

· 高校体育 ·

# 华东高校课外体育活动的组织形式

吴秋林

(九江师范专科学校 体育系, 江西 九江 332000)

**摘 要:**分析了华东地区的江苏、浙江、上海、福建、江西、安徽5省10市高校课外体育活动组织形式的调查情况,研究了该地区高校课外体育活动的组织中存在的问题,提出了深化课堂教学改革、加强《大学生体育合格标准》的执行力度等6项建议。

**关 键 词:**高校;课外体育活动;组织形式

**中图分类号:**G807.4;G812.5 **文献标识码:**A **文章编号:**1006-7116(2001)04-0079-03

**Extracurricular sports activities of organization form study in universities east China**

WU Qiu-lin

(Department of Physical Education, Jiujiang Teachers College, Jiujiang 332000, China)

**Abstract:** The article analyzes the investigation information which is about the form of the extracurricular sports activities in universities of five provinces and a city in East China, they are Jiang su Zhejiang, Shanghai, Fujian, Jiangxi and Anhui. It shows some problems which exists in the universities' organization of extracurricular sports activities in these and puts forward suggestion for improvement.

**Key words:** university extracurriculum sports activities; organization form

高校课外体育活动是学校体育的重要组成部分,是实现学校体育目的的基本途径之一。如何根据本地区和学校实际情况和传统特点,因人、因时、因地制宜地组织和开展多种多样的课外体育活动,对巩固提高体育教学效果、增强学生体质、实施素质教育和全民健身计划都有重要意义。通过对华东的上海、江苏、浙江、安徽、福建、江西5省10市30余所高校课外体育活动组织形式的调查分析,旨在为改善和提高高校组织管理课外体育活动提供参考。

## 1 研究对象和方法

### 1.1 研究对象

为上海、江苏、浙江、安徽、福建、江西30余所高校的部分师生,其中教师60人,男学生1200人,女学生800人。

### 1.2 研究方法

(1)文献资料法。在论文研究过程中,先后在北京图书馆、北京体育大学图书馆、九江师专图书馆查阅了有关专著6部,收集、阅读国内外课外体育活动研究论文35篇,浏览近10年学校体育研究论文200余篇。

(2)调查法。根据课题需要设计了两份问卷:一份针对调查高校的学生,采用分层随机抽样发放问卷2000份,回收1935份,有效问卷1900份,有效回收率为95%;另一份

针对体育教学部领导和教师,发放问卷60份,回收52份,有效问卷50份,有效回收率83.3%。

(3)访问调查法。利用省运会和第6届体育科学报告会期间,访问了21名学校体育的专家学者。

## 2 结果与分析

### 2.1 学生参加早操活动的形式

早操是课外体育活动的一种重要形式,由于时间的统一性及师生们对早操锻炼价值的认识,使华东区高校的早操开展较为普遍。组织形式有集体做广播操,集体跑步。先点名,然后学生自由活动和分项目安排活动,做操、跑步相结合5种。调查情况见表1。

表1 高校早操组织形式情况调查统计

选 择 项	选择学校数	排位	%
集体做广播操	12	1	40.00
组织集体跑步	5	3	16.67
先点名然后自由活动	1	6	3.33
先点名分项目活动	2	5	6.67
先集中做操后跑步	6	2	20.00
学校无组织,学生自由活动	4	4	13.33
合计	30	4	100.00

· 收稿日期:2001-02-20

作者简介:吴秋林(1958-),男,副教授,在读硕士生,研究方向:学校体育。

从调查情况我们可以看出,华东区学校绝大部分都组织了早操,然而早操的组织方法比较陈旧。其中76.67%的学校都是以做广播体操和跑步为主。学生反映枯燥无味,出勤人数不少,实际收效不大。因而必须在组织形式上加以改正,可在早操中开展健美操、太极拳、木兰拳、体育游戏、球类项目等,做到组织形式灵活多样,运动负荷因人而异。既要解决早晨学生起床问题,更要让学生收到一定效益。

