

合肥市高中课外体育俱乐部的模式的构建与设想

祁国杰

(合肥学院 公共体育教学部, 安徽 合肥 230601)

【摘要】本文通过对合肥市部分高中部学校进行调查走访发现高中学生喜欢参加体育运动,但他们对上体育课不感兴趣甚至畏惧。针对以上情况,笔者参照兄弟省、市学校的经验和做法同时根据安徽省合肥市的具体情况,设想构建新的高中体育课的教学模式。这种教学模式是一种综合的以育人为目的体育教养行为。力求发挥体育在素质教育中的特殊作用,以人为本,一切以学生为中心,培养学生独立自由锻炼的能力,为从小就建立终身体育的思想打下基础。

【关键词】三自由;三联动;三自觉;三放开;体育课程模式;课外体育俱乐部

【中图分类号】G633.96 **【文献标识码】**A **【文章编号】**1673-1891(2014)02-0116-05

1 前言

高中学生喜欢参加体育运动,但他们受到高考升学的压力都比较大,特别是文化成绩比较好的学生普遍认为体育锻炼活动时间的增加会影响他们的升学成绩,更有些学生对体育升学考试持不以为然的态度,最终造成他们对上体育课不感兴趣甚至畏惧,这是高中学生常有的心理。针对以上情况,近年来不少学校纷纷对高中体育课程进行了改革,本文通过对合肥市部分高中部学校进行调查走访并参照兄弟省、市学校的经验和做法同时根据安徽省合肥市的具体情况对合肥市高中部体育课教学模式进行改革,设想构建高中体育课课外体育俱乐部教学模式。该模式自身具有独特的特色概括为:“三自由”、“三联动”、“三自觉”、“三放开”。“三自由”教学模式:指在体育教学中自由选择所学习和参加的体育项目,在体育教学中自由选择体育辅导课教师,在体育教学中自由选择课外体育课活动时间;“三联动”教学模式:指体育辅导课教师与学生相互联动,体育课内与体育课外相互联动、现场与网络相互联动;“三自觉”教学模式:指学生自觉参加课外体育锻炼自觉参加课外体育竞赛、自觉参加课外体育训练;“三放开”教学模式是:指体育教学的时间放开体育教学的空间放开体育教学的资源放开。采用高中课外体育俱乐部的体育课教学模式,在体育教学中能够起到事半功倍的效果。该教学模式打破了原有的高中体育课的传统教学模式,是一种综合的以育人为目的体育教养行为。力求发挥体育在素质教育中的特殊作用,以人为本,一切以学生为中心,培养学生独立自由锻炼的能力,为从小就建立终身体育的思想打下基础。同时,在高中学习的时间内达到课外体育俱乐部的课程目

标,能够使高中学生在运动参与、运动技能、身心健康和社会适应能力方面得到全面发展。

2 研究对象和方法

2.1 研究对象

合肥二中高中部:男 326人,女 24人。合肥三中高中部:男 102人,女 26人。合肥六中高中部:男 501人,女 106人。共计学生:1085人(男 929人,女 156人)。

2.2 研究方法

2.2.1 文献资料法

为了开阔视野和掌握较多的材料,以使所研究的问题尽可能符合实际。笔者查阅了大量的文献资料,并从中吸取了正确和有用的部分。

2.2.2 调查访问法

笔者对1085名高中学生分别进行了调查访问,访问前拟写了调查访问提纲。为了使调查深入细致,所得材料可靠和准确,对个别学生曾多次走访,并进行现场观察做了详细的访问和观察记录等。最后进行了资料的整理,归类,分析和研究,力求能做到“去粗取精,取伪存真,由此及彼,由表及里。”

3 结果与分析

从表1和表2合肥市部分高中部学校进行调查走访结果来看,也存在这种情况特别是重点高中部尤其严重。反映出原有的高中体育课的传统教学模式限制和约束高中学生对体育锻炼的兴趣和发展(90.2%)。主要表现在有很多学校高中体育课改革后的课程内容局限性较大,反应出以各专项体能练习为主,还没有有意识地延伸到精神的层面,不太注重学生心理、社会适应能力等素质的全面协调发展。特别是安排一些以个人竞技项目为主的项目和标准,使一些集体项目也没有充分发挥项目的

