



Tiyu Yanjiu

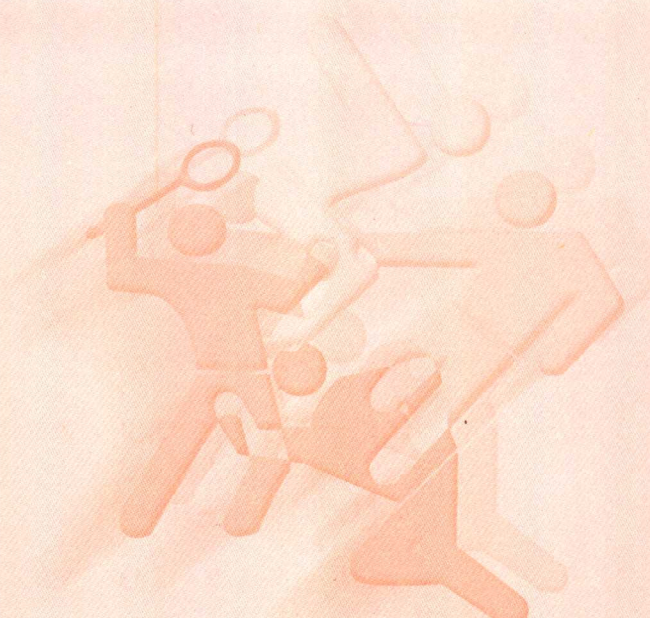
体育研究

第三辑

云南体育运动职业技术学院科研信息处 编

主 编	李锡云	徐维平	龚 斌
副主编	石怀文	合春燕	李 斌
	楚 红	汤云雄	张云龙
	宣 婴	李雪琴	王 曙

云南出版集团公司
云南科技出版社



Tiyu Yanjiu

体育研究

第三辑

云南体育运动职业技术学院科研信息处 编

主 编	李锡云	徐维平	龚 斌
副主编	石怀文	合春燕	李 斌
	楚 红	汤云雄	张云龙
	宣 婴	李雪琴	王 曙

云南出版集团公司
云南科技出版社
· 昆明 ·

图书在版编目(CIP)数据

体育研究. 第三辑/李锡云,徐维平,龚斌主编. —昆明:
云南科技出版社, 2007. 10

ISBN 978 - 5416 - 2693 - 7

I. 体… II. ①李…②徐…③龚… III. 体育—研究—文集 IV. G8 - 53

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 161545 号

云南出版集团公司

云南科技出版社出版发行

(昆明市环城西路 609 号云南新闻出版大楼 邮政编码:650034)

昆明理工大学印务包装有限公司印刷 全国新华书店经销

开本:787mm×1092mm 1/16 印张:27.25 字数:630 千字

2007 年 10 月第 1 版 2007 年 10 月第 1 次印刷

印数:1~2000 册 定价:68.00 元

目 录

以教科研促进高职教师专业化发展	黄 平	司文琴(1)
体育职业学院科研工作浅议	龚 斌 李 斌	李雪琴(4)
学校领域贯彻健康教育之探索	董利民 李秋良	冯克勤(7)
从第七届残运会看我国残疾人体育运动的发展状况	王建朝 王井明	聂 鹏(12)
科学发展观背景下民族传统体育纳入全民健身计划的社会效应分析	屈植斌 刘 松	李锡云(17)
加大体育高职课程建设与改革力度增强学生的职业能力	黄 平	司文琴(23)
体育游戏在武术套路教学中运用的研究	高 艺	(26)
昆明市五华区莲花街道社区体育开展现状调查与分析	刘 松	李锡云(32)
浅谈运动能力的强化训练	王 曙	(38)
浅谈运动训练两年制大专的班级管理	马 昕	刘永明(42)
浅谈太极推手听劲的重要性	刘永明	马 昕(45)
插上农村中学体育腾飞的翅膀 ——如何引导学生积极参与体育活动		饶海花(47)
试论活动性游戏教学能力培养	袁梦兰	宁 兵(51)
刍议对话理论在体育教学中的运用	龚 斌	何熾清(55)
山区初级中学课余体育训练初探	张云峰	宣 婴(58)
浅谈体育教学在农村小学中的实施		董有忠(62)
浅谈小学生体育教学道德行为习惯的培养		杨和升(66)
浅谈体育教学中学生自我锻炼能力的培养		周 睿(69)
农村贫困地区小学体育教育现状及改革措施		张传波(73)
会泽县中学生三操一活动对身体素质的影响探讨	许平昌	楚 红(76)
影响寻甸县中学排球运动发展的主要因素及对策		李 鑫(80)
施甸县万兴中学快乐体育教学的实验与研究		蒋树兰(87)
初三女生行进间上篮技术教学之我见		范芳明(92)
浅谈加强学校体育的重要性	司文琴	黄 平(95)
试论中学生自主学练能力的培养		王巧花(98)
田径运动训练中的力量训练		左林才(102)
浅论初中生体育兴趣的培养		黄学鹏(105)

