

浅析西昌学院公共体育课教学的改革与发展

刘志刚, 韩勇

(西昌学院 体育系, 四川 西昌 615000)

【摘要】通过对我校体育公共课现状的分析, 提出今后我校体育公共课的改革目标和具体实施办法, 进而推动我校公共体育课教学改革, 使我们能真正培养出社会主义社会的建设者和接班人。

【关键词】西昌学院体育公共课; 教学改革; 教学发展

【中图分类号】G807.01 **【文献标识码】**B **【文章编号】**1673-1891(2006)01-0130-04

前言

第三次全国教育工作会议提出全面实施素质教育, 同时大学扩招、“面向21世纪高等学校教学内容与课程体系改革”的不断深入, 普通高校教学总时数也在不段的压缩, 在这种趋势下, 体育必修课总学时也大幅度减少。那么如何科学的、高效益地完成体育教学的任务, 解决现代体育新知识、新信息、新项目与有限的学时之间的尖锐矛盾, 我们必须抓住机遇、与时俱进, 大胆地进行改革和创新, 制定符合新时代要求的教学质量工作计划。根据《全国普通高等学校体育课程教学指导纲要》的要求, 根据我校的实际情况, 找出目前我校公共体育课存在的问题, 并根据这些问题提出相应的解决方案, 以使学校体育的资源利用最优化, 增大整体效益。并为迎接我院2007年的本科院校检查工作做好准备, 让我院的体育教学工作上一个新台阶。

一、我校公共体育课现状分析

1、体育运动基础设施少, 学生上课人数多

我院是刚合并成立的本科院校, 由东、南、西、北四个校区构成, 目前我院有全日志在校生15000多人。从04级实行学分制, 专科生上三学期体育课(第三学期实行体育必选课), 本科上两学年体育课, 目前体育课上的人数, 每学年的第一学期有10000人左右, 第二学期有6000人左右。我校现在实行按

专业行政班进行体育课的教学, 平均每个教学班的学生人数在60以上, 多者达90多人, 这与教育部颁布的《全国普通高等学校体育课程教学指导纲要》规定的为保证教学质量, 上课班应在30人左右为宜, 差距较大。在教学分班也只是按行政分班来进行教学, 并未考虑到学生的兴趣爱好和专长, 这样就造成了学生上课思想不统一, 注意力不集中, 对体育课积极性不高。

另外, 我院现有运动场地少、条件简陋。当然, 在各方面的共同努力下, 特别是学院领导的支持下北校区有了标准400米塑胶田径场一块和6块塑胶篮球场; 南校区也正在修建一块400米塑胶田径场, 但其余的场地都是水泥场地, 条件设施简陋。目前我院有田径场三块(400米场地两块、300米场地一块, 7人制足球场一块, 50米标准游泳池两个, 30米游泳池一个, 室内多功能篮球馆一个, 乒乓球馆两个, 体操房三间, 篮球场21个, 排球场7个, 室外乒乓球场地3块, 羽毛球场地两块。全校体育运动场地总面积为39318M², 全校在校生人均拥有场地面积为2.58M²。这个数字和我们西部的一些学校相比也有较大的差距, 如云南民族大学学生人均拥有场地面积为4.33m², 兰州大学学生人均场地面积达到9.57m², 清华大学学生人均占有场地面积为6m², 教育部规定的学生人均占有运动场地面积为3m², 这还有一定的差距, 和国外的学生人均体育场馆面积相差就更大了(如美国的学生人均场地面积达到了16m²)。因此, 要提高我院的体育课教学质量, 还得加大体育基础设施建设的投入, 让我们的学生有场地