收稿日期:2014-01-05

作者简介:祁国杰(1957-),男,浙江诸暨人,副教授,教育学学士,本科,研究方向体育教育教学等。

表1 合肥市部分中学高中体育课改革问卷调查汇总表(一)

| 序号 | 内 容 | 是 | 否 |
|----|---|---------------------------|-------------------|
| 1 | 你是否认为在高中学习阶段适当参加课外体育活动,不会影响文化课的学习? | 84.2% | 15.8% |
| 2 | 你是否认为经常参加早操和课外活动对养成良好的个人生活习惯和体育锻炼习惯有帮助? | 89.0% | 11% |
| 3 | 你认为在高中学习阶段一周参加几次体育锻炼较为合适? | (3~4次/周)70% (5~6次/周)4% | (1~2次/周)26% |
| 4 | 你认为在参加课外活动中是否要有体育教师进行指导? | 体育教师指导 (74.5%) | 学生自己管理 (25.5%) |
| 5 | 你是否认为通过参加体育活动能培养人的互相协作和团队精神? | 91.9% | 8.1% |
| 6 | 你是否认为通过参加体育活动,能够获得快乐和成就感? | 94.9% | 5.1% |

表2 合肥市部分中学高中体育课改革问卷调查汇总表(二)

| 序号 | 内 容 | 是 | 否 |
|----|--|-------|-------|
| 1 | 你是否认为在高中学习阶段原来的体育课教学模式严重影响、限制自觉参加体育锻炼的积极性? | 90.2% | 9.8% |
| 2 | 你是否同意在我校高中部体育教学中采用课外体育俱乐部教学模式的改革形式? | 95% | 5% |
| 3 | 你是否同意在体育教师指导下,高中学生可以选择自己喜欢和感兴趣的体育项目内容和辅导课的体育教师及参加体育活动的课外体育活动时间段? | 97% | 3% |
| 4 | 你是否认为课外体育俱乐部模式的“三自由”体现了以学生为本,使高中部学生的体育锻炼的积极性得到进一步的提高? | 99% | 1% |
| 5 | 你是否认为课外体育俱乐部模式的“三自由”有利于培养学生的终身体育观念? | 82% | 18% |
| 6 | 你是否认为课外体育俱乐部模式的“三联动”教学模式体现了以学生为本,活跃了课堂气氛使学生的课外体育锻炼的积极性得到进一步的提高? | 89.2% | 10.8% |
| 7 | 你是否认为课外体育俱乐部模式的“三自觉”教学模式会使高中学生的自觉参加体育活动的主观能动性得到很大的提高? | 94.2% | 5.8% |
| 8 | 你是否认为课外体育俱乐部模式的实施有利于发扬团队精神,培养竞争意识和团结协作的集体主义精神? | 77% | 23% |
| 9 | 你是否认为课外体育俱乐部模式的“三放开”教学模式能够给高中学生提供更多的参加课外体育锻炼的机会? | 96.2% | 3.8% |
| 10 | 你是否认为课外体育俱乐部模式的成绩评价体系更有利于提高学生参加体育锻炼的积极性? | 97% | 3% |

注:有(60%)的同学要求增设一些新兴运动项目和延长放开体育场(馆)的时间。

核心精神(团队合作)作用。针对以上情况笔者认为急需对合肥市高中部体育课现有的不能够适应当前发展的体育课教学模式进行再改革。参照

兄弟省、市学校的经验和做法同时根据安徽省合肥市的具体情况对合肥市现有的高中部体育课传统教学模式进行改革,设想构建一种适合高中体育课

全新的教学模式——高中体育课课外体育俱乐部教学模式。这是一种适合高中体育课全新的教学模式。打破了原有的高中体育课传统教学模式,是一种综合的以育人为目的体育教养行为。力求发挥体育在素质教育中的特殊作用,以人为本,一切以学生为中心,培养学生独立自由锻炼的能力。采用高中课外体育俱乐部的“三自由”“三联动”“三自觉”“三放开”体育课教学模式,能够起到事半功倍的效果。使高中学生在运动参与、运动技能、身心健康和社会适应能力方面得到全面发展。受到高中同学的热烈欢迎(99%、89.2%、94.2%、96.2%)为从小就建立终身体育的思想打下基础。

