

面向高知识人群的高校体育专项课程的改革

陆亨伯, 刘嘉津, 林建君

(宁波大学 体育学院, 浙江 宁波 315211)

摘 要:以全国高知识人群健身状况为依据,对普通高校体育专项课程结构的建设及其发展方向进行了论述。目的在于使高校体育专项课程的基本结构能更加适合开展全民健身运动的需要,适合高知识人群健身活动的需要,进一步推动高校体育教学改革的进程,使体育专项课教学更具有实效性。

关 键 词:高知识人群;高校;体育专项课;课程改革

中图分类号:C807.41 文献标识码:A 文章编号:1006-7116(2001)02-0092-02

Study on reform of physical specialized course in university for the intelligentsia

LU Hen-bai, LIU Jia-jin, LIN Jian-jun

(Institute of Physical Education, Ningbo University, Ningbo 315211, China)

Abstract:The paper provided some suggestion on the construction of physical specialized course on the basis of the present fitness situation of the intelligentsia in China. The purpose is to make the physical specialized course meet the need of sports for all and the fitness of intelligentsia, so to promote the reforming process of physical education teaching in university.

Key words:intelligentsia; university; physical specialized course; course reforming

高等院校是培养高知识人才的摇篮,高校体育教学改革对提高学生的健康水平负有重要责任。本文探讨面向高知识人群进行高校体育专项课程建设的改革问题。

1 研究对象与方法

(1)研究对象。我国高知识人群(有大学、研究生学历的人群)。当前普通高校体育专项课课程体系。

(2)研究方法。文献资料、调查、访问、座谈等方法。

2 结果与讨论

2.1 改革高校体育专项课程的必要性

高等院校是高知识人才成长的必经之路,他们在这里学到了许多宝贵的知识和技能。然而,他们是否同样学到了强身健体的方法呢?有资料表明,90年代中国知识分子死亡原因80%以上是源于两种疾病:恶性肿瘤和心脑血管疾病^[1]。这两种疾病都是世界十大疑难病症之一,目前没有根

治的治疗方法,惟一理想的选择就是预防,就是要有一个强健的肌体,有一个良好的心理环境。可见,要想改变中国高知识人群“高知识,低体质”的恶性现状,惟一有效的方法就是教授给他们足够的自我健身意识、技能和方法,这一重任也自然落在了高校体育工作者身上。因而,对高校体育专项课程的改革势在必行。

2.2 改革高校体育专项课程结构的主要方式

2.2.1 项目设置的进一步优化 以往开设高校体育专项课程的主要依据来自于学校自身:场地条件和师资能力。21世纪,由于国民经济的不断发展,高校的硬件基础建设进一步完善,高等教育不断普及,师资水平的进一步提高,这两个限制性因素的作用将越来越减弱。与此同时,教育的最终目标对教育结构的反馈作用将显得越来越重要。如何开设高校体育专项课程,也将越来越取决于培养高知识人群未来自我健身能力的需要。

表1 高知识人群健身项目选择^[2]

																		%
体	散步、跑步	交谊舞、舞蹈	游泳	气功、太极拳	乒乓球	羽毛球	网球	旅游	跳绳	武术	民间舞	球类活动	台球、保龄球	地掷球、门球	健身器	棋类	其它	
操	26.11	78.24	28.87	16.43	38.01	25.99	44.55	4.47	34.89	2.93	3.93	2.35	15.92	13.75	1.12	19.11	36.15	1.50

收稿日期:2000-07-11

作者简介:陆亨伯(1957-),男,浙江宁波人,副教授,从事高校体育、体育产业研究。

1996年,对我国30个省市自治区16岁以上人口进行抽样调查中发现,其健身项目选择比例具有多样性(见表1)。

由此可见,高知识人群健身的主要项目依次为:散步、跑步;羽毛球;气功、太极拳;棋类;旅游;交友、体育舞蹈;体操;乒乓球等等。

然而,目前全国各高校主要开设的体育专项课程结构又是怎样的呢?通过对全国30所高校的统计发现,开设课程最多的是足球,依次为:篮球、排球、武术、体操、田径、健美、乒乓球、游泳……绝大多数学校开设了3大球项目,而开设乒乓课程的只有一半,开设羽毛球课的只有1/5,开设体育舞蹈的只有1/10,开设棋类课程的只有1/15^[3]。

应该看到,高校教学课程设置结构与未来高知识人群健身项目结构的巨大差异,是造成高校体育专项课学无所用的最主要因素。因而,高校体育专项课程必须改变原有的比例结构,逐步向高知识人群的主要健身项目倾斜。

