

# 大学体育教学 改革与创新

杨洪志 主编

人民体育出版社



# 大学体育教学改革与创新

杨洪志 主编

人民体育出版社

责任编辑 何 阳 李光源  
封面设计 贾 川

图书在版编目(CIP)数据

大学体育教学改革与创新 / 杨洪志主编. —北京: 人民体育出版社, 2009  
ISBN 978-7-5009-3660-2

I. 大… II. 杨… III. 体育—教学研究—高等学校 IV. G807.4

中国版本图书馆CIP数据核字(2009)第088838号

\*

人民体育出版社出版发行  
北京东运印刷有限公司印刷  
新华书店经销

\*

787×960 16开本 14.75印张 226千字  
2009年6月第1版 2009年6月第1次印刷  
印数: 1-2 000册

\*

ISBN 978-7-5009-3660-2  
定价: 48.00元

---

社址: 北京市崇文区体育馆路8号(天坛公园东门)  
电话: 67151482(发行部) 邮编: 100061  
传真: 67151483 邮购: 67143708  
(购买本社图书, 如遇有缺损页可与发行部联系)

# 前 言

如何全面贯彻落实《教育部、国家体育总局、共青团中央关于开展全国亿万学生阳光体育运动的通知》精神，大力弘扬奥林匹克精神，开展阳光体育运动，提高学生综合素质，正成为整个社会关注的热点问题。

为了使高校体育教学沿着正确轨道健康发展，以“健康第一”为宗旨，激发学生的运动兴趣，营造浓厚的体育文化氛围，指导大学生科学健身，我们对体育教学相关的课题进行了的研究与探讨。衡量一所高校体育工作开展的好坏，不仅在于提高体育教学水平和运动训练竞赛以及加强体育场馆的建设等等，学校体育科研水平也是极其重要的组成部分和参照系。

体育科研是一个不断探索和总结的过程，是一个从朦胧到清晰的认识过程，也是一个从积累到升华的过程，这其中必然包含对某一问题从分歧到一致的过程。广大的体育教师在长期的一线教学实践中积累了大量的第一手资料，如何能够将这些宝贵财富与体育理论相结合，用实践促进理论的发展，以理论指导实践教学改进的方向，就成为一项十分重要的工作。广大高校体育教师在完成教学任务的同时，不断刻苦钻研体育理论知识，并结合自身的教学实践提出自己的观点，在不断学习与交流中提高自身的业务水平，并产生出了一批学术成果。为了进一步推进各项体育工作的发展，我们将这些学术成果收集整理成论文并编辑成册，以供大家相互学习和交流。

本论文集是众多高校体育教师认识过程中的一个总结，因此收录的文章并非都是真知灼见，也并不都是成熟的研究成果。若本书能够抛砖引玉，对体育学科的发展起到一定的推动或借鉴作用，就已实现本论文集出版的目的。

编 者

2009年5月

# 目 录

|                                           |     |
|-------------------------------------------|-----|
| 北京普通高校武术散打教师队伍的现状调查与分析·····               | 1   |
| 北京奥运会的成功举办对北京地区全民健身推动的影响·····             | 11  |
| 2008 奥运会对北京高校体育教学改革的影响·····               | 18  |
| 对北京高校五人制足球联赛发展的战略研究·····                  | 23  |
| 民间体育与高校体育教学·····                          | 28  |
| 对素质教育在高校体育中的实施的浅析·····                    | 35  |
| 浅谈北京市高职院校体育教学与学生终身体育意识培养·····             | 40  |
| 北京联合大学 03、04 级国家学生体质健康测试数据研究·····         | 47  |
| 中长跑锻炼对走读大学学生身体健康的影响·····                  | 57  |
| 从第九届健美操世锦赛分析中国健美操运动的现状与发展·····            | 63  |
| 大学生体育伤害事故原因及对策的研究·····                    | 69  |
| 现代篮球防守理念探析·····                           | 79  |
| 浅析争抢篮板球在比赛中的重要意义·····                     | 87  |
| 试析体育在应用性人才培养中的重要作用·····                   | 93  |
| 对普通高等院校满足大学生体育需求现状的调查·····                | 97  |
| 视障生体育教学教法的探讨·····                         | 104 |
| 聋人大学生与听人大学生平衡能力的对比研究·····                 | 108 |
| 关于北京地区高校野外生存生活训练课程教学评价<br>以及影响因素调查分析····· | 116 |