浅谈初中篮球“跳投”的教学法	王凤琳(109)
体育教学活动中肩关节损伤的防治	龙晓燕 盛冀萍(112)
浅谈体育与政治	丁 康(115)
浅谈如何将“健康第一”的指导思想运用到中学体育教学中	张自发(118)
体育教学中如何运用讲解法和示范法	尹发湘(122)
浅谈马关二中中学体育课的适宜运动量和运动密度	李 俊(126)
浅谈体育教学中的鼓励教学法	李明平(130)
如何做好体育课各练习间的衔接	罗发奎(133)
中学田径运动会如何面向全体学生	
——昭阳区二中田径运动会改革初探	李卫国(135)
浅谈我国体育管理体制改革的	张满平(139)
体育与旅游结合	冯 勇(143)
体育课中怎样发展学生的速度素质	高云丽(147)
中小学体育课程建设探讨	周千玲(149)
试谈体育课堂教学中学生创新能力的培养	吴绍良(155)
学生主体性发挥的特征与条件	王胜明(159)
浅谈中学体育教学中的思想品德教育	杨艳秋(162)
发展中学生协调性的途径	邓 凯(167)
浅谈游泳多媒体教学	陈建华(170)
浅析少年柔道运动员的力量训练	刘焕堂(173)
试论现代足球裁判临场意识的培养	白海涛(178)
坚持科学的态度运用“三从一大”训练原则	王 曙(182)
小学快乐体育教学初探	
——浅谈玉龙县拉市乡海南完小新课程改革中的体育教学	和世德(187)
浅谈体育教学中培养学生的心理素质	王 曙(190)
云南体育运动职业学院加强运动员文化教育之我见	盛冀萍 龙晓燕(194)
对丘北县初级中学实施《体育与健康课程标准》现状调查与研究	张 健(198)
花影月华中的生命悲剧意识	
——体育职业学院大学语文名篇《春江花月夜》评析	
.....	李 斌 龚 斌(203)
武术套路中腾空旋风脚转体 720°接马步稳定性的技术分析	高 艺 龚 斌(206)
浅谈《战争与和平》的战争描写	
——提升体育职业学院学生人文素养研究之作品赏析个案	
.....	李 斌 龚 斌(211)