收稿日期: 2006-01-15

作者简介: 刘志刚(1965-), 男, 副教授, 研究方向学校体育教育。

进行体育锻炼。这也能增强学院的综合竞争实力,是以后学院发展的长久之计。

2、体育课程内容未满足学生兴趣爱好

兴趣是最好的老师,科学人本主义教育思想启示我们,确立学生在学校体育中的主体地位,就是要尊重学生的人格,维护学生的学习权利,承认学生的

个性差异,重视学生的个性发展,注意因材施教,使每个学生都能主动地、生动活泼地进行学习,使每个学生都学有所得,学有所成,都能在自己原有的基础上得到发展。从我们在 2005 - 2006 学年第一学期我院开设的 04 级学生体育选修课 1 - 4 轮的情况来看(见下表)。

轮 数	项 目	人 数	备 注
1、2 轮	南校区:武术、篮球、排球、体育舞蹈 北校区:羽毛球、足球、排球、 体育舞蹈、篮球 东校区:羽毛球、体育舞蹈、武术	三个校区两轮 共 32 个班,人 数超过了 2080 人	由于报体育选修课的人数 在校园网上的数据和实际 到教学班的数据有差异(实 际人数多于报名人数)
3、4 轮	南校区:健身操、排球、围棋、羽毛球 北校区:排球、篮球、乒乓球、武术、 体育舞蹈、足球、 东校区:篮球、武术、	三个校区两轮 29 个班,人数超过 了 1885 人	
合 计	开设项目:10 项	人数超过:3965 人	

我们在全校性选修课中开设的体育选修课有 10 个项目,参加上课人数达 4000 多人,除了 04 级体育必选课外,还有大量 03 级的学生选修体育课,可见学生对体育课是十分喜爱,但我们可以从开设的全校性选修课中看出 60% 以上的是竞技运动项目,一些时尚的,新兴的体育项目还没有进入我们的体育课堂,这也使得我们的体育课不能满足广大学生对体育需求和兴趣。因此,我们在进行公共体育课改革时,应该把教学内容的选择作为重点改革内容,以便适应时代对我们体育的要求。

3、体育课程安排的过于集中,没有充分利用和发挥出体育教师专长

我校体育系现有专职教师 44 人,除去每学期上体育专业的教师外(上课时间发生冲突),能上公共体育课的教师人数每次就不到 30 人,加之,上体育课的时间安排较为集中(一般在上午 3、4、5 节和下午 6、7、8 节),各系的人数又大不一样,这就造成了学生人数多,教师难以调配的情况,从而降低体育课教学质量。另外,在公体的教学中学生人数多,教学场地少,限制了体育教师专长的发挥,比如说:在北校区工程技术系和经济管理系这两个大系的公共体育课中出现了这样的问题:在同一个时间有 700、800 人出现在田径场上,时间集中,学生人数多,场地少,在做准备活动的时候,学生围着 400 米跑道慢跑时

整个跑道出现“人圈”的现象。在进行课堂教学时间里,每个教学班之间的距离不超过 50 米,没有足够的空间让学生进行活动。从而造成了学生上体育课只是来点点名、做做操的情况。久而久之,学生对体育课也就不感兴趣了,使我们难以达到体育课的教学目标,更难谈什么培养学生运动习惯了。

4、教学目标滞后,教育观念有待更新

科学人本主义教育思想启示我们,现代学校体育在目标上必须追求物质与精神、身体与心理的统一。目前,我院体育教学目标往往着眼于体育知识、体育技能的传授,体能的发展,强调教师在教学中的主导作用和教师的绝对权威,忽视学生的主体地位与主体作用。虽然我们的教师在这方面做了很多工作,积累了不少经验,也取得了一定的效果。但随着时代的发展,社会的进步,从人的全面发展观来看,这种体育教育目标所指导下的体育教学,对学生的发展只能是不全面的,满足不了社会对人才的要求。因此,我们要建立新的教学目标来指导我们的体育教学实践活动。

5、教师的素质有待提高

目前,我院教师缺少对新课程标准和实施素质教育的本质、特点、意义和基本要求的了解;根据素质教育的要求研究与处理体育教材的能力较差;缺乏如何培养学生终身体育的意识、兴趣、习惯和能力