|                                     |     |
|-------------------------------------|-----|
| 国内外学校野外生存生活训练的对比研究·····             | 123 |
| 试论高校体育课程改革背景下北京高校野外生存生活训练新课程目标····· | 131 |
| 北京联合大学校本部女大学生奥运会后课外体育活动现状调查·····    | 139 |
| 浅析拉丁健身操课程在普通高校开设的必要性·····           | 143 |
| 普通高校武术课面临的问题与对策分析·····              | 150 |
| 浅谈武术套路演练形式与舞蹈艺术的相关性·····            | 156 |
| 对梅花桩在部分高校中发展现象的理论探究·····            | 165 |
| 浅析控制教学法在中长跑体育教学中的应用·····            | 174 |
| 大学体育普修课应当高度重视柔韧性练习·····             | 182 |
| 浅析体育教育专业田径专修课现状与教学模式构建·····         | 187 |
| 浅议高校轮滑课教学中的教学重点·····                | 195 |
| 聚合高校体育文化的隐性力量 培养健康全面发展的现代人·····     | 200 |
| 关于艺术类高职院校体育育人的思考·····               | 206 |
| 浅谈体育课学生情绪的控制·····                   | 213 |
| 高校足球场天然草坪和人造草坪优劣势浅析·····            | 219 |
| 浅谈进阶网球拍的选择·····                     | 224 |

---

# 北京普通高校武术散打教师队伍的 现状调查与分析

李 伟 平世军

(北京联合大学, 北京 100101)

**摘 要:** 散打运动具有的技击性、竞争性、文化性等特点, 越来越受到高校大学生的欢迎, 随着高校体育教学改革的不深入, 在高校开设散打课不但可以丰富教学内容, 满足大学生的身心需求, 充分体现“以人为本”的教育理念, 而且对弘扬民族文化、振奋民族精神、促进散打运动的发展有着深远的意义。

以北京高校武术散打教师队伍和学生为调查对象, 随机抽取了18所北京普通高校的32名武术散打任课教师和652名学习武术散打课的学生进行调查。运用文献资料法、问卷调查法、数理统计法、专家咨询法等方法进行调查, 了解和掌握北京普通高校武术散打师资队伍的现状, 为推动武术散打运动在高校的发展提出建议和对策。

**关键词:** 北京普通高校; 武术散打教师; 现状

## 1 前 言

自2002年8月颁布实施《全国普通高等学校体育课程教学指导纲要》(以下简称《纲要》)以来, 普通高校体育教育改革不深入, 其中, 新《纲要》中明确提出, “普通高等学校体育课程在内容确定上要弘扬我国民族传统体育,

---

### 作者简介:

李伟(1970-), 男, 河南人, 副教授, 本科, 教学副主任, 研究方向为体育教学理论与方法。

平世军(1954-), 男, 北京人, 讲师, 本科, 教师, 研究方向为体育教学理论与方法。

体现民族性和中国特色。”武术是我国传统的体育运动项目，武术散打（简称散打）是中国武术的重要组成部分，它的技术动作、攻防理论和练习方法十分丰富，其运动特点非常符合青年人的生理和心理特征。

“教育大计，教师为本。”要想使武术散打这个传统体育项目更加发扬光大，被更多的人所认识欣赏，武术散打教师的作用极为重要。武术散打教学与其他教学相比更具有直观性，教师的主导地位也尤为明显，学生对教师的信赖和崇拜程度亦更大。因此，武术散打教师各个方面都对学生起着非常重要的影响。同时，北京市普通高校武术散打教师的现状能充分反映出全国高等院校中武术课程的师资力量。新形式下，研究北京市普通高校武术散打教师的现状，针对存在的问题提出对策和建设，对散打这一民族传统体育项目的普及与发展，进一步深化武术教学改革都具有非常重要的意义。

