

叶 松 黄文明 史红梅 ◇ 编著

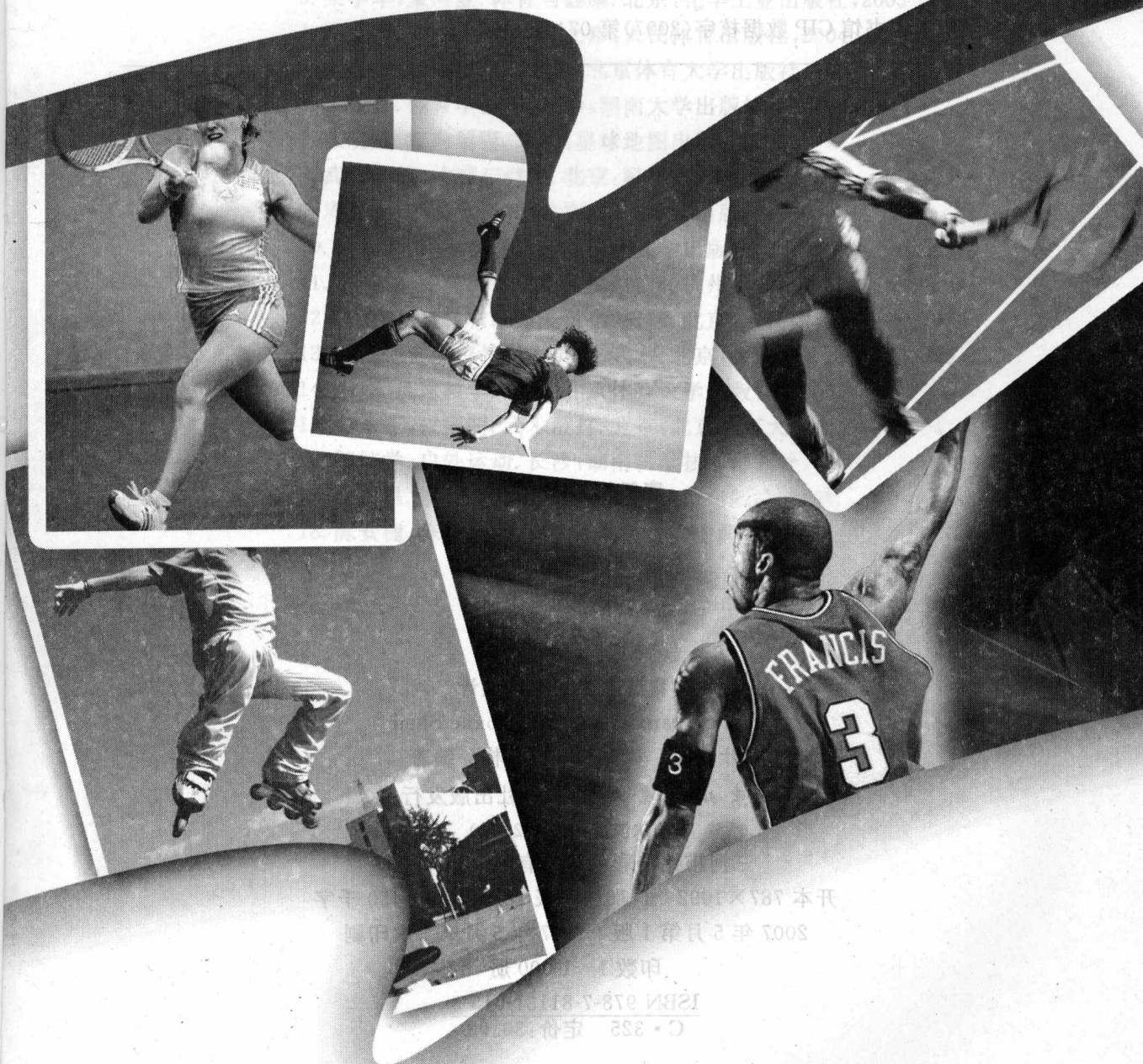
体育选项课 的教学设计



东北林业大学出版社

叶松 黄文明 史红梅 ◇ 编著

体育选项课 的教学设计



东北林业大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

体育选项课的教学设计/叶松,黄文明,史红梅编著. —哈尔滨:东北林业大学出版社,
2007.5

ISBN 978-7-81131-015-3

I. 体… II. ①叶…②黄…③史… III. 体育—课程设计—高等学校 IV. G807.03

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 074031 号

责任编辑:李学忠

封面设计:张 鲲



体育选项课的教学设计

Tiyu Xuanxiangke De Jiaoxue Sheji

叶 松 黄文明 史红梅 编著

东北林业大学出版社出版发行

(哈尔滨市和兴路 26 号)