4 合肥市高中课外体育俱乐部的模式的构建与设想

4.1 模式的构建

体育课是教育部规定的课程,是整个学校教育的一个部分,其目的是加强学生的身体健康,属于必修课。课外体育俱乐部教学模式包括课堂教育,同时延伸到包括早操、课外活动等在内的教师指导下的一系列体育活动。其教学班人数一般是以混合班为主,课堂教学班人数一般50人左右。(体育舞蹈等项目的课堂人数略少)。既要有传统的体育运动项目,又要积极开发新课程资源,增设了一些适应时代发展的深受高中学生喜爱的新兴运动项目。

4.2 模式的特色

模式本身具有的特色就是“三自由”、“三联动”、“三自觉”、“三放开”的课外体育俱乐部教学模式。

“三自由”教学模式是由学生自由选择课程内容,自由选择任课教师,自由选择上课时间,是真正体现以学生为主体的教学模式,也是为合肥市中学高中部今后可能实行体育教学课学分制的最好形式打下基础。

“三联动”教学模式是体育辅导课教师与学生相互联动,体育课内与体育课外相互联动、现场与网络相互联动。具体指在体育辅导课中教师可以根据学生的练习水平、身体素质和个人需要等情况适当调整体育课内与体育课外辅导课的内容和辅导课的练习难度和教学重点。学生也可以通过教学和辅导课的现场或网络将自身的课后感受和心得反馈给体育辅导课教师,教师对教学内容和教学进度进行修改和调整。通过教师与学生相互联动的作用以达到提高体育课教学质量和效率。

“三自觉”教学模式是学生自觉参加课外体育

锻炼、自觉参加课外体育竞赛、自觉参加课外体育训练。具体指学生每次参加课外体育锻炼、课外体育竞赛和课外体育训练不是靠点名(考勤)的形式,而是来去进行刷卡:“一卡通”的形式来进行。锻炼、竞赛、训练课的时间不固定可长可短。不是看锻炼、竞赛、训练课的结果而是看锻炼、竞赛、训练课的过程来进行教学评价。这样可以大大的提高高中学生自觉参加体育锻炼(课)的积极性。

“三放开”教学模式是体育教学的时间放开、体育教学的空间放开、体育教学的资源放开。具体指体育教学在时间和空间上放开教师可以在课内也可以在课外活动进行体育教学。同样学生也可以在课内或课外活动进行体育锻炼和学习。学校体育教学的资源(场、馆和器材)也可以在时间和借用手续上延长和简化,方便学生进行体育锻炼。

4.3 模式的核心——“三自由”

学生在课外活动时间内自由选择所参加活动的体育课程内容,体育辅导课教师,体育活动时间段,是课外体育俱乐部教学模式的核心,一切是以学生为主体的教学模式,也是目前符合高中学生实际情况的一种体育教学的最好形式。学生通过学校网上选课系统,让学生根据自己的具体情况至少有2次网上选课的机会。最大限度的地满足学生的参加体育活动的需要。“三自由”对原有的年级和班级建制进行了拆分,重新进行了体育活动班级的新组合,这样也满足了不同层次,不同水平,不同兴趣学生参加体育活动的需要,形成形式多样的体育项目教学班,这样有利于激发学生的学习动机,培养学习爱好、挖掘学习潜能、发展个性,对于促进学生的发展具有重要意义,使学生得到全面发展。也是适应现代化教育的发展需要和符合当今我国中学教育改革发展方向。