## 2 研究对象与方法

### 2.1 研究对象

随机抽取了北京市 18 所高校，32 名武术散打任课教师和 652 名学习散打的学生进行调查。

### 2.2 研究方法

#### 2.2.1 文献资料法

#### 2.2.2 问卷调查法

为了能够全面地反映高校武术课程的现状，本研究共设计了 2 种问卷：（1）武术教师问卷；（2）学生问卷。

#### 2.2.3 数理统计法

对调查访问所获得的有效数据，按照研究的内容、目的、任务进行分类，并根据体育统计法和社会调查法的原理与基本要求进行相应的数据统计与处理。

#### 2.2.4 专家访谈法

根据研究需要制定访谈提纲，并请专家修订后，对从事散打教学与训练的教师及部门管理人员进行访谈。

### 3 研究结果与分析

教师,在唐朝古文运动领袖韩愈的心里已经有了“师者,传道、授业、解惑也”的概念。教师是传递和传播人类文明的专职人员,是学校教育的主要实施者。体育教师是学校体育教学和体育活动的组织者和引导者,是培养体魄健壮的建设者和保卫者的园丁。学校能否贯彻执行全面发展的教育方针,培养合格的体育人才,在很大程度上取决于体育教师的工作质量。有一个合格的师资队伍是教学工作的前提和保证。

#### 3.1 武术散打教师的性别与年龄结构状况调查

本文针对北京市普通高校从事武术散打教学工作的教师的年龄、性别、职称、学历、裁判等级等方面的现状进行分析。研究的对象主要是从事武术散打教学工作的教师。调查过程中发现,在18所院校中,总共有32名从事武术散打教学的教师,平均每个院校的武术散打教师数量不足2人,可见北京普通高校武术散打师资的紧缺。

担任北京高校武术散打课的教师中,男教师29人,占90.60%,女教师3人,只占9.40%(表1)。

统计显示男女教师比例偏差较大,这可能主要是体育运动本身存在一定的性别与项目的关联,以及散打运动本身的特点决定的,但从今后散打项目的全面发展来看,女性教师所占比例偏小。

表1 教师性别比例 N=32

| 教师性别 | 人 数 | 百分数 (%) |
|------|-----|---------|
| 男    | 29  | 90.60   |
| 女    | 3   | 9.40    |
| 合 计  | 32  | 100     |

从教师年龄结构上来看,中青年教师占主导,各比例依次为20~34岁12人,占37.50%; 35~44岁18人,占56.25%, 45岁以上2人,占6.25%(表2)。

表 2 教师年龄结构 N=32

| 教师年龄段  | 人 数 | 百分数 (%) |
|--------|-----|---------|
| 20~34岁 | 12  | 37.50   |
| 35~44岁 | 18  | 56.25   |
| 45岁以上  | 2   | 6.25    |
| 合 计    | 32  | 100     |

从教师教龄结构来看, 7~9年教龄和10年以上教龄占到将近60%。这种情况对目前武术散打课在各高校的教学比较有利。中年教师经验丰富, 青年教师精力充沛, 能够朝气蓬勃的完成教学任务, 教学效果好(表3)。

表 3 教师教龄统计表 N=32

| 教 龄   | 人 数 | 百分数 (%) |
|-------|-----|---------|
| 1~3年  | 7   | 21.88   |
| 4~6年  | 6   | 18.75   |
| 7~9年  | 9   | 28.13   |
| 10年以上 | 10  | 31.25   |
| 合 计   | 32  | 100     |