三河市铭浩彩色印装有限公司印装

开本 787×1092 1/16 印张 18.5 字数 450 千字

2007 年 5 月第 1 版 2007 年 5 月第 1 次印刷

印数 1—1 000 册

ISBN 978-7-81131-015-3

C·325 定价:30.00

序 言

课程改革是当今教育改革的主要内容,而教学内容体系的改革则是重中之重。培养适应新世纪社会需要的人才,遵循“健康第一”、“面向全体学生实施素质教育”、“切实提高大学体育课程在培养新世纪人才方面的整体效益”是新时期深化高校体育改革的指导思想和工作主线。长期以来,由于体育教学指导思想体系的偏差,普通高校体育教学过多偏向于专业运动技能方面知识的培养,而忽略了学生对体育课程的个性化需求,因而出现了两种极端的情况:一方面体育教师不断疾呼加强和提高学生的体育意识,而另一方面学生对体育课却没有兴趣、漠不关心。为了解决这一矛盾,学生自主选择“运动项目”、自主选择“体育教师”、自主选择“上课时间”的“三自主”体育课程教学模式,适时地走进了改革的舞台。“三自主教学模式”的实施,充分地激发了学生学习体育课程的热情,加强学生对体育科学理论的学习,是切实培养学生“终身体育”思想的一种有效的途径。当然,体育选项课教学模式的实施,也对高校的体育教师、体育管理人员等带来较大的冲击:有的老师很多学生选,有的老师却面临失业;有的项目没人选,而有的项目却人满为患;传统主流项目没人选,新兴项目人数太多等。如何调整现有的资源,来解决高校体育工作者面临的这些具体的难题,来适用这种体育教学改革的新局面,途径很多,但对所开设的选项课重新进行合理设计,无疑是最直接可行的办法。

本著作针对普通高校体育课程的现状和教学实际,以人为本,尊重学生的差异性和主体性,以培养学生“终身体育锻炼意识、兴趣和能力”为最终目标,对体育选项课程进行科学而系统地阐述。不仅介绍了当前体育选项课的发展现状及对高校体育工作者所提出的各项具体要求,而且从整体上对体育选项课程的基本框架进行合理设计,全书共分九篇文章:

第一章:普通高校体育课程教学模式的改革和发展,对传统教学模式,选项课教学模式及俱乐部教学模式进行了详细的分析;

第二章:体育选项课制度对普通高校体育工作者的要求,系统地分析了体育选项课制度对管理人员、教辅人员和体育教师的要求;

第三章:高校体育运动场馆与体育选项课的开发,详细阐述了普通高校体育场馆的特征,体育选项课课程的场地需求,简易教学场地的设计与开发;

第四章:体育选项课教学设计的内容,包括课程简介,理论课教学内容,重要内容的学练方法,课程考核等;

第五章:球类运动主要课程的教学设计,系统阐述篮球、足球、排球和网球的教学设计;

第六章:体能运动主要课程的教学设计,阐述了身体素质训练和游泳两大体能运动项目的教学设计;

第七章:形体运动主要课程的教学设计,重点讲述了健美操和健美的教学设计;

第八章:民族传统运动主要课程的教学设计,介绍了我国传统的武术和散打项目的教学设计;

第九章:休闲运动主要课程的教学设计,详细介绍了轮滑和定向越野的教学内容和

方法。

全书由叶松、黄文明、史红梅三位同志编著并统稿,具体分工如下:第一章,第四章,第七章,第九章:史红梅(渭南师范学院体育系);第二章,第五章第一节、第四节,第六章第一节:叶松(天津美术学院体育教研室);第三章,第五章第二节、第三节,第六章第二节,第八章:黄文明(浙江艺术职业学院体育教研室)。

本书在编著过程中吸取了国内众多专家、学者在教育思想,体育教育理论及实践,体育运动等方面的成果,在此表示诚挚的谢意!由于作者水平有限,错误和不当之处在所难免,恳请广大教师 and 同学在使用中多提宝贵意见,以便本书的修改和完善。

作者

2007年3月

目 录

第一章 普通高校体育课程教学模式的改革与发展	1
第一节 传统教学模式	2
第二节 选项课教学模式	4
第三节 俱乐部教学模式	6
第二章 体育选项课制度对普通高校体育工作者的要求	10
第一节 体育选项课制度对管理人员的要求	10
第二节 体育选项课制度对教辅人员的要求	11
第三节 体育选项课制度对体育教师的要求	12
第三章 高校体育运动场馆与体育选项课的开发	14
第一节 普通高校体育场馆的特征	14
第二节 简易教学场地的设计与开发	17
第四章 体育选项课教学设计的内容	20
第一节 课程简介	20
第二节 理论课教案	21
第三节 实践课教学内容	22
第四节 重要内容的学练方法	23
第五节 教学评价(理论与实践)	24
第五章 球类运动主要课程的教学设计	26
第一节 篮 球	26
第二节 足 球	58
第三节 排 球	88
第四节 网 球	113
第六章 体能运动主要课程的教学设计	130
第一节 身体素质训练	130
第二节 游 泳	189
第七章 形体运动主要课程的教学设计	205
第一节 健美操	205
第二节 健 美	220
第八章 民族传统运动主要课程的教学设计	236
第一节 武 术	236
第二节 散 打	251
第九章 休闲运动主要课程的教学设计	264
第一节 轮 滑	264
第二节 定向越野	281
参考文献	289

第一章

普通高校体育课程教学模式的改革与发展

对我国大学体育课程改革发展趋势进行研究,必须了解新中国大学体育课程变革的历史脉络,只有沿着这条纵向的历史轨迹,才能逐步探索我国大学体育课程今后的改革发展方向。因此,必须根据马克思历史唯物主义的观点,以实事求是的态度,对新中国大学体育课程发展的几十年历史进行回顾,从中寻找和把握课程发展的纵向脉络,是很有必要的。依据收集的新中国高等教育和高等体育课程发展变化的史料,结合新中国的历史进程把体育课程发展分为四个阶段,并通过分析进而掌握课程理念的变化、课程指导思想的确立、课程模式的变化等。