## 2.2 学生参加下午课外活动组织的形式

下午4点以后是大学生体育锻炼的最佳时间,因为经过一天学习,大脑及神经系统都处在紧张状态,此时进行体育锻炼不但可以增强体质,还可使大脑与学习有关的神经得到休息和调节。然而华东区高校下午课外活动时间的组织比起早操来差距较大。

从表2中,可以看到华东区高校下午课外活动的组织比早操差。其中有70%的高校下午课外活动基本上处于学生自由活动状态。

表2 华东区高校下午课外体育活动组织形式

选择项	选择学校数	排位	%
排入课表有教师辅导	3	4	10.00
排入课表有项目安排	4	3	13.33
排入课表有安排点名	2	5	6.67
学生自由活动	13	1	43.33

## 2.3 学生不愿参加早操、课外活动情况的原因

我们对华东区30所高校的2000名学生进行了影响他们参加早操和下午课外活动的原因调查。从表3、4中可以看到,男、女生不参加早锻炼的主要原因,是早锻炼的组织形

式和兴趣习惯。其中,男生占到59.32%,女生占60.39%。男、女生不愿参加下午课外体育活动的主要原因,是下午课外体育活动的组织问题,其次才是场地器材、兴趣习惯和学习锻炼的时间矛盾。

表3 学生不愿参加早锻炼的原因

选择项	男生			女生		
	人数	%	排位	人数	%	排位
无人要求和组织	156	13.68	4	82	10.79	5
组织形式不适宜	435	38.16	1	323	42.50	1
睡眠太晚	223	19.56	3	105	13.82	3
无兴趣习惯	243	21.32	2	136	17.89	2
自己觉得无必要	83	7.28	5	93	12.37	4

表4 学生不愿参加下午课外体育活动的原因

选择项	男生			女生		
	人数	%	排位	人数	%	排位
无人要求和组织	412	36.14	1	254	33.42	1
组织形式不适宜	287	25.18	2	183	24.08	2
学习太紧张	138	12.11	4	162	21.32	3
无场地器材	222	19.47	3	78	10.26	5
无兴趣习惯	81	7.10	5	83	10.92	4

## 2.4 学生参加早锻炼和下午课外活动适宜组织形式的调查

课外体育活动的组织形式是保证学校课外体育活动正常开展的基本手段,是实现学校体育目的任务的有效措施,是增强学生身体素质和体育能力的重要方面。到底什么样的组织形式适合高校学生,能促使他们积极参加早锻炼和下午的课外体育活动,实现高校体育的目的和任务,增强学生体质。调查情况见表5、表6。

表5 学生早锻炼适宜组织形式

选择项	教师			男生			女生		
	人数	%	排位	人数	%	排位	人数	%	排位
集中做广播体操	12	24.00	2	95	8.33	4	76	10.00	5
先集中做操后跑步	14	28.00	1	85	7.46	5	11.84	90	4
集中跑步	9	18.00	3	260	22.81	2	126	16.58	2
集中分项目活动	10	20.00	4	490	42.98	1	3.45	45.39	1
学生自由活动	5	10.00	5	210	18.42	3	123	16.18	3

表6 学生下午课外活动适宜组织形式

选择项	教师			男生			女生		
	人数	%	排位	人数	%	排位	人数	%	排位
排入课表按课辅导	11	22.00	2	140	12.28	3	125	16.45	2
先集中后分项目活动	19	38.00	1	504	44.21	1	326	42.89	1
运动队训练形式	7	14.00	3	123	10.79	4	83	10.92	5
组织各种比赛形式	7	14.00	3(并)	265	23.25	2	112	14.74	3
学生自行锻炼	6	12.00	4	108	9.47	5	94	12.37	4

从表中可看出,教师认为最适宜的早锻炼组织形式是集中做广播操和跑步,学生认为是集中后分项目活动和跑步,师生之间有差异。下午课外活动的组织形式,教师认为是先

集中后分项目活动和排入课表辅导,男生认为是先集中后分项目活动和组织各种比赛,女生的看法和教师相同。

### 3 结论与建议

#### 3.1 结论

(1)目前华东区高校早锻炼的主要组织形式是做广播体操和跑步,内容陈旧单一。这种形式已不适应大学生早锻炼的要求,必须尽快加以改进。

(2)各高校下午课外活动组织情况较差,从我们调查的情况看,有70%左右学校下午的课外活动基本上没有很好的组织起来,处于放任自流的状态。这一点应引起有关部门的重视。