分析初中生对体育课感兴趣的原因与对策	晏自春(213)
丘北县部分农村初级中学体育工作现状研究	段文菊(219)
体育教师的教态与学生的学习兴趣	陈素芳(226)
武术套路新规则的制定与现代训练体系的改变	杨俊 高丽琼(229)
浅谈高校体育教师如何教好武术青年长拳	高丽琼 杨俊(234)
幼儿时期武术训练浅探	高丽琼 杨俊(237)
昆明市群众体育现状及分析	张云龙 朱黎(241)
加强高职高专院校师资队伍建设的必要性	张云龙 朱黎(247)
强化游泳教学 尽快学会游泳	
——提高公安院校游泳教学效果应注意的几个问题	董承伟 宋娟(252)
浅谈幼儿体育游戏	宋娟 张云龙(256)
体育院校学生心理求助分析	王亚 龚斌(260)
运动疗法联合治疗膝关节骨性关节炎 32 例分析	王亚 龚斌(264)
试论在体育活动中如何发挥幼儿的主体性	李馨(266)
浅谈体育教学中非智力因素与创新人才培养	王世刚(271)
试论“团体”精神在初中女生耐久跑教学中的作用	蔡伟(275)
高中体育课程设置改革的实验与研究	郝巧琼(279)
浅析体育运动损伤的原因及处理对策	余波(285)
浅谈预防少年儿童体操运动员肘关节创伤的几种训练手段	严刚(290)
论和谐社会与社会体育管理文化建设	徐可华(294)
感恩、祭祀和体育三者关系浅析	孙习军(300)
丽江市古城区中小学体育现状调查研究	
..... 刘继忠 王曙 杨玉鹏 李迎涛	何政明(305)
浅议运动员的赛前心理调控	张成胜 李锡云 刘松(312)
开发篮球市场创造良好效益	郑小玲 王敬红(316)
如何培养小学生学习体育的兴趣	黄训巧(319)
浅析体育教学中的人际交往艺术	蒋开权 董从民(323)
云南体育运动职业技术学院图书馆现状与分析	何道芬 汤云雄(328)
云南体育运动职业技术学院师资队伍的建设与研究	王欣 合春燕(331)
试论体育教学中的柔性管理	罗国华 李雪琴(336)
浅析大学生体育能力培养	沈彦晨 于林琳(340)
立定跳远的最佳辅助练习——阶梯跳	严辉(345)
浅析休闲运动是社区休闲方式的新趋势	汤云雄 何道芬(349)
试论审美教育在体育教学中的运用	汤云雄 郑小玲 宣婴(353)

我国残疾人体育的历史回顾及前景展望	戴玉英 孙习军 王 暑 陈晓红	(357)
对体院档案工作的几点思考	王延勇	(361)
体育档案的作用及未来存在形式浅析	王延勇	(364)
对影响初中生投实心球成绩的主要因素分析	谢宗代	(367)
对少儿体操运动员科学选材的探讨	戴玉英 陈晓红 楚 红	(371)
浅谈游戏在小学低年级体育教学中的作用	李雪琴	(375)
浅析体育教学难以深化改革的缘由	马粉玲	(379)
浅谈篮球意识在技战术中的培养	杜建亮 孟旭红 王建朝	(384)
对我国新时期残疾人体育事业发展的几点思考	张成胜	(388)
论提高体校学生阅读理解技能的教学训练	尹林涛 张云龙	(392)
论体校学生阅读的能力结构	尹林涛 张云龙	(396)
定向运动的文化审视及前景展望	屈植斌 陈 敏 刘 松 李锡云	(399)
中学体育教学应加强学生个性的培养	王传飞	(403)
对开远少体校 4 × 100 米运动训练计划中“目标设置”的探讨	尚若俊 楚 红	(407)
对麻栗坡县中学生在校运动排汗后更衣情况的调查与思考	李世斌	(412)
迪庆藏族自治州藏文中学推广民族歌舞课间操的分析研究报告	尼玛齐	(418)
浅谈中学体育教学中的生理、心理健康教育	余再丽 董从民	(423)
云南省部分普通高校早操现状的调查分析及对策	冯中华 张云龙	(426)
浅谈现代排球运动的攻防	冯中华 张云龙	(429)

以教科研促进高职教师专业化发展

云南体育运动职业技术学院 黄 平 司文琴

摘 要 高职教师专业化发展是适应人才培养模式改革的需要,也是高职教育过程中所面临的重要课题。教科研既能消除教师的职业倦怠,更是促进教师专业化发展的可操作性策略。

关键词 高职教育 教科研 教学反思 教师专业化发展

体育高职院校大多数是从过去的中专体校升格而成,按照培养高素质实用型人才的要求,应建立一支师德高尚、教育观念新、改革意识强、具有较高教学科研水平和较强实践能力的适应人才培养模式改革需要的教师队伍,教师从教学技能型转向反思型教育实践者,逐步建立“双师型”资格认证体系,提高教师的综合素质和教学科研能力。我们不能简单地认为原来中专体育学校的师资自然地就能符合高等职业教育的要求,目前体育高职院校教师在专业化发展中普遍缺乏外部支撑条件,如师资存在不足、课程设置单一、适合体育高职的教材及参考资料较少且内容滞后,更有教师自身角色定位不明晰、科研能力不够强、缺乏教学反思深度和自主发展意识等主观因素。教师专业化发展是当前我国高等职业教育过程中所面临的重要课题。