4.4 模式目标

模式目标是通过课外体育俱乐部的教学实践活动所要达到的预期结果,根据对大多数学生的要求,模式的基本目标为:

4.4.1 体育活动参与目标

积极参与各种课外体育活动并基本形成自觉锻炼的习惯,初步建立终身体育的意识,并具有一定的体育文化欣赏能力。

4.4.2 体育活动技能目标:

熟练掌握两项以上体育健身的基本方法,能够科学地进行体育锻炼,使自己的运动能力得到进一步的提高。

4.4.3 身体健康目标

能够顺利通过《国家中学生体质健康标准》的测试,初步掌握提高身体素质的一些简单方法,初步建立健康的生活方式,具有健康的身体。

4.4.4 心理健康目标

根据自身的能力安排自己的体育学习目标,通过运动使自己的心理状态得到改善,心理障碍得到克服,养成积极乐观的生活态度,通过积极参加运动从中体验到乐趣和成功的感受。

4.4.5 社会适应目标

表现出良好的体育道德和团队合作精神。同时,针对部分有特长(体育特长)和有一定体育基础的学生也可在上述方面根据自身条件和情况确定他们自己相应的目标,同时也可以作为大多数同学努力的目标。

4.5 模式的评价体系

原来的体育课评价方法主要是将体育运动成绩作为评价学生成绩的唯一标准,这种只看结果而不看过程的评价方法和标准,严重挫伤了学生参加体育锻炼的积极性。如果,将这种评价方法改为综合评价的方法,把以上5个目标作为评价标准,将学生课中和课外的过程结合起来,将课内和课外体育活动结合起来。变成了按照学生的参与程度和体育素质、以及体育活动技能和心理健康等综合评价方法来评定。将会使学生参加体育锻炼的积极性得到进一步的提高,使学生得到全面发展。

5 结论与建议

5.1 结论

综上所述,现代学生的体育价值观与传统的体育价值观相比,发生了根本性的转变,除了具有强身健体、促进德、智发展等共同价值之外,学生把追求新兴时尚、富有激情的运动项目作为自己选择的体育锻炼的目标。这些内容不仅丰富而且实用,贴近生活,形式上灵活,方法上多样,把趣味性与人文体育资源融入到现代体育课中,使学生在挑战各种困难中提高身心素质,在协同解决问题中增强社会适应能力。充分体现了现代学生的自我价值观和体育价值观。高中体育课课外体育俱乐部教学模式的构建正是顺应了这种社会发展的需要,创造了一种全新的体育教学理念、体育教学模式,并把这种理念和模式作为合肥市中学高中体育课教学改革的核心和重点,一切以育人为目的,一切以学生为主导对一些不适应新时期社会发展需要的体育课教学内容和一些老的落后的体育教学模式及课程和设置及时进行彻底的改革,同时根据目前社会

发展和高中学生的需要开设一些新的体育项目课程,更新一些老的过时和落后的体育教学内容,努力构建符合社会发展需要的高中体育课程教学模式和体系。使这些改革后的体育课程教学模式和体系,能够起到尽快改变目前合肥市高中部体育课教学的落后现状,提高高中生体育课程教学的质量,培养高中生自由参与体育的意识,并达到有效完成教育部规定的中学高中体育课程培养的目标。

5.2 建议

在合肥市高中部开展课外体育俱乐部教学模式对安徽省高中部学校体育课的进一步改革和发展有着深远的影响。它不只增加了合肥市高中部学校体育课的内容,同时拓展了高中体育课的时间和空间,更增强了高中体育课程的适用性、拓宽了高中体育课的内涵;而且使高中生体能、意志力得到增强、培养了他(她)们的团队精神、为此,建议一:合肥市教委有关教学管理部门尽快在本市一些学校高中部开展体育课课外体育俱乐部教学模式的试点工作,可以选择几所高中作为试点,在课程安排上可以采用选课的方法即每位学生每学期可以选一个项目俱乐部进行学习和锻炼,俱乐部内上课可以采用会员制(初、中、高会员)的方法。初级会员(体育基础较差和高一的新生)上普通项目俱乐部课程,中级会员(体育基础较好的学生)上提高班项目俱乐部课程,高级会员(体育特长生和校队)上高级班(以训练为主)项目俱乐部课程。课程成绩评价方法改为综合评价的方法,把以上5个目标作为评价标准,将学生课中和课外的过程结合起来,将课内和课外体育活动结合起来。变成了按照学生的参与程度和体育素质、以及体育活动技能和心理健康等综合评价方法来评定。这将会使学生参加体育锻炼的积极性得到进一步的提高,使学生得到全面发展。