一、文革以前的“三基”目标模式

这一时期,是新中国大学体育课程框架初步构建阶段。其中从1951年开始学习前苏联的模式,大有“全盘苏化”的趋势,接着是体育课程本土化过程。这一阶段的课程目标价值取向以竞技为主,课程内容设置也以竞技体育项目为主,课程结构单一,课堂教学主要是“三基”,教学指导思想基本上突出“三中心”(教师、课堂、教材)。教学过程中按照统一的动作要求进行集体教学,整齐划一的教学“规范”是这一阶段的特征,教师的教和学生的学都缺乏互动。学生受到双重控制,一是知识、技术和技能的控制;二是教师的控制,而教师再受教学法专家的控制,形成一条单向的控制链,至使教学效率低。总之,这一时期是引进前苏联模式,既有重大的积极意义,又带来一定的弊端:一方面,使我国大学体育得到了加强和发展,体育教学走上了“规范化”的轨道;另一方面,由于照抄照搬,没能形成自己的一整套东西,而且我们得到的是不完整、不全面的体育理论。

二、文革期间课程遭到严重破坏和扭曲阶段

10年的“文化大革命”期间,高等教育教学秩序受到空前的破坏,全国大学体育课程基本被取消了,有些地方则以“军事训练课”代替大学体育课程教学。课程目标价值取向也被政治运动所占据,远远脱离了原有的学科轨道。

三、改革开放初期的“增强体质”的课程目标模式

1979年“扬州会议”的召开,标志我国学校体育迈出了拨乱反正和恢复发展的步伐,又重新走上了正确的轨道。这一阶段的大学体育课程主要围绕“三基”,把增强学生体质

作为重中之重。因为文革期间学校体育课程被破坏,学生体质普遍下降,“增强体质”的课程目标主要体现在1979年重新修订的《高等学校普通体育课教学大纲》中。这一时期,课程过分强调增强体质,而忽视学生的非智力因素发展的需求,被称为“生物体育价值观”,但在课程内容的编制、课程教学组织方面都有所突破,较以前有很大的进步。

四、20世纪90年代以后由单纯的生物体育观向生物、心理、社会三维体育观的转变阶段

这阶段我国大学体育课程教学注重身、心、群三方面的和谐发展,注重自觉养成体育锻炼习惯、培养体育意识、增强体育能力;指导思想也从单纯的体质教育向多维方向发展,课程改革步伐加快,出现多种课程模式,如“三基型”、“一体化形”、“三段型”、“专项型”、“俱乐部型”等;在课程设置方面,大学一、二年级为必修课,三、四年级为选修课;课程教学方法、手段开始重视教师的“导法”和学生的“学法”的结合;课程评价向激励和反馈功能转化,评价理论和方法多样化趋势,评价主体多元化;课程目标价值基本回归科学与人文的整合。

总之,新中国体育课程经历了曲折的发展过程,课程观、课程指导思想都发生了重大转变,课程理论出现了“百花齐放”和“百家争鸣”的良好学术氛围。特别是90年代初国务院颁布实施的《两个条例》,使大学体育和体育课程教学都逐步走上了科学化和规范化的发展轨道。

第一节 传统教学模式

近年来的体育教学大多是体育教师根据自身习惯,在教学实践过程中不自觉地形成的一种符合自己特征的教学模式。这虽然在一定程度上能够使体育教学顺利进行,但是却束缚了体育教师的思维方式,使自己的教学陷入条框之中。传统的教学模式在学校教育中几十年不变,容易阻碍体育教学的改革和创新。所以在学校教育正朝着素质教育全面推进的过程中,学校体育教育要总结过去,放眼未来,转变观念,勇于创新,在实践工作中找到突破口,完成素质教育赋予我们的重任。

一、传统的体育教学模式影响着体育教学发展

(1)传统的体育教学模式强调四步曲。即:从开始到准备、从整队到编队、从讲解到示范、从学习到复习,整个过程束缚了体育教师的思维方式,使教师本身陷入规定的教学模式之中;对课程内容的某些部分限制过死,从形式和内容上过分突出了基本部分的作用,而忽视了其他部分的教育和培养作用;学生也无法提起兴趣来,造成学生现在出现喜爱体育而不喜欢体育课的局面。

(2)传统的体育教学模式、方法比较陈旧落后。在学科中心论的影响下,体育课必然以教师为中心,把学生置于“被管理、被训练”的被动地位;考虑传统教法多,考虑学生主体活动中的方法少;强调程式化、成人化、专业化、训练化教学模式,造成了学生对体育课的厌学情绪,使学生兴趣、爱好、特长、个性的发展都受到限制。

(3)传统的体育教学模式在体育教学过程中常采用“填鸭式”,教师讲解、示范成为体

育教学中最主要、最常用的方法。教师反反复复进行讲解与示范,学生机械地按教师的要求练习,智力得不到开发,思维受到限制,心理受到压抑,创造力更是丧失殆尽。

(4)传统的体育教学模式是在应试教育的理论与实践中的生长并形成的一种固定模式,片面强调了身体锻炼,而忽视了对学生的全面培养和教育,不能以大多数学生的需求为主要教学目标,这与当今时代的飞速发展和提高人的全面素质是相悖的。

二、现代体育教学模式要引进激励机制

体育教学模式即:“体现一定体育教学思想,并具有相对稳定结构和功能的体育教学的活动策略或简化的操作模型。”

(1)传统的教学方法已经逐步被发展学生自主能力和乐趣为主的新方法所代替,要彻底改变学生喜欢体育而不喜欢体育课的不良局面,使教师有更多的主动权去选择教材教法。近年来“音乐舞蹈进课堂”、“快乐式教学”、“能动式教学”、“成功式教学”、“发现式教学”等多种教学方法为我们体育教育开拓了新的天地。随着新思想的不断涌现,传统的教学模式也将随着时代发展被新教学方式所代替。