一、教师专业化发展已成必然

“有什么样的教师,就有什么样的教育。”教师的发展决定着教育的发展,决定着学生的发展,决定着课程的发展。而教师专业化发展又决定着教师的发展,它不但是学校教育质量的根本保证,更是教师教育内涵不断提升的动力和可持续发展的关键因素。

教师专业化是指教师个体专业水平提高的过程以及教师群体为取得教师职业的专业地位而进行的努力过程。教师的专业化内涵是非常丰富的,就其本质内容而言,应当包括广博精深的专业知识和专业能力、优良的行为标准和工作技巧、基于对专业的热爱而表现出来的高尚风范与生命活力。

教师职业的专业化既是一个职业资格的认定过程,又是一个终身学习、不断更新的自我觉悟、自我塑造的过程。专业水平的提高,是教师在学习、研究、实践、反思、合作中实现的,教师在实践中学习新知识、更新教育观念、提升自我反思的意识和能力,改进教育行为。教师专业化发展不仅是脑海中理念的换代更是在实践教学中具体操作的更新。

二、职业倦怠是制约教师专业发展的重要因素

重复而又繁琐的教学生活节律容易使教师形成职业倦怠。在缺乏突破和改变的繁杂

日常事务中呆得过久,教师就会对这种生活方式习以为常、自我满足,缺乏寻求更高目标的愿望和动力。处于职业倦怠的教师,无心教学,士气低落,无意也无力提高专业发展水平和教学质量。职业倦怠是制约教师专业发展的重要因素。

而教科研可以帮助教师克服职业倦怠,实现自我发展和提升。正如斯霍姆林斯基所言:“如果你想让教师的劳动能给教师带来乐趣,使天天上课不至于变成一种义务,那你就应当引导每一位教师走上科研这条幸福的道路上来。”

三、教科研是教师专业化发展的有效途径

从教师的专业化发展来看,教师应该是一个研究者。“教师成为研究者”已经作为“教师专业化发展”的同义词成为教育界一个新的焦点和蓬勃发展的研究领域。专业发展的过程和教师作为学习者、研究者的角色要求是重合的。教师应该把科研的过程,作为不断充实自己的过程,以教科研促进教师专业化成长,将教师从传统的单一的传授知识变为教学实践的反思者、教学理论的研究者。

但是,一些教师对教科研最基本的研究内容、过程、方法、途径等所知不多。教育科研常常被误认为就是写写研究论文。“我努力地向学生传道、授业、解惑,把专业知识说明白,让学生喜欢我的讲课风格,影响学生的价值观念。我很少系统地去树立自己的教学思路,只是下意识地完成自己该做的工作。”“让我上课行,而且也可以上得很好,但是让我写文章可没那种水平。”“在教学中发现了新问题我马上就思考如何解决,但我这个人喜欢做而不喜欢写。”可见,实际上有相当一部分教师对教育科研存在着非常模糊的认识,把教学研究等同于写作;对究竟何为教科研,如何知道自己做的是不是教科研的问题仍然备受困惑,搞不清科研和教学实践的关系。

教学研究应该回归教学实践。许多教师即使有了参与科研的愿望,却不知从何处下手,研究的问题从哪里来,有了研究问题之后又怎么办,如何将研究设想变成研究方案,研究成果如何表达,这一连串问题困扰着教师们,茫然无措。