(3)各高校学生不愿参加早锻炼的主要原因是早锻炼的组织形式不能适应学生的需要,没有能培养学生的锻炼兴趣和习惯。

(4)各高校学生不愿参加下午课外活动的主要原因是课外活动无人组织和组织形式不适应学生需要。

(5)各高校学生早锻炼最喜欢的组织形式,教师认为是做广播体操和跑步,学生则认为集中后分项目活动,不喜欢做广播操,特别是集中做广播操。下午课外活动的组织形式,教师和学生基本一致,是集中或分项目进行锻炼。

#### 3.2 建议

(1)深化课堂教学改革。华东区各高校要进一步深化学校体育教学改革,组织与鼓励学生参与体育实践,培养、提高学生体育意识。现行课堂体育教学是培养学生体育意识的主要渠道,它既是认识与实践相结合的一种直接教学形式,也是认识与行动同时体现的过程。因而在改革中,要打破传统教学模式,教学内容选择应是学生易于接受并感兴趣的体育项目,使学生真正掌握1~2项行之有效的体育锻炼项目和方法,切实加强体育理论教育,明确体育锻炼的目的。培养体育兴趣,养成体育锻炼习惯,为学生自觉参加体育锻炼打下很好的基础。

(2)加强《大学生体育合格标准》的执行力度。《大学生体育合格标准》是各高校学生课外体育锻炼要达到的基本要求。各高校必须从校领导到教师、学生都引起高度重视,对于标准中影响毕业、评优等规定一定要认真落实,坚决执行。

(3)加强课外体育锻炼组织工作的研究。目前高校体育科研在教学、业余训练上研究较多,对课外体育锻炼研究较

少。这种现象必须尽快改进,对课外活动的组织形式、效果评价、考核等必须尽快进行较深层次的研究、促进课外体育活动尽快健康有序的发展。

(4)加强师资培训,解决好教师组织课外体育活动的课时津贴。从我们调查的情况看,早锻炼组织的情况在华东区好于课外活动。究其主要原因是教师的业务能力和报酬问题。由于下午课外活动多数要求是学生按项目选择进行,这就要求教师具有该项目的运动技术,专业知识和组织能力。由于教师人数有限,不可能每个专项各校都有专业教师,加上课外活动大多数学校对教师没有计算工作量,这就影响了教师的积极性,这种情况必须尽快解决。

(5)对课外体育锻炼增加投入。各高校在开展课外体育锻炼中,必须增加人力资源和经费的投入,及时补充场地、器材不足,配备足够的体育教师。

(6)发扬高校优势,培养学生自己管理课外体育活动的的能力。高校学生比起中学生来,年龄较大,学生自己管理自己的能力明显增强。我们在组织高校学生课外体育活动中,要充分利用这一优势,组织好体育俱乐部、体育协会、体育兴趣小组,培养好学生体育骨干,尽最大努力发挥好这些社、团的作用。在高校课外体育活动的管理中,形成领导重视、教师尽职、学生积极投入的新局面。

#### 参考文献:

- [1]曲宗湖,杨文轩.现代学校体育教学丛书(课余体育新视野)[M].北京:人民体育出版社,1999.
- [2]卢元镇.体育的社会文化审视[M].北京:北京体育大学出版社,1998.
- [3]崔俊臣,孟光.对高校群众体育科学化管理的探讨[J].体育学刊,1996(1):75-76.
- [4]张泉科.大学生自我体育锻炼能力的培养[J].上海体育学院学报,1998(增刊):186-188.
- [5]王良民,韩晓惠.普通高校课外体育工作的调查研究[J].山东体育科技,1994(3):66-68.

[编辑:周威]

### 邮购信息

本刊还有少量1996、1997、1998、1999、2000年合订本(精装每册100.00元,简装每册90.00元,欲购者请直接向《体育学刊》编辑部订购!

联系电话:020-85211412

E-mail:tyxk@scnu.edu.cn