(2)在全面贯彻素质教育的过程中,体育教学大力改革、勇于创新,学校的体育教学是要把快乐还给学生。学生在体育课中的活动气氛热烈、兴趣浓厚、自主性较强,充分体现了体育课是以教师为主导、学生为主体、练习方法为主线的教学模式。

(3)体育课教学以“健康第一”为指导思想,应从培养学生的兴趣着手,有了兴趣才能使学生爱好体育,有了爱好就能培养学生运动的特长,有了爱好与特长就能使学生养成自觉参加体育锻炼的习惯,才能真正使学校体育起到“终身体育”的作用。即:学校体育教学;兴趣;爱好;特长;(爱好+特长);习惯;终身体育。

三、体育教学模式的改进与创新势在必行

(1)学校体育所强调的是育人育体、以人为本,强调的是人的全面发展,即:①以健康为核心;②使全体学生得到发展;③强调通过学生自己身体练习来完成,教学过程力求建立民主、合作的师生关系。体育教师在体育教学过程中以情换情、以情育情,形成一个良好的情感环境,就能使每节体育课都成为育体、育心、育人的过程。

(2)新型体育教学模式是以发展学生的创造力为核心的多种教学模式的集合体,其方式很多,无论是“动作教育”模式、还是“快乐体育”模式、“体适能”教学模式,都非常重视体育教学中的认知学习,并根据体育学习者的学习动机、思维和人际交往的特点来设计和实施教学过程,使体育学习的认知规律、技能形成规律和情感体验、人际交往特点有机结合以优化教学过程。同时,根据实际教学条件,合理借鉴国内外体育教学模式,结合自身教学特点,都会对我们改造和完善我国传统的体育教学模式产生积极的影响。

(3)将无趣的运动项目变为有趣的体育活动。例如,中长跑是学生最不喜欢的体育项目,据调查表明,在体育的延伸中多数以参加长跑练习为主要手段,所以只有采用适应学生生理、心理特点的丰富多彩的教学模式,增加学生学习的乐趣,使学生懂得学习锻炼的目的,掌握动作的基本方法,使枯燥无味的运动变为有趣活动,这样学生都会乐意参加练习。

(4)在体育大单元教学设计,教学方法模式的选择中强调注意学生的情感需求,以学生乐学、自觉、主动为前提,让学生在宽松、愉快的环境中去实现各项的学习目标。体育教

学目标可设为:

- (1)总目标:以“健康第一”的指导思想为核心,进行全面锻炼;培养“终身体育”意识。
- (2)大目标:全面锻炼身体;学习和掌握“三基”;进行思想品德教育。
- (3)中目标:完成各年级体育教学要求。
- (5)小目标:完成各年级各类教材要求。
- (5)具体目标:逐步掌握各年级教学各项技术要领和一定的技能;加强健康卫生知识学习。体育教学方法(方式、途径、手段)结构是否合理,关系到能否实现各项教学目标的完成。因此,教师在选择教学方法时,一定要考虑多种因素,以期取得最好的效果。

四、体育教学模式将朝着多样化的方向发展

我国现有体育教学模式虽然有“发现式教学”、“快乐式教学”、“小集团式教学”、“成功式教学”等模式,发展的趋势由单一性到多样化、由“教”为主体到以“学”为主体、由零教罗列到演绎法与归纳法并举、由短期行为到终身体育能力的追求等,但是我们建立的模式不是体育教学改革的“终极”模式,它还会并且应该随着我们对素质教育理解的深入而不断发展。因此,从发展的角度看,突破教学模式,也是教学和研究的需要,“建模”是为了“无模”,说的就是这个道理:“建模”表示一种成熟和稳定,“无模”是一种突破和发展。但是,大部分体育教学课仍然以教师的权威性传授和发展身体方面的锻炼结合模式为主,这很不利于学生创造性思维的发展。著名华人物理学家1997年诺贝尔物理学奖获得者朱棣文教授认为:创造是科学最重要的本质,创新意识和创造精神要从小培养和塑造。随着体育教育的不断深入和发展,我们应善于总结原有模式的教学经验,勇于创新,建立适合素质教育体系的教学模式,使我们体育教学的发展能够更加完善。

第二节 选项课教学模式

大学体育课程仍然是必修课程,也具有一定的强制性,是继续为中学体育教育补课,使学生真正掌握一项或几项运动项目的技能,对体育文化及体育的价值和功能有较全面的了解;使学生通过自主体育的教育获得终身体育意识和体育能力,以及走入社会后具备继续体育学习的能力。

一、自主选修课程模式特征

自主选修课程模式最主要的特征就是充分体现学生的自主性,使学生根据需求和兴趣自主选择运动项目和开课的体育教师,发挥学生的自主学习能力,便于学生全面安排学习内容,调动学生的积极性和创造性。学校根据实际条件、师资队伍力量等体育课程资源,多开设选修课程,包括实践活动类课程(健身、娱乐、休闲等)和理论专题讲座类课程,以便学生在更大范围内自主选择。学生选课方式是自主选择任课教师,自主选择体育运动项目,自主选择上课的时间,也就是当前北京大学等高校采用的“三自主”模式。

自主选修课程对任课教师的要求较高,对现有体育教师知识结构和专项能力有较高的要求。因此,高校体育行政部门和领导,要有计划、有步骤地促进教师继续教育或自我教育,要完善教师队伍建设,提高教师整体业务能力和教学水平。“一专多能”是我国体育