1. 不断学习,提高自己的理论素质

学习前人的研究成果,是教师研究和发展的基础。因此,教师要多进图书馆、阅览室,多与同行、专家交流,只有学而不厌,才能更新理念,提高自己开展教学研究的素养,才能克服自己开展教研中的局限性和片面性。教师个人思想观念的形成依赖于亲身实践和写作,撰写教科研论文和专著,既能使教师的认识条理化,又能使教育教学实践更自觉、更有效,实现教科研推动学科和教师自身专业发展的宗旨。明确教科研的目的,克服浮躁和急功近利的倾向,以严谨、求实的科学态度认真对待课题研究,进一步明确课题研究的对象、范围和方法,特别是要区分实践研究与行动研究,明确科研与常规工作的区分和联系。

2. 联系课程改革实践,确立课题,开展科研活动

开展教学研究,首先要找到一个有价值的课题。对于广大教师来说,课题就是教育实践中要解决的问题。在选题上教师应尽量选择小课题,以小见大、做深做透,而不要大题小做、浮光掠影;要选择实实在在的具体问题,不选择抽象空乏的问题;要随着改革的发展灵活选题,也可以根据实际研究需要对原题作适当的调整,而不要故步自封、一成不变。

开展教学研究,还要敢于创新、大胆尝试。课程改革就在于改变传统教学的弊端,实现教育目标的综合化、教学过程的民主化、教育途径的多元化、教育技术的信息化。教师的创新是教师教育科研能力的反映。

3. 总结、反思自己的教学,把有益的教学经验提升为理论

教育实践水平的每一次提高,往往都来自于教学、教育活动的反思。一线教师都有这样的经验,对于较新的授课内容,在后一个班上课的效果总比前一个好,这是教师自觉或不自觉地反思。每个教师在其职业生涯中,都沉积了一定的教育教学经验,但大多数人却很少对这些经验进行思考与分析。“没有反思的经验是狭隘的经验,至多只是一种肤浅的认识。”

反思对于教师很重要,养成“问题意识”,学会把“问题”变成课题,科研工作就有了自己扎实的起点。教师通过反思,不断更新教学观念、改善教学行为、提升教学水平,有助于将自己的经验上升为独具个性的专业理念。

搞科研就是要做课题,但是广大一线教师参与科研应重在实践研究,而不是搞理论研究,教师的教育科研应探讨其教育实践之中的具体问题,解决其在学校和课堂里出现的疑惑,这与理论工作者的价值取向是不同的。在参与科研的过程中,增强反思意识,养成思考的习惯,自觉运用科学理论、科学规律指导自己的教学实践,才是教师参与科研要达到的目的。

4. 合作与交流,教研一体

教科研提供的教育规律性认识,能减少教师因缺乏有效手段而产生的烦恼。组织教师学习最新的教改理论和思想,支持教师参加校内或校际间的研讨会,让教师间彼此交流和体会,消除其在专业探讨方面的孤独和无助感,邀请专家学者讲学,使之开阔视野,提高科研意识,激发追求专业发展的热情和内驱力。

以科研促学习,以学习促教师专业化发展。教师应当以教科研开路,以科研带动学习,在学习的基础上进行深入的科学研究,再把研究成果运用到教学实践中。要从“跟着别人做”转变为“自己独立做”,发展到“与人合作做”,最后实现“带着别人做”。

“教科研是教师幸福之源”。教科研是促进教师专业化发展的可操作性策略。

参考文献

- 1 关于全面提高职业教育教学质量的若干意见.教高[2006]16号
- 2 关于加强高等职业(高专)院校师资队伍建设的意见.教高[2002]5号

体育职业学院科研工作浅议

云南体育运动职业技术学院 龚 斌 李 斌
云南师范大学 李雪琴

摘 要 体育职业学院科研工作是学院工作的一个重要组成部分,但由于起步晚、问题多,本文对体育职业学院科研工作进行了分析,并提出了一些相应的应对方法。

关键词 体育职业学院 科研工作 应对方法

体育职业学院大多是原有国家级体育后备人才基地及其他类型的体育运动学校、体育中学、通过重组、合并纷纷改制升格为体育职业技术学院,进入高等学校的行列。长期以来,由于中等专业学校以培养技术型、运动型、运用型人才为目标,把学校管理的主要精力放在如何提高学生的职业技能上,学校教学主要侧重对学生职业技能的培养,教师只需上好课,教练员只需要指导好学生训练。学校领导、教师以及教练普遍认为:科研是属于专门从事科学研究的机构和专家们的工作,如体育科研所等等,学校没有能力,也没有必要进行科研。升格为高职院校后,为了满足学校教育教学发展的需要,学校必须开展科研工作。然而,与普通高校的科研工作相比,体育职业学院的科研工作存在明显不足,急需想办法改进。

