

· 体育教学 ·

普通高校课外体育活动俱乐部的研究

胡永南, 段健芝

(怀化师范专科学校 体育系, 湖南 怀化 418008)

摘 要:依据学校教育要树立健康第一的指导思想, 适应高校素质教育全面实施, 针对当前课外体育活动存在的某些问题, 对俱乐部式课外体育活动进行实践性研究, 从理论上阐述了该形式的定义、实质、组织内容和管理措施, 并就该模式的实践原则作了扼要的说明, 为高校体育健康课程改革提供参考。

关键词:俱乐部; 课外体育活动; 普通高校

中图分类号: G807.4 文献标识码: B 文章编号: 1006-7116(2001)02-0096-03

The research of extracurricular activities club in university

HU Yong-nan, DUAN Jian-zhi

(Department of Physical Education, Huaihua Teachers School, Huaihua 418008, China)

Abstract: According to guiding ideology that health is the crux of the school education, suiting the needs of quality education in college, this paper carries out a practical test of extracurricular activities. Its definition, essence, content and steps of management are described. And its practical principle is explained simply. The aim is to provide reference for physical health course of college.

Key words: club; extracurricular activities; normal college and university

随着我国教育的不断深入和社会对学生全面素质的迫切需要, 原有高校课外体育活动形式、目标、内容及管理模式已远远不能适应现代高校素质教育的需要。特别是我国第三届教育工作会议, 明确了学校教育要树立健康第一的指导思想, 全面推行素质教育为工作目标, 对高校体育健康课程提出了更高的要求。本文运用文献法、调查法和归纳演绎法对我国高校俱乐部式课外体育活动实施的可行性和相关理论进行了实践性研究, 为高校体育改革提供参考。

1 高校课外体育活动的现状

课外体育活动是学校体育的重要内容, 它与其它组织形式相互配合共同完成学校体育的任务。课外体育活动已成为学生学习生活中重要的部分。长期以来, 人们习惯把课外体育活动看成是体育课的延伸和补充, 从属于体育课的, 为体育课教学服务。在这种观念的影响下, 安排课外体育活动中只考虑它的延伸性, 体育课练什么, 课外体育活动就练什么, 忽视学生对运动的兴趣和需要, 忽视学生的个性发展。我国课外体育活动曾经以统一时间、统一内容、统一要求, 以及在锻炼中要求严密的组织纪律, 过分强调集体化、统一化、规格化, 很少考虑到学生个性的发展, 使学生的个人兴趣和爱好得不到满足, 使学生的锻炼积极性下降。以往课外体育

活动以复习体育课所授技术为主, 比较重视有形的、显在的价值而忽视学生心理感受。其结果导致学生不愿再练习体育课的内容。我们观察又发现学生在体育课上无精打采, 而在课外体育活动的自选活动中却生气盎然, 兴高采烈, 表现出极大的兴趣。尽管近来有许多学者在研究课外体育活动时, 都提出发展学生个性问题, 然而在实践中并没有把它摆到应有的位置。

目前, 大多数学校课外体育活动以年级安排, 以班级为单位, 分别进行练习, 每次约6~9个班级同时活动。由于场地器材严重缺乏及其它原因, 使课外体育活动的形式受到限制, 许多学校用旋转“轮盘”方式, 一天一转规定活动内容: 主要是与体育教学相结合, 复习巩固体育课所学内容; 与《国家体育锻炼达标》相结合, 测试达标; 与传统项目结合, 复习体育传统项目; 与常规竞赛项目相结合, 组织小型比赛。这四个结合是我国多年来广大教师的经验总结, 在过去课外活动开展中收到了一定成效。但在新的时代里, 学生的禀赋、爱好、兴趣等方面有了很大变化。他们爱好广泛, 求知欲强, 意识正趋于个性化和多样化, 对课外体育活动的要求不仅局限于生理要求, 并逐渐向个体需要和社会需要发展。随着体育功能的不断开发, 不少学生希望把一些娱乐体育、生活体育、保健体育、竞技体育等内容引入课外体育活动中。

收稿日期: 2000-09-11

作者简介: 胡永南(1960-), 男, 江苏盐城人, 副教授, 从事高校体育研究。

另外,课外体育活动质量评价,局限于学期或学年终结性评价,忽视了对各阶段活动质量评价并对影响活动质量的活动内容、组织形式、活动方式都缺乏严格的要求和合理的选定。据调查,大多数学校把课外活动的出勤率列为评价体育成绩的一部分,而对活动的内容、形式等却未顾及到,而影响课外活动的质量。