的理论和实践经验;缺乏如何通过体育教育来培养学生创新精神,提高学生的心理素质和社会适应能力的经验;我们的教师还不能把对学生主体需要与社会需要、长期效益与近期效益、“三基”教育与能力培养,全面锻炼学生身体与发展学生体育特长、面向全体学生与区别对待等一系列问题处理好;还有教师个人以身立教、为人师表等都有待进步提高。可见,在进行改革的同时对教师队伍建设的的问题,也是关键。

二、对我院体育公共课采取的改革措施

1、教学目标的重建

根据《全国普通高等学校体育课程教学指导纲要》的要求,及实施素质教育、“健康第一”教育和培养全面人才出发,从而促进学生身心和谐发展、社会适应、思想品德教育、文化科学教育、生活与体育技能教育与身体活动有机结合的教育过程入手,既关注体育知识、技能、锻炼方法和情感的目标,又要关注近期效应、远期效应、个性发展、态度与行为、交往与合作等目标。我们将我院体育课程的目标作以下阐述:通过积极参与各种体育活动,熟练掌握两项以上健身运动的基本方法和技能,并能够科学地进行体育锻炼,制定适于自身需要的健身运动处方;能测试和评价体质健康状况;通过体育活动改善心理状态,养成积极乐观的生活态度,形成健康的生活方式;表现出适应社会良好思想道德品质和意志品质;基本养成参加体育的锻炼习惯和形成终身体育意识。

2、教学方法的创新

改变以前的“传习式”是教学方式,强调启发式、多样性的教学方法,并根据我院体育教学的实际情况,采取适合我院的教学方法,这些教学方法要有助于我们的课程目标的实现,有助于学生会学习和锻炼,要强调以学生为中心,选择学生喜爱的教学方法,运用现代信息技术,在体育课堂上培养学生创造性思维方法和发现问题,解决问题能力,要发展学生的个性,让学生养成主动接受知识习惯,真正体现出“以学生发展为本”的教育思想。

3、体育课程教学内容的选择与开发

未来体育课程教学内容的选择与开发将是课程标准的目标为依据,并有助于学生达成学习目标。应从学生发展、素质教育入手,选择符合学生身

心发展特征,要有实效性,关注学生兴趣和科学性强的教学内容,同时又要考虑充分利用现有的教师资源,合理地将教学内容进行重组充实。就我院目前情况而言,在确定教学内容时从以下几个方面入手:(1)实践部分:考核项目,如长跑(12分跑)、民族传统体育项目(太极拳)、根据教师的专业教授一项运动技能;非考核项目,以小单元(1—2次课为一个单元)的形式向学生介绍、讲授多种健身运动项目及自我运动处方的编制与实践、模拟运动损伤的处理、模拟野外生存等。(2)理论部分:介绍运动对身体的锻炼价值、运动原理和锻炼方法;运动处方的制订及锻炼的自我调节和评价;体育保健、营养卫生、养生之道、健康与环境;心理调节、体育观赏、体育娱乐和家庭体育。这些内容可专门组织学生上理论课,也可在每节课前部分对学生进行传授。

4、教学考核评价的创新

我们在教学过程中,衡量体育教学质量的尺度只是一个运动技能,出现了评价内容单一、评价主体由上至下、评价结果强调终结性和注重“量化”的评价。在以后的教学评价过程中要改变过分强调甄别和选拔的功能,要发挥评价促进学生发展、教师素质提高和改进教学的功能。因此,我院体育教学评价应该向客观评价与主观评价相结合,终结性评价与过程性评价相结合,绝对性评价与相对性评价相结合,由单一内容评价向多元内容评价转变的方向发展。

