选修体育保健课的心理辅导课统筹安排与指导工作;辅导员对学生摸排,对体质弱势学生做好心理辅导,努力为其营造充满温暖友好的寝室环境与班级环境,从细微处着手帮助他们树立信心,热爱生活;学校心理咨询师做好必要的心理咨询,为体质弱势学生传授心

理学方面的知识,帮助其做好心理调控,保持心理健康;体育教师对体育保健课进行系统的介绍,宣传体育保健课学习的意义和价值,让体质弱势学生树立积极参加体育锻炼的思想,有效降低内在因素对学生参与锻炼的影响。

3.5 探索实施教学俱乐部制改革,分享师资与设施资源

经过多年的实践证实,高校体育俱乐部制教学模式有利于充分利用校园体育场地、体育器材等硬件设施资源,同时也能够充分利用体育师资力量资源,发挥教师教学专长,调动教师课堂教学积极性,有效提高教学效果。为此,安徽省教育厅于2018年印发了《安徽省教育厅关于在全省高校推行公共体育艺术教育俱乐部制教学改革的意见》^[8],在全省各高校积极推进公共体育艺术俱乐部制教学改革,目的在于除充分利用场地器材和师资力量外,同时满足不同类型、不同层次学生的体育锻炼的迫切需要。体育保健班学生在身体素质方面与普通学生相比处于劣势,且身体状况类型多样,运动水平参差不齐,需求差异明显,因此,民办本科院校应充分利用体育俱乐部制教学的优势,参照俱乐部制教学模式积极探索教学改革,以缓解当前体育保健课实施过程中师资、场地、器材等不足的现状。

3.6 增强体医结合,依据学生身体状况精准施教

体医结合在于综合运用运动处方或养生保健等多种体、医元素,发挥其在慢性病预防和康复、健康促进等方面的积极作用^[9]。高校体育保健课的开展应充分利用校园卫生机构在人员、技术和设备方面的优势,建立体、医合作机制,二者融合促使体育活动更具科学性、医学手段更具实用性。体育教师在分析学生体检档案资料的基础上,参考相关指标制定科学的有针对性的运动处方,如学生有先天残疾方面的缺陷,可以掌握简单的运动技能;对于肥胖或过于虚弱的学生,则从体育运动与科学饮食方面综合制定运动处方,以达到减脂塑形、增强体质的效果。在校园卫生机构的监控下,体育保健班学生经过体医结合指导下的系统锻炼、学习,必定能够促进自我康复和提升健康水平。

3.7 构建家校合作共同体,筑牢学生对保健康复知识的掌握

高校教育是一个系统的工程,高校大学生的健康成长是多方力量共同作用的结果^[10]。《国家中长期教育改革和发展规划纲要(2010—2020年)》指出,家长要加强与学校之间的沟通与交流。高校家校合作育人是家庭和高等学校之间,通过沟通协作形成教育合

力,协同完成促进学生全面发展的实践活动^[1]。进入高校体育保健班学习的学生,家长除关心他们的专业课学习成绩外,也牵挂他们的身体状况。体育保健课教师面临的授课对象类型诸多,并非对每一个学生都有深入了解,而家长则是伴随着学生的成长,最关心、最了解学生。因此,体育保健课教师要与家长及时保持沟通,经常交流学生身体健康状况变化和体育锻炼信息,共同做好学生运动干预和身体健康的监护工作,为体质弱势学生的身心健康提供保障,筑牢学生对保健康复知识的掌握,使他们在掌握专业技能的同时提高身心健康水平,助力他们建立科学、文明、健康的生活方式,更好地适应社会需求。