2 课外活动俱乐部模式的理论定位

2.1 定义

俱乐部式课外体育活动是以学生为主体,满足学生兴趣、要求、意向,促进学生全面发展的体育活动形式。它是素质教育和快乐教育的一个组成部分,能促进学生乐学、教师乐教,在融洽的气氛中,使学生得到生动、活泼、主动的发展。

2.2 依据和指导思想

《中共中央国务院关于深化教育改革全面推进素质教育的决定》中提出:“学校教育要树立健康第一的指导思想。”根据我国高校体制、高校培养目标及大学体育健康课程改革的实际需要,并结合我们实施学校俱乐部式课外体育活动两年来的实践经验,我们认为课外体育活动俱乐部模式是学生自愿利用业余时间参加的,旨在提高学生健康水平,养成终身锻炼习惯的活动形式。它是课内外一体化的体现和延伸,是与我校大学体育健康课程之内的选项活动课程(第二课堂)等活动一样,构成了培养目标任务的一种教育手段,是学生借以完成身体练习、体育实践的重要手段。

2.3 实质特征

俱乐部式课外体育活动的实质是面向全体学生,通过学生自主选择学习内容来满足自身的要求、发展自身的能力,在一种和谐、民主、融洽、愉快的教育活动环境中使身体得到

全面的发展。这种新型的教育活动模式具有丰富的内涵,它首先表现在教育目标的导向上,面向全体学生,根据每一个学生的身心特点,用符合教育规律和学生身心发展规律的办法,对学生进行正确的引导,促使每个学生通过体育活动,使个性获得成功的发展;其次,表现在“教”与“学”的关系上,形成了真正以学生为主体,以教师为辅导的融洽的教育活动气氛;再次,表现在活动内容的多样性,学生可以自由选择自己喜爱的体育活动内容,择时择地择人地进行练习活动,这样可以充分调动学生参加体育锻炼的积极性,树立终身体育意识,也可活跃校园体育文化气氛,形成健全的人际氛围,使学生身心健康、体育素养、整体素质得到全面的发展。

3 俱乐部式课外体育活动的组织、内容与管理

3.1 课外俱乐部组织形式与教学内容

开设俱乐部式课外活动的宗旨:“是为了切实可行地帮助大学生选择终身受益的一两项对发展效果好、喜闻乐见的体育锻炼项目,达到长期锻炼身体,增进健康的目的,使他们将来走向工作岗位后不至于脱离参加体育的习惯”。为了使俱乐部式课外活动真正能为学生的健康体质着想,从而为终身体育服务,在组织形式上采取了学生根据自己的兴趣爱好、身体状况、体育与专项特长等自由选择各项俱乐部,每个项目并分初级班和提高班,校各项代表队从中产生。学生学习到一定水平时可重新选项。在俱乐部练习内容上,我们主要根据大学体育健康课程内容,选择篮球、排球、足球等传统项目,或选择当今社会流行的、学生喜爱的体育项目,如轮滑、交谊舞、门球、网球、健美操、太极拳等。

3.2 课外俱乐部管理机构

课外俱乐部主要分为 4 级管理机构(如图 1):