院校培养学生的基本目标,这对于基础教育而言是可行的,但对于大学体育教师是远远不够的,因为大学教师知识结构是专业型的。“专能”的要求更加突出,如果不够“专”,对于体育教师所开设的选修课程就有可能教不透、教不深,与现代大学生学习期望有一定的距离;如果“专能”不够扎实,就不能体现大学体育教师的个性与特色,不能满足学生多层次的追求。因此,建议大学体育课程突出教师的专项,以专项构建大学体育课程体系,教师挂牌开设选修课程,学生选择学习内容、选择主讲教师。教师与学生相互促进,相互提高,一方面教师提高自身教学能力,以不断适应学生学习的需要,否则没有学生选择他的课程,直接影响他的教学岗位;另一方面学生的多层次要求又会促进教师提高能力,促进教师完善自身建设,以能够胜任教学岗位。

二、课程设置

自主选修课程学制为两年且为必修。第一年,多开设普通的、中学常见的、中等难度的运动项目,如,田径、篮球、排球、足球、乒乓球、武术、游泳、轮滑等项目,使学生进一步打好运动基础,为学生继续学习做准备,同时根据需要对各项目进行分层次教学,确保学生都进步,都受益。第二年,应开设具有大学特色的以及新兴体育运动项目,如健美、健美操、散手、网球、保龄球、街舞、攀岩、漂流、定向等项目,同时还可开设部分学生兴趣高的、普及化程度高的运动项目的高级选修课程,满足学生多样化、多层次的需求。如果高校体育资源不足,第一年与第二年课程可以有所交叉,但必须体现课程的层次安排。

一、二年级是规定选修,在规定学习项目的范围内,每人每学期至少选择一个运动项目,根据实际情况可选择两个;三、四年级任意选修,可以选择体育课程,也可以不选择。整个体育课程都由课内与课外组成。体育课程教学学时可进行适当的调整,一般为30学时/学期,60学时/学年,必修总计为120学时。

三、课程内容体系

根据自主课程模式的要求,建议构建新的内容体系框架。建立以人为本,融竞技、健身、休闲娱乐、养生等为一体的新课程体系,以培养体育能力,增强体育意识,养成锻炼习惯为中心的新的内容体系。加大体育理论知识教学的学时数,一般不低于总课时的20%,注重理论学习对学生体育行为的影响,克服传统重竞技轻理论的弊端。过去视体育理论知识传授为虚设,在这一阶段要加以纠正。

实践部分:满足学生多层次需求,加大学生实践和运用运动技能的时间,同时利用课外时间开放场馆。开放时,必须有相应的专项教师加以辅导或指导,使学生及时得到锻炼和正确运用,巩固实践部分学习的成果,真正提高运动能力。

理论部分:使学生了解有关身体、心理健康的知识,了解科学有效的体育锻炼、体育休闲活动身心调节的作用。通过学习,使学生获得体育行为的内驱力,有助于养成积极锻炼的习惯;开设体育赛事、文化鉴赏的理论课程,使学生获得观看、欣赏体育赛事的能力,深层次地了解体育运动文化的内涵,如奥林匹克文化、亚运会文化及我国全运会文化等(包括一些运动项目的单项文化);介绍与运动有关的科学知识等。

四、课程评价

课程评价思想从“重结果,轻过程”向结果和过程统一转变,注重反馈和激励机制的作

用,课程评价包括学生学习评价和教师教学评价。了解学生学习过程是制约学习结果的重要因素,学习过程的评价是针对学生学习过程中所表现的动机、态度、技能、能力的多因素的评价;成绩评价指标要与学生实际情况相结合,须与学生进步的幅度相联系,保护学生学习的积极性和主动性。因为体育课程具有与其他学科不同的特性,在体育学习过程中要关注学生非智力因素的需要和体验,教师教学评价克服过去注重教师的单纯教学评价,克服过于形式的教学,逐渐向教与学互动的转变,使教师评价注重鼓励教师改进教学方法。教学创新已成为体育课程教学评价的一个重要方面,评价过程中要保护好教师教学改革的主动性、积极性。

(一)课程评价主体的改革创新

大学体育课程以学生学习活动为中心,这是体现学生为主体的重要内容。学生又是体育课程教学的主体,评价必须确立以尊重学生为基本前提。因此,在评价主体问题上,一定要把学生纳入评价主体体系,同时与学校评价、教师评价和社会评价一起构成一个有机的体育课程评价体系。

学生是体育课程学习的主体,他们可以直接感受到自身体育知识、能力、行为等的变化情况,了解自己学习的动机、态度。学生为主体的评价具有可信度,在课程评价中具有一定的参照价值。学生主体评价一般采用学生自评、组内互评,使评价成为学生认识自我、发展自我、管理自我、激励自我、完善自我的一种手段;使学生学会依据一定的标准进行自我评定,是培养学生自信心和终身学习能力、终身体育愿望的巨大动力;使评价成为一种双向甚至多向的活动,使课程评价走向客观,走向公正公平。所以,学生主体评价也是改革传统体育教育中封闭评价方法、单向评价方法的有效措施。

(二)课程评价原则

课程评价原则做到三个结合:结果性评价与过程性评价相结合,定性评价与定量评价相结合,绝对评价与相对评价相结合,克服、避免单一评价原则。课程评价不是最终目的,而是要促进学生的学和教师的教,促使学生、教师要正确运用评价的反馈激励作用。

(三)课程评价内容体系

课程评价内容体系是否科学、是否合理,直接关系到大学体育课程改革与实践的成败,因此,必须构建一个合理的课程评价内容体系。通过课程专家科学选择课程评价的指标内容体系,选择有效的评价指标以及评价指标的权重。以下是设计学生学习成绩综合评价指标体系说明:在主观因素评价中,分别采用教师评价与学生评价,再进行必要的综合。其中把体质测试也纳入到评价指标体系中,测试内容有身高、体重、1 000米(男)跑、800米(女)跑、肺活量、立定跳远和握力,测试时间为每年1次,放在每学年的第二学期期末。