一、体育运动职业技术学院科研现状

1. 意识淡薄

体育职业学院一般是各地体育局主管的高校,往往受到体育局管理观念的制约。目前,体育职业学院科研意识比较淡薄,主要表现在:在领导者思想观念上,只要按“训练及教学计划”进行训练教学就行,无暇顾及科研,以至于在科研机构的设置上,大多数体育职业学院科研机构挂靠于教学或训练管理部门,专职的科研管理人员不仅数量少而且素质受到限制;在教师教练的思想观念上,认为科研高不可攀,畏难情绪比较大。领导、教练和教师对科研工作认识的不足与偏差,加之科研经验的缺乏,使学校科研的真正参与者和响应者不太多。

2. 科研经费不足

绝大多数体育职业学院普遍存在专项科研经费缺乏,科研经费严重不足,导致科研条件差、图书资料短缺、仪器设备落后、实验手段陈旧、影响科研成果水平。甚至有时还会因经费不足造成科研项目不能按时结题,有的课题甚至半途而废。

3. 科研基础较差、管理薄弱

因为体育职业学院的发展历史太短,所以就科研力量而言,目前体育职业学院教师、

教练高学历的很少,高职称的教师、教练比例偏低,科研队伍中缺乏领军人物而新来的教师、教练缺乏科研经验,教师、教练队伍整体科研素质欠缺。特别是从中专升格而来的学院,往往只有几年的高等教育办学历史,忙于基本建设和训练、教学,科研工作还没有提上议事日程,致使科研工作处于空白状态,科研机构不健全,科研制度不完善,科研管理重点不明确,科研人员与科研管理人员彼此缺乏沟通,双方多是程序性的进行科研项目的申报工作,使申报的科研项目在选题、人员的组成和发挥学校的优势等方面做得不理想;缺乏对科研项目研究过程的监督与控制,造成了申报、立项很积极,具体进展忽高忽低,结果是早早收场的状况恶性循环。

4. 学术氛围差

活跃的学术氛围,不只表现在经常举办学术研讨会、报告会、学术论坛等学术活动上,还表现在闲谈议论、聚会交流等各种非正式场合。虽然体育职业学院不像其他院校那样特别注重理论性研究,但深厚的理论与学术积淀也是指导应用实践的重要基础。如何通过基础理论研究促进教学质量的提高,如何通过应用和开发研究解决学习、训练实践中的突出问题,是体育职业学院开展学术研究的重要领域。大多体育职业学院没有营造良好的学术氛围。

二、体育职业学院科研工作应对方法

1. 加强制度管理,促使科研工作制度化、规范化、科学化

加强科研管理,构建合理有效的工作机制是抓好科研工作的一个重要环节。首先,学院应建立专门的科研管理机构,为开展科研提供有力的组织支撑,并形成以各职能处室、各院系、部为联结的科研网。同时,科研管理中应配备高素质的管理人才,并制定出必要的合乎实际且可操作性较强的政策、制度。科研管理者作为站在科研战线第一线的人员,应有开拓进取的精神,具备对科研信息的敏锐度,善于捕捉和收集科研信息。能熟练进行科研管理,且有协调各部门和科研人员的能力。此外,应及时制定并完善科研管理办法、科研工作办法等等一系列的科研管理规章制度,将科研工作与教师聘任、评优等相结合,在起步阶段,还应特别注重对科研立项的扶持和科研成果的奖励,有效强化教师的科研意识,保护和激发教师、教练投身科研之心。