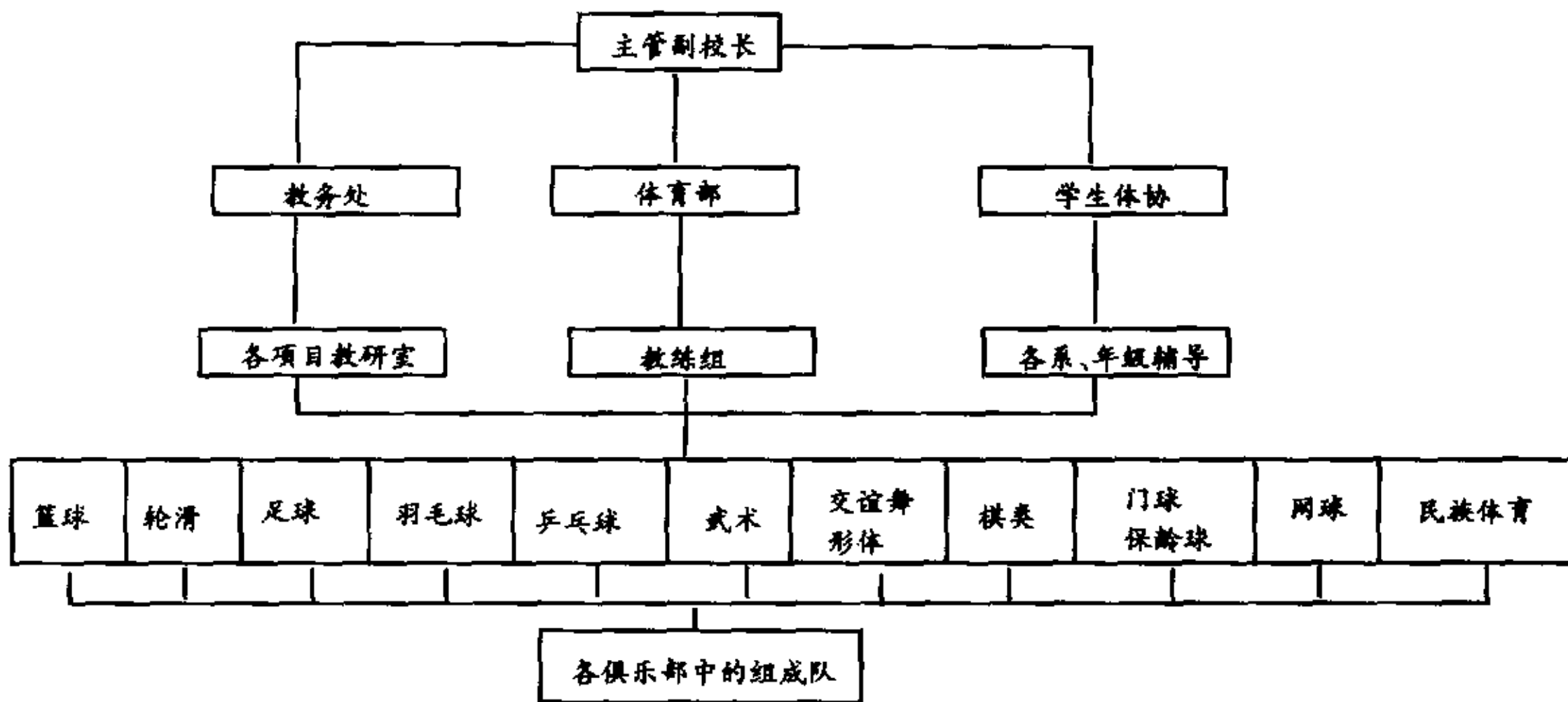


图 1 课外活动俱乐部机构

各单项俱乐部是不同层次爱好者的主要活动场所,学校各代表队将在各单项俱乐部的最高层中产生和运作,教师仅起辅导作用,从而实现课内以传授知识和掌握方法为主,课外以身体锻炼为主的素质教育思想,并经常举行丰富多彩各类竞赛活动,激发学生参加体育锻炼的自觉性,培养锻炼

的能力,为终身体育打下基础。

我们认为在高校俱乐部式课外体育活动试行中应对教师和学生提出如下要求:①教师必须有强烈的事业心和无私的敬业精神;②教师要刻苦钻研教学方法、手段,保证课外俱乐部的练习质量和时间;③学生每学期到俱乐部练习时数不

得少于目前高校体育课每学期总时数的2/5;④学生按时完成老师布置的课内练习内容。高校俱乐部式体育课外活动应做到民主集中化,才能使养成良好的锻炼习惯、锻炼热情、锻炼兴趣以及正确的人生观、道德观。

4 俱乐部式课外体育活动的考核与评价

俱乐部式课外体育活动是一种有目的、有计划、有组织地增强学生体质,达到愉悦身心,增进健康的目的,提高体育素质的教育任务。考核与评价是俱乐部式课外体育活动中最后的环节,为了能使锻炼与练习过程紧紧围绕大学体育健康课程目标运作,必须改革当前普遍存在的只考核学生掌握运动技术水平和运动成绩为主的内容和方法,使其既能反映出学生练习中量的改变,又能反映出学生练习中质的提高,重点应放在学生练习提高过程的评价。参照大学生《合格标准》与《锻炼标准》制定了俱乐部的考核和评价指标体系。为使大学体育健康课程与《大学生体育合格标准》相衔接,采取两个重大举措:一是规定《合格标准》是课程组成部分,并要求在选项课中安排一定时数的素质练习。特别是对当前高校体育教学中难点的耐力素质,既作为教学内容,又作为素质练习,在冬季教学中使“难点”变为“热点”。二是体育健康课程与《国家体育锻炼标准》相一致,把“达标”作为“课程合格”的必备条件,从而有效地调动学生对身体素质的积极性,更有力地促进大学生身体素质的全面提高。实验证明,该指标体系不仅对学生参加俱乐部练习情况作出客观评价,而且对学生参加俱乐部锻炼,树立健康体育观起到了促进和激励的作用。