第三节 俱乐部教学模式

一、大学体育俱乐部模式

我国大学体育课程经过自主选修和学分制课程两种模式发展后,替基础体育教育补课任务将完成;同时通过体育新课程改革后,基础体育教育具备了优秀的教学条件,自身

能够获得良好的教学效果,全国各地都能达到《新课标》的标准,实现自身的体育教育任务。此时,大学体育必修课将取消,取消大学体育课程的强制性,体育课程性质将发生重大转变,大学体育课程将被一种全新的模式所代替,该模式就是大学体育俱乐部,而且这种模式将可能成为我国大学体育课程发展的最高形式,将是大学体育教育的主要方式。词典将俱乐部解释为:“进行社会、政治、文艺及文化体育娱乐活动的团体和场所”。大学体育俱乐部就是把俱乐部的经营方式、管理手段引入大学体育教育活动,在这里我们将大学体育俱乐部定义为:以在校大学生和教育者为体育活动的主体,在校园内外进行体育训练、健身、体育娱乐休闲、体育文化交流等体育教育活动的团体和场所。大学体育俱乐部活动对象主要是在校大学生和部分大学教育教学人员。本书只论述学生为主体的大学体育俱乐部,并设计大学体育俱乐部运行模式。

二、大学体育俱乐部条件

我国大学体育课程要发展到大学体育俱乐部模式,大学必须具备必要的体育教育的硬件和软件资源,充分满足学生的各种体育需求和个性发展需求,确保学生有健康的体魄、充沛的精力、良好的心理素质和融洽的人际关系,以适应社会发展和社会生活。

(一)硬件条件

体育硬件建设经过前两个发展阶段,学校体育场馆设施、器材有了很大的改善,学生各种体育活动条件良好。在这个阶段,学校仍需加大投资,进行定期改善和维护,而且随着社会的发展,学校还需引进先进的俱乐部设备、器材,保证体育俱乐部各项活动的正常运行,保障学生的卫生安全。在引进设备、器材和卫生安全方面,建议学校成立一个技术部门全权负责,建立相关的监督机制,并要求责任到人。

在校外进行的体育俱乐部活动,如野外生存训练、体育竞赛等活动,通过学校资助和俱乐部资助相结合,并有一定的安全保障,必要时各俱乐部要为成员签定安全保险。

(二)教练员条件

作为各俱乐部的教练员以及技术辅助人员,必须具备相应的专业素质和专业指导、全面诊断、训练的能力。通过引进竞争机制,教练员必须持相应的资质,不能胜任者可淘汰,再进修,再提高,再上岗,以形成一个良好的教练员培训机制,引进或培训俱乐部活动所需要的各种人才。与此同时,世界科学技术日新月异,社会发展迅速,促使俱乐部教练员必须依托形势,具有与时俱进的服务思想观念,主动适应社会的发展变化;另一方面,学生的需求也在不断变化发展,也促使俱乐部教练员加强自身建设,完善自我。

(三)大学体育俱乐部活动的构建

根据学校体育资源,开展多种单项俱乐部,保证所有学生都能参加体育俱乐部,所有学生都是各俱乐部吸收的对象。学校所有单项俱乐部组成俱乐部联盟,有统一的俱乐部章程;各俱乐部实行会员制,俱乐部有各自的章程,规定会员的权利和义务,每个学生须交纳一定的会费(每个学生都能承受,而且特别困难的可以免费)。每个学生除参加一个俱乐部外,还可以到其他俱乐部活动,确保学生的特长发展、兴趣广泛以及进行必要的交流。

根据需要,各俱乐部内部可以分成普通会员和高级会员。普通会员一般参加俱乐部的正常活动,如运动科学知识和体育文化专题讲座,健康身心、娱乐休闲、竞赛表演等;高级会员是俱乐部中运动水平较高的学生,同时还包括高校特招的高水平运动员,他们的运动训练也被纳入到高级会员的活动中去,通过严格的有计划、有步骤的训练,使他们具备

竞赛的经验和能力,能够代表俱乐部和代表学校参加各种级别的竞赛活动,部分高级会员是从普通会员中选拔而来。

为保证体育俱乐部正常运行,还需作如下规定:

1. 会员活动规定

新加入的会员须办理相应的俱乐部证,凭俱乐部证可参加本俱乐部活动外,还可参加校园内其他单项俱乐部的活动,但必须遵照俱乐部联盟的章程;单项俱乐部会员有要求教练员指导的权利,教练员尽量满足会员的合理要求;会员必须听从俱乐部教练员和辅助人员的管理,会员每周参加俱乐部次数没有限制;会员是俱乐部活动的主体,会员有参加俱乐部管理的权利和义务,确保会员的合理要求和正当利益。

普通会员除参加俱乐部的各项活动外,还必须参与部分专题讲座,如举办会员体育文化欣赏专题,举办运动科学的知识以及小型运动的组织与培训的专题等;俱乐部联盟定期举办专题讲座,学生根据需要参加;主讲人员须解答会员提出的问题,主讲内容由会员选择与俱乐部联盟共同决定,确保讲座内容具有知识性、丰富性、科学性,组织安排合理。

高级会员还必须参加严格的训练和竞赛,但对训练计划具有知情权,了解并参与训练计划的制订。他们的训练与竞赛也必须贯彻以人为本的教育理念,加强教练员与高级会员之间的交流与沟通,提高高级会员的人性化的管理。