2.2.2 强调专项课程教育的针对性 目前部分高校的体育专项课程教学已有一定的针对性。在未来的高校体育专项课程建设中,除了要进一步加强对学生未来专业工作的针对性外,还应该考虑未来不同知识人群所从事健身项目特点的针对性。

高知识人群的主要工作类型大体有:从事管理工作和从事教学科研工作的人群两种。从调查中发现,这两种人群在未来从事健身的主要项目有所不同。(见表2、表3)

表2 从事管理工作人群健身项目比例(多项选择)

项目	散步跑步	交友体育舞蹈	羽毛球	乒乓球	健身器运动	球类活动
次序	1	2	3	4	5	6
%	64.18	51.69	40.48	33.38	20.99	20.18

表3 从事教学科研工作人群健身项目比例(多项选择)^[4]

项目	散步跑步	棋类活动	羽毛球	乒乓球	球类活动	体操
次序	1	2	3	4	5	6
%	82.18	60.75	50.23	47.18	43.35	40.69

2.2.3 专项课教学内容的进一步改革

(1)教学内容尽可能避开时间、场地的束缚。

研究发现,高知识人群健身运动所必须解决的问题:首先是时间,其次是场地器材。

健身运动的随时性、随地性,是高知识人群未来选择的主要健身方式。过分依赖时间和场所的运动项目对未来高知识人群的自我健身意义不大。而且由于他们首先缺乏的是时间,因而高知识人群未来接受体育指导员教育的机会也很少,因而他们的健身知识只能在高校中学习完成,高校体育专项课程教学内容的选择上也就不得不考虑这一因素。

网球、门球、地掷球这类的运动项目,由于场地相对较少,而且运动需要一定的时间,因而没必要作为开设专项课程的主要项目。另外,对于已开设的项目,也要教授给学生在不规范的条件下如何开展健身活动。

以羽毛球项目为例,高校开展羽毛球项目往往是局限在

室内较为正规的场中进行,教学内容也无非是技术、战术、规则。但是,部分羽毛球技术,绝大多数战术和规则对他们未来的健身活动意义不大。如果我们稍加改动,更多地让学生进行一些步法移动和击高远球技术的练习,对他们在不规范的场所通过羽毛球进行健身,作用就会更为显著。

(2)改变纯竞技体育内容,加入娱乐体育成份。传统的体育专项课教学是完全从竞技体育中移植过来的,因而自始至终包含着竞技体育内容。然而纯竞技体育对人们自身的体能要求极高,不是所有的人都能适应这种高竞争、高对抗性的运动。竞技体育可以成为促进群众体育的催化剂,但在普及过程中也应有适当的变通。

由此可见,在高校将专项体育课从竞技体育中解脱出来,使其成为一种大众化的健身运动,必须在体育专项教学中加入一些休闲娱乐的成份。

2.3 改变高校体育专项课选择的单一性

(1)专项课开设时间。增加从大学一年级开始开设体育专项课的做法,有条件的学校在三、四年级还可以开展专项选修课教学。

(2)采用俱乐部管理体制。让有能力的学生可以同时选择几个专项进行学习。

(3)改革考试制度,对于运动水平较高的学生,不要求其修满学时。只要考试通过,就可拿到学分。

(4)充分挖掘早操与课外活动时间,让学生的早操、课外活动的内容直接与学生所学专项挂钩,以加快教学进程。

高校体育教学内容和项目的设置应该具有一定的针对性,应该面向高知识人群未来健身的需要。高校体育专项课程改革,应该先从项目结构改革入手,让建立的高校体育专项课程结构,尽可能与高知识人群参与体育健身的项目结构保持一致。其次是改革具体教学内容,使体育教学更能适应高知识人群健身活动的需要,使教学更具有实效性。最后还应该改革相应的教学管理方式,让学生学到更多的健身知识,更广泛的健身方法和技能,使未来的高知识人群具有高超的健身能力和广泛地适应性。

参考文献:

- [1] 李力研. 中国人口健康状况与大众体育对策. 体育科学学科发展现状与未来[M]. 北京:北京体育大学出版社, 2000.21-33.
- [2] 孟文娣. 中国群众体育现状调查(数据部分). 中国群众体育现状调查与研究[M]. 北京:北京体育大学出版社, 1998.307-390.
- [3] 徐宝庆. 探索具有中国特色的体育课程设置模式[A]. 中国第五届大学生运动会学术论文集锦[C]. 西安:西北工业大学出版社, 1996.270-276.
- [4] 王崇喜. 我国不同职业人群的体育现状研究. 中国群众体育现状调查与研究[M]. 北京:北京体育大学出版社, 1998.251-261.

[编辑:邓星华]