### 3.2 学历与职称结构

从担任武术散打课教学的教师学历来看, 25名教师是本科学历占78.1%, 7名教师是硕士学历, 占21.88%(图1)。

从当前高校发展来看, 大学教师本科学历已不能达到学校建设发展的需要, 高校需要更多高学历、业务精通、政治素质好的一线教师队伍。由于武术散打运动发展时间不长, 人才培养数量还跟不上高等教育发展的要求。从这种情况来看, 目前北京高校的武术散打教师学历水平的分布比例基本平衡, 但与其他体育项目教师相比, 笔者认为武术散打教学的教师学历整体不高。

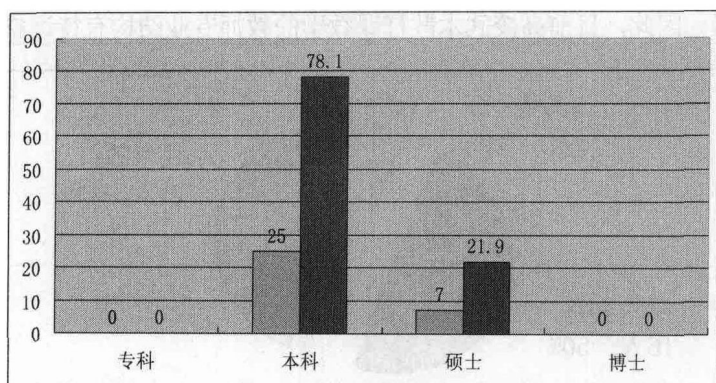


图 1 教师学历统计

在北京普通高校从事武术散打教学的教师中,副教授6人,占18.75%,讲师18人,占56.25%,助教8人,占18.75%。教师职称结构相对比较合理,有利于保持武术散打教师梯队的连续性。高职称、长教龄的教师有丰富的教学经验和较强的工作能力和敬业精神,发挥这一资源优势,辅助带动年轻教师对高校武术散打事业的热爱,壮大武术散打的人才梯队,可以促进武术散打课程开展,有利于课程的建设和管理监控(表4)。

表 4 教师职称统计 N=32

| 教师职称 | 人 数 | 百分数 (%) |
|------|-----|---------|
| 助 教  | 8   | 25.00   |
| 讲 师  | 18  | 56.25   |
| 副教授  | 6   | 18.75   |
| 教 授  | 0   | 0       |
| 合 计  | 32  | 100     |

### 3.3 专业与裁判等级

对北京市普通高校32名从事武术散打教学的教师进行调查,其中,武术散打专业毕业14名,占43.8%;武术套路专业毕业16名,占50%;其他专业毕业2名,占6.2%(图2)。可见,有一半的武术散打教师是由武术套路专业毕业的。虽然武术套路和武术散打都同属于武术门类,但毕竟他们之间还有很大的不同。高校武术散打教学需要不断创新和拓展,如果专业理论知识和技术缺乏,就不利于武术散

打课的发展。因此，目前高校武术散打课教学的教师专业结构有待调整。

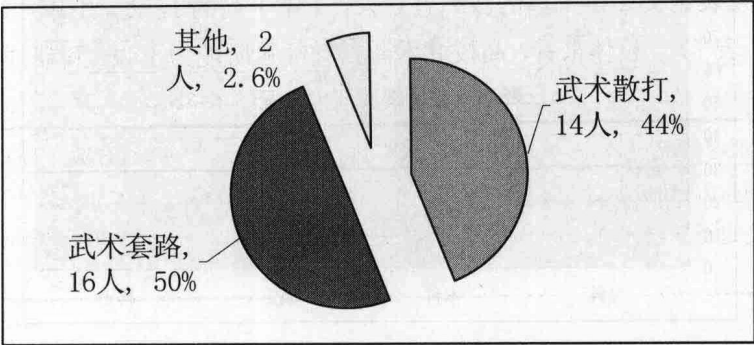


图 2 教师专业结构

据统计，在高校中从事武术散打教学工作的32名教师中，有武术散打裁判等级的教师25人，占总数的78.12%；无武术散打裁判等级的有7人，占总数的21.87%。裁判等级中，国家级5人，国家一级16人，国家二级4人(表5)。