5 俱乐部式课外体育活动的实践原则

(1)满足需要,发展个性原则。行为科学告诉我们,人的各种活动无不与其动机、兴趣等心理因素有关,而人的动机、兴趣是建立在人是否有其需要的基础上。没有需要就不会产生动机和兴趣,当然不会有行动。俱乐部式课外体育活力,可最大限度地满足学生对选择运动项目的需求,可以调动学生的积极性和创造性;它有着良好的凝聚功能,能够把意向和行为系在一个共同的情趣和追求上,对培养和发展学生的个性有良好的促进作用。

(2)主体论的转变原则。强调以教师为主导,旨在意味着“体育技术、技能中心”向“体育方法、体育动机、体育活动、体育经验”转移,意味着“教师中心型”向自我教育的“环境活用型”转变。体现教育过程由权威式传递知识向指导学习者自己学习的方向转化,实现体育教育的现代化、自身化、终生化、开放化。

强调以学生主动学习,重视认识和情感体验,提倡自我评价和相互评价,增强体育意识,养成锻炼习惯,促进身体全面发展的教学过程。充分调动教与学双方的积极性,实现了两个根本性的转变,即从“应试教育”向“素质教育”转变,从单纯培养“知识型”人才向培养“创造性”综合性人才的转变。

(3)课内外一体化原则。以贯彻《全民健身计划纲要》和丰富校园文化生活为宗旨的大学生余暇体育正在蓬勃兴起,实施课外活动俱乐部模式可以使课内与课外达到完美的结

合。这就要求我们在课内应以传授健康理论知识,掌握运动练习技能和健身技能为主,学会自主、自练、自评的方法;在课外则参与俱乐部和各单项协会举办的训练和比赛,重在掌握体育保健、卫生知识、养成锻炼习惯,把学生高等体育教育的过程延伸到终生体育锻炼的全过程,这正是“终身体育”所追求的目标。

(4)健康的自我投资原则。《体育法》、《全民健身规划纲要》的出台与实施,给高校体育教学带来深刻的变化,要求高校体育要主动适应社会体育发展的需要;另一方面,随着现代生活质量的提高和精神生活领域不断拓宽,大学生对体育的兴趣越练越浓,对利用体育活动减轻专业学习压力,调节心理平衡的愿望变得日趋强烈,对反映时代特征的社会体育的热门项目,如网球、羽毛球、健美操、保龄球等俱乐部型的课外活动,表现出浓厚的兴趣。但由于高校体育经费不足,给开展这些课程带来负面影响。为此,必须在对现有体育场馆、器材、人员的合理安排、充分利用的基础上,加强科学管理,引导学生进行健康的自我投资,因势利导,投其所好。如我校规定:对选网球、羽毛球等由学校提供球拍,学生自备球。学生们为了自己喜爱的运动项目,自我投资相当踊跃,因而较好地解决了部分经费不足造成的困难,取得了令人满意的效果。

6 结语

(1)树立新时空观。随着改革开放,俱乐部式课外体育活动将大大突破学校的空间界限,与社会发生广泛联系。俱乐部式课外体育活动的空间要由学校扩展到社会体育、家庭体育。随着终身体育思想的新发展,体育活动的要延长,从在校学习一直延续到生命终止。

(2)加强俱乐部式课外体育活动的科学管理。对此应实行目标管理、现代化电脑网络管理,组成课外活动管理机构,形成全校性管理网络,使俱乐部式课外体育活动向制度化、规范化、科学化方向发展。

(3)俱乐部式课外体育活动的组织应向开放化和个体化方向发展。具体采用规定时间,提供条件,自由选项,分组活动等形式。

(4)完善收费制度。俱乐部建立的经常性收费制度,要根据国家、学校、学生、地区和政策制度等方面来确定收费标准,由校财务处统收统发。学校(院)也应给予一定的扶持政策,在经费上给予一定的投入。

参考文献:

- [1] 陈泊喙. 高校实施俱乐部型体育教学模式研究[J]. 体育与科学, 1998(3).
- [2] 王超英. 对我国课外体育活动发展中几个问题的思考[J]. 上海体育学院学报, 1999(4).
- [3] 胡永南. 关于新世纪我国普通高校体育健康课程体系的研究[J]. 北京体育大学学报, 2000(4).

[编辑:李寿荣]