5、场地设施的加大投入

从前面的数据统计,我们不难看出,我院的运动场馆还是较为有限,特别是高质量的,条件设施较好的场馆还较少。为了给学生提供较好的运动场地,在我们的体育教学活动有较为充足的活动空间,解决人多场地少的问题,提高教学质量,让更多学生积极、主动地参与到体育锻炼中来,为了迎接2007年我院的迎检工作,我院还应加大学生运动场馆的建设工作。

6、提高体育教师的业务水平,培养新型的体育教师队伍

搞好体育教师队伍建设的提高高校体育教学水平的关键,是实行素质教育的重要保证。新体育课程基本理念是倡导以学生为中心,以促进学生健康发展为目标。从这个角度出发,创建我院新型体育教师队伍的应注意以下几个方面:(1)专业知识,在当今高度发达的信息时代里要满足学生对知识的需求,体育教师原有的专业知识结构需要丰富和发展。应

该广泛吸取体育学、生物学、教育学、心理学、社会学等学科的知识,充分关注学生的成长和发展,而不仅是关注学生运动知识和技能掌握的多少,应在培养人才方面做出自己的贡献。(2)课程资源的开发能力,基础教育课程改革实行国家、地方、学校三级课程管理体制,这为教师参与课程资源的开发提供了有利条件。根据我院的地理位置和教师资源,我们的教师应在这个方面多下功夫,从激发学生的学习兴趣、与学生的生活经验和生活实际相联系、促进学生健康发展的角度出发,不但保持现有的竞技运动项目,还要增加民族民间传统体育和新兴运动项目,争取在5年内建立一批公共体育的精品课程。(3)课堂教学设计能力,未来的体育课程要体现均衡性,不但要以生理学和医学为理论依据,而且要以心理学理论为依据,要重视学生的心理感受和情感体验,只有这样才能激发学生的体育学习兴趣,提高学生学习的积极性,促进学生身心协调发展。因此,我们鼓励教师突破传统的课堂教学程序,

发挥自己的潜能,设计出有利于吸引学生积极参加体育学习和活动、提高课堂教学效果的课堂教学程序。(4)教育科研能力,科研是推动体育教学改革和发展的内动力,教师要提高科研水平,应加强学习,不断提高自己的理论素养,在教学工作中要勤于反思、怀疑、批判、创新,善于观察和发现体育教学中存在的各种问题,并通过科学研究的途径解决问题,以提高自己的教育科研能力。

三、结 束

从高校体育教育教学进行素质教育出发,从高校体育以“健康第一”为指导思想,以“学生发展为本”的教育思想入手,为提高我院公共体育课程的教学质量,培养出全面发展的,适应社会需求的合格大学生,在我院的体育教学改革中还应加大力度,勇于创新,使我们的教学紧跟时代的步伐。

参考文献:

- [1] 毛振明 体育教学改革新视野[M]. 北京:北京体育大学出版社,2003. 1
- [2] 赖天德 学校体育改革热点探究[M] 北京:北京体育大学出版社,2003. 1
- [3] 季 浏 体育与健康课程与教学论[M]. 杭州:浙江教育出版社,2003. 8
- [4] 季 浏 体育教育展望[M]. 上海:华东师范大学出版社,2001. 1
- [5] 中华人民共和国教育部. 基础教育课程改革指导纲要[S] 2001
- [6] 中华人民共和国教育部. 全国普通高等学校体育课程教学指导纲要[S] 2002. 8
- [7] 揣佳凡,王红光 高校体育教学内容与方法的创新研究[J]. 四川体育科学,2004,3

Analysis on the Reform And Development of Teaching Physical Education in Xichang College

LIU Zhi - gang, HAN Yong

(Department of PE, Xichang College XiChang SiChuan 615000)

Abstract: Through analysis of the status of public school sports, I propose Physical education future reform objectives and specific measures for implementation, thus promoting my school sports teaching reform so that we can truly develop socialist society builders and successors.

Key words: Xichang College; Physical education; Teaching reform; Teaching development