2. 俱乐部教练员指导规定

作为俱乐部的每一位教练员,必须具有广博的知识和扎实的专业能力,具有奉献精神和良好的责任心负责俱乐部的各项活动,服务意识强。俱乐部联盟要根据实际情况,保证各单项俱乐部教练员及辅助人员的数量,为所有会员提供各种技术支持,满足不同会员不同层次、个性化的需求。教练员指导会员要有耐心,态度良好,及时诊断会员存在的问题,确保每个会员都进步,都收益。应会员的邀请,俱乐部教练员担任业余训练的教练员,担任业余竞赛的裁判工作。根据学校中部分院系的需要,教练员可以为这些院系开设特定的体育课程。

俱乐部联盟对俱乐部教练员及其辅助人员实行奖惩制度;对于受会员表扬的、无私奉献的教练员,俱乐部联盟给予奖励;对于对会员不负责、态度恶劣的教练员,俱乐部联盟应给予黄牌警告,黄牌累计给红牌下岗,改正后再上岗。

建议:每一所大学的体育俱乐部联盟有培训准社会体育指导员的职责,为社区体育文化事业培养人才。培训对象主要是那些有志于社区体育文化事业服务奉献的会员,在技术能力、组织能力等方面进行特殊的培训,通过实践和理论考核的会员,按一定的标准发放相应的社区体育指导员证书。

3. 俱乐部联盟职责

负责各单项俱乐部的领导工作,统筹安排俱乐部所有人员的合理配置以及相互的合作,保证俱乐部正常运作;负责同俱乐部会员之间的沟通,宣传俱乐部的工作计划、安排,收集有关会员的信息,促使俱乐部改革管理;负责大学的所有体育文化娱乐计划、体育组织竞赛的计划;负责大学所有体育场馆、体育设施及体育器材的添置、保养维护工作。

4. 大学体育俱乐部管理体制构建

每所大学的体育俱乐部联盟是由几十个单项俱乐部组成的,教练员及辅助人员有近百人,会员有几万人,俱乐部管理工作相当困难、复杂。因此,必须建立一个良好的管理体制。

大学体育课程改革发展大学体育俱乐部阶段时,我国大学体育教育教学的行政部门由过去的体育部或体育学院向大学体育俱乐部联盟转变,实行俱乐部联盟的主席负责制,他统领所有俱乐部的工作,同时他要对学校分管体育工作的副校长负责;俱乐部联盟下设办公室、项群俱乐部、后勤保障等管理机构,由俱乐部联盟主席直接领导,同时由俱乐部联盟负责选拔俱乐部会员代表,参与所有俱乐部的管理,起到“上传下达,下传上报”沟通联系纽带作用;由于单项俱乐部较多,所以根据田麦久的项群理论,将俱乐部分成A球类俱乐部(大球)、B球类俱乐部(小球)、田径俱乐部、艺术类俱乐部、健康保健俱乐部、游泳俱乐部、民族传统项目俱乐部、野外生存俱乐部等,实行俱乐部主任负责制,项群俱乐部下设单项俱乐部主教练、教练及技术辅助人员等。

三、目前我国高校开展体育教学俱乐部的特征

1. 目前我国开展体育教学俱乐部的高校主要集中于东北、东部沿海和南方一些经济比较发达的城市,呈“半环状”分布,表明了体育教学俱乐部分布的不均衡性特点。

2. 目前有关体育教学俱乐部概念的研究尚无统一论,并且其他相关研究也都缺乏系统性,不能从整体上把握体育教学俱乐部的发展规律,反映了体育教学俱乐部理论研究的相对滞后,自身理论体系构建的不完善,从而无法更好地指导俱乐部的实践。

3. 在体育教学俱乐部的经费筹集方面,经济发达的地区要好于经济欠发达的地区,南方的普通高校要好于北方的普通高校,反映了区域经济对体育教学俱乐部经费筹集有很大影响。

4. 体育教学俱乐部的费用有95%以上是由学校来承担的,由赞助单位来协助办学的普通高校还很少,表明俱乐部的融资渠道单一,尚未很好地吸纳社会资金参与办学。

5. 有60.5%男生和50%的女生对体育教学俱乐部的现有场馆设施、器材配备不满意,表明除少数学校外,大部分开展体育教学俱乐部的普通高校场馆、器材建设相对滞后,不能满足体育教学俱乐部的发展需要。

6. 中青年教师在体育教学俱乐部教师队伍中所占的比例较大,在教师队伍中各级职称的平均年龄差别过大,高学历教师所占的比例偏小。教授、副教授职称的平均年龄过高,尤其是教授已趋于老龄化。再者,俱乐部教师队伍的专项比例也不够合理,部分项目专职教师比例太小,表明体育教学俱乐部师资队伍结构有待优化。

7. 部分高校体育教学俱乐部的项目设置,与大学生的选项情况不能很好地吻合,体现了调整俱乐部的项目设置并对大学生的选项情况进行适当引导的必要性。

8. 体育教学俱乐部的教学模式单调,缺乏创新性,尚未摆脱传统体育教学模式的禁锢,在教学指导思想、教学内容、教学方法、教学评价等方面尚需作进一步的探索。

9. 根据形式逻辑“发生定义”的方法,我们认为体育教学俱乐部概念的内涵是“以体育学习者自觉结合为基础,以学校的运动场馆为依托,围绕着某一运动项目,以俱乐部的组织形式将体育教学、课外体育、运动训练、群体竞赛等融为一体的体育课堂教学模式”。其外延包括课外体育俱乐部(包括单项体育俱乐部)、课内体育俱乐部与课内外相结合的体育俱乐部。