武术散打专业等级与裁判等级都是评价一名教师专业素质水平的有力依据，也是提高武术散打教师专业水平的有力手段。北京市高校从事武术散打教学工作的教师专业裁判等级水平一般，无等级占到21.87%。所以教师还应该不断提高自身的专业水平，为更好地进行武术散打教学工作提供充分的专业技术和知识支持。

表5 教师裁判等级统计 N=32

| 等 级  | 人 数 | 百分数 (%) |
|------|-----|---------|
| 国际级  | 0   | 0.00    |
| 国家级  | 5   | 15.62   |
| 国家1级 | 16  | 50.00   |
| 国家2级 | 4   | 12.50   |
| 国家3级 | 0   | 0.00    |
| 无等级  | 7   | 21.87   |
| 合 计  | 32  | 100     |

3.4 教师科研情况

在参与调查的北京市普通高校从事武术散打教学的 32 名教师中，只有 6

名、占被调查总数 18.75% 的人参加过课题研究；发表有关武术散打内容的论文情况中，发表论文 2 年 1 篇的教师有 6 人，1 年 1 篇的 12 人，1 年 2 篇的有 6 人（表 6、表 7）。整体来看，高校武术散打教师科研能力不强，科研成果不多。

表 6 教师课题研究情况 N=32

| 课题情况    | 人 数 | 百分数 (%) |
|---------|-----|---------|
| 有过课题研究  | 6   | 18.75   |
| 没有过课题研究 | 26  | 81.25   |
| 合 计     | 32  | 100     |

表 7 教师发表论文情况 N=32

| 发表论文情况 | 人 数 | 百分数 (%) |
|--------|-----|---------|
| 不发表    | 8   | 25.00   |
| 每年两篇   | 6   | 18.75   |
| 每年一篇   | 12  | 37.50   |
| 两年一篇   | 6   | 18.75   |
| 合 计    | 32  | 100     |

### 3.5 培训情况

在对教师的提高业务素质的途径调查中，大部分教师认为进修和参加学习班是提高业务素质的主要途径（表 8）。

表 8 提高业务素质的途径

| 提高业务素质的途径 | 频 数 | 百分数 (%) |
|-----------|-----|---------|
| 进 修       | 23  | 71.87   |
| 参加学习班     | 22  | 68.75   |
| 自 学       | 12  | 37.50   |
| 其 它       | 3   | 9.37    |

注：以上内容为多项选择。

在对北京高校武术散打教师外出学习情况的调查中，有 17 人从来没有外出参加过学习，占到了教师总人数的一半，参加过 1~2 次的有 10 人，约占三分之一，参加过 3~4 次只有 5 人。可见，武术散打教师的继续培训情况很差，需

要特别加强（表9）。

随着教学改革不断深化，势必对武术散打教师的职称晋升提出更高的要求，青年教师的继续教育学习至关重要，应引起各高校的高度重视。同时应不断引进年轻的武术散打专业教师，为教学队伍补充新鲜的“血液”，形成“以老带新，以新促进”的良好局面。

表 9 教师外出学习情况总计 N=32

| 参加外出学习 | 人 数 | 百分数 (%) |
|--------|-----|---------|
| 5次以上   | 0   | 0       |
| 3~4次   | 5   | 15.62   |
| 1~2次   | 10  | 31.25   |
| 0次     | 17  | 53.13   |

### 3.6 学生对教师的评价

在学生对武术散打教师的满意度测评中，参与调查学生共652人，有311人、约48%的学生表示很满意；有324人、约50%的学生表示满意；只有17人、约2.6%的学生表示不满意。可见，北京高校学生对武术散打课教师的满意度还是非常高的（表10）。

表 10 学生对教师的满意度 N=652

| 满意度 | 学生人数 | 百分数 (%) |
|-----|------|---------|
| 满 意 | 324  | 49.69   |
| 不满意 | 17   | 2.60    |
| 很满意 | 311  | 47.69   |
| 合 计 | 652  | 100     |