可是,目前对高中部学校体育课开展课外体育俱乐部教学模式方面的研究太少,建议二:及时对高中部体育课课外体育俱乐部教学模式试点工作开展经验进行总结实施完善和推广,形成具有合肥市特色的中学高中部课外体育俱乐部的体育教学模式体系,使高中体育课的教学质量和育人质量得到大幅度的提高,最终使合肥市中学高中部学生通过体育锻炼在身心健康和社会适应能力方面得到全面发展。也为尽快在安徽省高中部学校及全国高中部学校中开展课外体育俱乐部教学模式体系起到一个抛砖引玉的做用。

注释及参考文献:

- [1]谭沃杰.关于高校体育教学俱乐部发育规律的研究——深圳大学体育教学俱乐部的现状与对策[J].体育与科学,1998(2):101-1.3.
- [2]马跃秋.体育教学俱乐部教学试验现状分析与调整[J].武汉体院学报, 1998(5):97-100.
- [3]陈小蓉.深圳大学体育课程模式改革的理论与实践——“体育教学俱乐部”模式构建[J].深圳大学学报,2005(3):43-48.
- [4]祁国杰.合肥学院体育课程改革一体化[J].合肥学院学报,2007(1):30-34.
- [5]祁国杰.实验设计在体育科学中应用的现状与评价.体育科学,2011,31(3):81-86.

Conception and Construction of Extracurricular Sports Club Mode of High School in Hefei City

QI Guo-jie

(Department of Physical Education, Hefei University, Hefei, Anhui 230601)

Abstract: Through investigation and visit on some high school in Hefei, the result shows that the students liked to participate in sports, but they are not interested in sports curriculum and even fear. For the above, we referred to the brother province, city university experiences and practices, while according to the specific circumstances of Hefei, envisaged to build new teaching mode of high school sports education, which is an integrated sports parenting behavior to educate people. and play a special role of sports in quality education. It is people-oriented, all student-centered, developing students' ability to exercise independence and freedom, lay the foundation for lifelong sport thinking as a childhood.

Key words: three freedoms; three linkage; three consciousness; three open; sports curriculum model; extracurricular sports club

(上接115页)

- [14]徐飞,杜卫提.非物质文化遗产传承视野下的农村学校体育教育研究[J].枣庄学院学报,2011(5):98-103.
- [15]王文章.非物质文化遗产概论[M].北京:教育科学出版社,2008.

Discussion on Inherit of National Traditional Sports from Visual Field of Non-material Cultural Heritage

DU Wei-ti¹, SUN Ke²

(1.P.E. Department, Anhui Jianzhu University, Hefei, Anhui 230601;

2. Department of Base, Anhui Medical College, Hefei, Anhui 230601)

Abstract: An important part of national traditional sports as a non-material cultural heritage, has become an important social undertakings in the inheritance and protection. But due to the influence of economic and social structure, the old social inheritance system has been disintegrated, and the new social organization has not formed period, inheritance and protection of traditional rural sports become more difficult. Research thinks, the rural school physical education is an effective path of inheritance of national traditional sports education mode, it will help to reveal the school sports curriculum characteristics, and ultimately to promote urban and rural education "equalization" concept implementation, at the same time, it will realize the construction of village culture, forming a beneficial attempt to the school sports and the village sports "symbiotic mode".

Key words: non-material cultural heritage; rural ; school sports; national traditional sports; education