第二章

体育选项课制度对普通高校体育工作者的要求

第一节 体育选项课制度对管理人员的要求

一、加强选项课宣传,普及体育理论知识,提高学生认识

体育教师不仅应在体育课中向学生传授体育技术和技能,还应该在课外结合各专业特点,给学生讲解有关体育基本知识,同时经常通过组织各种丰富多彩的体育竞赛活动,激发学生的体育兴趣;做好选项前的各项目特点、健身价值、作用等宣传引导和咨询工作,使学生在选项前就能充分了解自己感兴趣的体育项目,最终,在后面的选项时能做到有的放矢。

二、确定科学合理的选项方法

对于学生自主选择上课时间的要求,调查中只有少数学校能够做到这一点。其原因在于:由于近年来各高校的不断扩招,学校的教学资源,特别是体育教学条件还不能完全满足学生自主选择上课时间的要求。多数学校还是在规定了上课时间的基础上由学生选项上课。但学生网上选项的方式有其不可避免的问题。首先,由于已经提前在网上规定了各项项目的限报人数,结果造成有些学生无法选择他们所喜欢的项目。由于学生在选项时的从众心理,往往是一个班大多数或一个寝室的所有学生都选择同一个项目,有时只有少数学生是真正喜欢这个项目的,结果由于网上选项的不可更改性而造成这部分学生往往选择的是自己兴趣并不大或根本不喜欢的的项目,给后面的学习和教师的教学都带来一些负面影响。另外,由于各项目人数的首先确定,选满人数后该项目就无法再进行选择了,结果造成一些大多数学生喜欢的“热门”项目在选项的过程中是看谁先上网、看谁“下手快”,而没用真正体现公平的原则。甚至由于有些学生完全是出于“凑热闹”的心理而选择一些“热门”项目,最终导致那些真正喜欢该项目的学生无法选项。针对这些问题,我们应该在充分调查的基础上,采取一种科学、合理的选项方法。在选项中过程中,首先应该在校园网上公布学校拟开设的项目,各项项目的介绍,各项目对身体的锻炼价值,各项项目的学习要求以及各项目的主要任课教师,让学生对所学习的项目有一个清楚的认识,使学生清楚地知道他们的身体条件适合学习什么项目,尽量避免学生在选项过程中随大流,或

者单纯的凭兴趣、凭感觉去选项,为学生今后更好地学习该项目打下一个比较好的基础。

三、在确定教学班级时应该充分考虑到学生的个体差异

由于各校的教学条件都有比较大的差异,有些学校通过建设,在场地、器材等方面已经基本能够满足所开设的各项教学要求,能够基本满足学生的兴趣需求,基本可以做到学生选择什么项目就可以参加什么项目的学习。但是,我们也要在分班的过程中充分考虑学生的基础、身体条件、性别等因素的差异。体育教学面对的学生的个体差异比较大而且非常明显,学生之间的表现及相互评价比较直接,是即时的。如果一个学生动作做得好,大家都表现出欣赏的眼光,为他叫好;如果做得不好,大家就会取笑他,由此学生容易被激励或被伤害,学生学习体育的积极性受到影响。学生的感情因素对体育教学的影响非常明显,因此,我们在对学生选项后的分班时应该充分考虑到学生个体之间的差异。目前,各高校在选项教学中多数是采取一学期或一学年换一次项,有些高校也分别在各项目中开设了初级班和提高班,但多数时候还是根据学生自己的意愿来选择班级,从而造成部分本身水平就比较高的学生,为追求较好的体育成绩而选择初级班参加学习,对教师的教学也会起到不好的影响。那么我们在分班的过程中就应该考虑避免这些问题。在分班的过程中,考虑学生意愿的同时,为保证今后的教学顺利进行,我们应该在学生选项后对学生进行一个简单的测试,把那些身体条件较好、基础较好的学生集中在一个班学习,把基础较差、身体条件也较差的学生集中在一个班学习,保证各班级内学生在同一个阶段的水平相对平均,从而保证学生能够真正学有所获,学有所长。

第二节 体育选项课制度对教辅人员的要求

一、安排合适的、适量的教学项目和教学内容

提供给学生选择的项目,学校首先应该具备该项目较完善的教学条件。在条件允许开设的情况下,还要考虑到学生参加体育学习的人数规模。根据学生规模、教学条件制定适合自己学校的一个体育选项课的项目总量,所包含的项目应该是绝大多数学生都喜欢的项目,同时能够充分利用学校现有的各种体育教学资源,保证所开设的项目都能正常地开展教学。每个项目的教学内容应该充分考虑到学生的实际能力。最好能够有一至两项体现自己学校特色的项目供学生选择。我们选项课的宗旨是让学生学会一至两项锻炼身体的方法,为终身体育打下坚实的基础,而不是通过选项课教学把学生中学学过的东西再重复一遍,更不是通过选项课教学来培养运动员。

二、以阶段教学差异性确定教学班

不同的学生经过一个学期的学习或一年的学习会有不同的表现:有些学生经过一个学期学习其技术、技能会有很大的提高;有些学生由于基础较差、身体条件不是很好,可能经过了一年的学习也不会有多少进步,这部分学生往往会在下一次的选项中改选其他的项目,也会有部分学生由于确实非常喜欢某一个项目而继续选择这个项目。我们教师在第二学期或第二年的选项过程中应该充分考虑到学生经过不同阶段学习后的差异,避免