### 3.7 影响教师教学积极性因素

在对影响教师教学积极性的因素调查中，场地器材状况差排在第一位，学习进修机会少排在第二位，课酬不高和领导不重视排在影响因素第三位（表11）。可见，北京高校的武术散打的硬件条件亟待提高。进修培训的机会和领导的重视程度也是影响教师积极性的主要因素。

表 11 影响教师教学积极性因素 N=32

| 影响因素    | 频 数 | 百分比 (%) | 排 序 |
|---------|-----|---------|-----|
| 场地器材状况差 | 20  | 62.5    | 1   |
| 学习进修机会少 | 16  | 50.0    | 2   |
| 领导不重视   | 15  | 46.9    | 3   |
| 课酬不高    | 8   | 25.0    | 3   |
| 其 它     | 3   | 9.4     | 4   |

注：以上内容为多项式选择。

#### 4 结论与建议

- 1) 北京普通高校学生对武术散打课教师的课堂教学有较高的满意度。
- 2) 在18所院校中，武术散打教师的平均数只为1.78，平均每所学校不足2名教师，武术散打教师整体上师资紧缺。
- 3) 高校武术散打教师年龄结构较合理，学历职称结构整体不高，但呈相对良好态势。
- 4) 散打教师师资梯队分布较合理，专业及裁判水平有待进一步调整。
- 5) 科研情况滞后，继续教育培训状况很差，尚待进一步协调相关因素。
- 6) 高校应加大师资队伍建设的步伐，引进年轻的武术散打专业教师，扩大师资队伍数量。
- 7) 高校应重视和加强教师的业务学习与提高，应加大投入，为现有教师提供进修培训的机会。

#### 参考文献：

- [1] 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，2002.8.
- [2] 潘绍伟, 于可红. 学校体育学[M]. 北京: 高等教育出版社, 2005.
- [3] 黄晓鹏. 福建高校开展武术散打运动现状与对策研究[J]. 福建体育科技, 2005, 24 (1).
- [4] 邱斌, 张庆建. 高校散打教学现状的调查与分析[J]. 首都体育学院学报, 2006, 18 (2).

- [5] 马景卫, 邓集钢. 普通高校散打专项课的教学初探[J]. 体育科技, 2005, 26 (4) .
- [6] 邓明. 高校开展大学生武术散打比赛的可行性研究[J]. 西南师范大学学报 (自然科学版), 2004, 29 (6) .

---

# 北京奥运会的成功举办

## 对北京地区全民健身推动的影响

王法涛

(北京联合大学应用文理学院, 北京 100191)

**摘 要:** 2008年北京奥运会的成功举办以及中国运动员取得的辉煌成绩,深刻地影响着全民健身活动开展深度和广度。“绿色奥运、科技奥运、人文奥运”的理念提升了人们健身参与的意识,奥运场馆以及健身活动设施的建设提供了人们健身参与的保障,北京全民健身活动的开展进入了新的历史时期。作者针对北京奥运会的成功举办对北京地区全民健身产生的影响进行探讨,运用文献资料法、访问调查法等论述了北京奥运会对全民健身推动的影响。

**关键字:** 北京奥运会; 成功举办; 全民健身; 推动; 影响

### 1 前 言

奥林匹克运动是体育全球化的产物,又是推动体育进一步全球化的动力。从举办过奥运会城市的发展经历来看,奥运会对于城市的现代化以及各方面的发展都具有巨大的促进作用,包括对群众体育发展规模的促进,北京也不例外。2008年北京成功举办了一届“真正的、无与伦比的奥运会”,经历了“有史以来最伟大的一届残奥会”,同样精彩的两个奥运会给北京留下了丰富的遗产。在北京奥运会,中国运动健儿完成了一个个争金夺银的任务,然而,更为重要也更为艰巨的一项“夺金”任务,是要借助北京奥运会这块跳板,去努力夺取全民健身的“金牌”。奥运会虽然落幕了,但全民健身这个赛场激战正酣,而且永不落幕。

---

**作者简介:** 王法涛(1980-),男,山东潍坊人,助教,硕士,教师,研究方向为体育教育训练学。