4 结语

安徽省民办本科院校体育保健课实施中面临

的困境主要体现在教学管理制度不完善、体育保健课程内容供给与学生需求不平衡、学生选修体育保健课存在心理障碍、师资力量与硬件设施难以满足教学需求。本研究通过对上述困境的分析并结合学生身体状况类型提出精准措施,有助于民办高校从实际出发整合校园各方面资源更好地实施体育保健课教学,有效缓解体育保健课课程内容的供需矛盾,满足学生对体育保健课的学习需求。这些困境随着整个高等教育的发展与教学改革的深入在不断变化,民办本科院校只有不断适应高等教育发展形势,推动民办本科院校体育保健课教学改革向纵深方向发展,才能更好实施体育保健课程教学任务,实现育人教学目标;才能真正落实以生为本,体现教育公平与生命关怀,也势必为构建和谐校园起到至关重要的作用。

参考文献:

- [1] 中华人民共和国教育部.全国普通高等学校体育课程指导纲要[EB/OL]. (2002-06-21).[2020-2-8]. http://www.moe.gov.cn/s78/A10/moe_918/tmull_8465.html.
- [2] 郑继超,常继斋.健康中国背景下大学生体质弱势群体公共体育教育模式创新研究[J].南京体育学院学报,2018 (10):63-68.
- [3] 中华人民共和国教育部.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].(2014-07-07) [2020-6-12].<http://old.moe.gov.cn/publicfiles/business/htmlfiles/moe/s3273/201407/171692.html>.
- [4] 陈丽英.大学体育弱势群体心理障碍及体育教学促进策略[J].攀枝花学院学报,2009,26(6):111-115.
- [5] 齐华.刍议高校教学管理的质量和效能[J].统计与管理,2015(6):34-36.
- [6] 王军伟,余丁友.基于适应体育的高校体育保健课程体系构建[J].南京体育学院学报,2019(7):31-36.
- [7] 刘晓莉.高校体育保健课程资源的开发与利用研究[J].西昌学院学报(自然科学版),2017,31(1):125-127.
- [8] 安徽省教育厅.安徽省教育厅关于在全省高校推行公共体育艺术教育俱乐部制教学改革的意见[EB/OL]. (2018-05-31) [2020-4-8]. <http://jyt.ah.gov.cn/1569/view/583023.shtml>.
- [9] 张剑威,汤卫东.“体医结合”协同发展的时代意蕴、地方实践与推进思路[J].首都体育学院学报,2018,30(1):73-77.
- [10] 彭丹,朱锡斌.构建高校家校合作育人模式的意义及其路径[J].教育现代化,2019,6(45):16-18+21.
- [11] 艾贤明,郑国.基于活动理论的高校家校合作育人模式构建[J].中国成人教育,2019(5):61-65.

(上接第4页)

子单生还是串生、有无纤维体、分生孢子的大小,形状及萌发位置和类型的研究,其形态特征与 Braun 等^[3]描述的白粉菌物种一致。由于在标本采集时,收到采集时间和采集季节的限制,部分采集到的标

本因有性态未充分成熟或暂时为形成有性态,从而无法对其进行有效鉴定。此外,还需要后续采用分子系统学研究方法进一步澄清。

参考文献:

- [1] 刘建林,罗强,赵丽华.四川攀西种子植物[M].北京:清华大学出版社,2007.
- [2] 刘建林,罗强,赵丽华.四川攀西种子植物(第2卷)[M].北京:清华大学出版社,2010.
- [3] BRAUN U, COOK R T A. Taxonomic manual of the Erysiphales (Powdery Mildews)[M]. Utrecht the Netherland: CBS Biodiversity Series 11, 2012:1-707.
- [4] 郑儒永,余永年.中国真菌志:第一卷白粉菌目[M].北京:科学出版社,1987.1-552.
- [5] 赵震宇.新疆白粉菌志[M].乌鲁木齐:新疆人民出版社,1979.
- [6] 唐淑荣,管观秀,刘淑艳.中国白粉菌目分类学研究现状[J].菌物研究,2018,16(3):138-149.
- [7] BRAUN U. A Monograph of the Erysiphales (Powdery Mildews)[J]. Nova Hedwigia Beiheft, 1987,89:1-700.