必要的科研管理制度是学校科研管理的重要措施,也是学校科研工作制度化的需要。实践证明制度建设和政策引导是体育职业学院科研管理和科研开展的保障,是办好教育不可忽视的;教师、教练通过科研工作,提高了理论水平,及时地了解了国内外体育教育动态和信息,开阔了眼界,解放了思想,更新了教育理念;推动了教师学习先进的教改经验和业务知识的活动,提高了教师的教育教学能力;使广大教师破除了对教育科研的神秘和畏难情绪,激发了他们的科研热情,提高了他们的科研能力,促使教师从“经验型”向“研究型”发展。

2. 培养引进体育科研人才,建立一支高水平的科研队伍

体育科研人才的培养方向,应根据社会的需要和体育事业的可持续发展来确定,应立足于国内体育事业发展的需要,着重于各种竞争能力的培养。在培养过程中,认真贯彻

德、智、体全面发展的教育方针,把培养合格的社会主义事业建设者作为根本任务,促使体育科研人才成为具有较强的择业能力、创新能力、协同能力的合格人才。

加强体育科研师资队伍的建设。要进一步加强体育科研师资人员的政治思想建设,使他们以振兴我国体育科研事业为己任。同时强化职业道德教育,调动其工作的积极性。另外,挖掘人才潜力,大胆引进、启用体育科研学术带头人,组建强强合作的师资组,营造体育科研氛围,充分发挥群体的聪明才智,支持他们的创造性教学科研活动。

3. 建立科研投入机制,加大科研经费投入

体育职业学院科研要上一个层次,关键是有效的科研运行机制。一是科研投入保障机制,学院领导班子要重视,落实教育及体育部门对科研增加投入的政策;二是科研评估机制,对其应用研究、新技术开发成果等要定期进行评估,并将评估结果作为奖励、晋升、评优的依据;三是科研激励机制,要制定科研成果奖励条例,对于科研中取得显著成绩的单位和个人要大力表彰和奖励。还可建立以岗位科研工作量为基础的科研竞争机制,明确规定各类教师的最低科研工作量,要切实与分配、评优等挂起钩来。

4. 营造良好的学术氛围

学术氛围,涵盖的人员范围是全院教职工,涵盖的学术领域是教学、训练和党政管理的各个方面,从院长—中层领导—一般教师、教练、干部,都应有投身于学术研究的意念和行动,都有各自的研究课题,各级领导更应该以拼搏的研究精神和优异的学术成果为广大教职工做出示范;其次是教学科研管理部门人员的作用。如教务处、科研处等直接与教学科研息息相关,是学术活动的组织者和带动者,具有信息快捷、掌握教学科研全局的优势,应该是全院学术活动的先行者和引路者;学生管理、党政管理、后勤管理等部门人员,也各有自己的研究课题,应该结合自身的工作性质,全方位地探讨高职院校的发展方向和最佳途径,以全面推动学术氛围的建设,促进体育职业学院迈向内涵发展的道路。

体育职业学院科研工作是一项艰巨而漫长的工作,科研相关的各方还要做好长期作战的心理准备。

参考文献

- 1 徐元俊. 搞好高职院校科研工作的几点思考. 天津职业大学学报, 2004(2)
- 2 张兵. 体育教学改革现状与对策. 体育函授通讯, 2004(3)
- 3 葛力力. 对高职院校科研的几点认识. 职教论坛, 2005(9)
- 4 朱久昀. 浅析高职院校学术氛围的营造. 石家庄联合技术职业学院学术研究, 2006(3)

学校领域贯彻健康教育之探索

云南体育运动职业技术学院运动系 董利民

昆明理工大学体育课部 李秋良

昆明大学体育部 冯克勤

摘 要 我国学校健康教育现状分析表明,学校健康教育没能与社会经济发展同步,在学校教育教学改革中也未能明显体现,与社会经济发展和科技进步存在较大差异。特别是学生体质有相对下降的趋势令人担忧。本文就学校健康教育存在的问题提出思考与对策,以期待得以重视和改善。

关键词 学校 健康教育 探索

健康教育是学校教育的一项重要内容。由于卫生科学研究的迅猛发展并硕果累累,促使健康教育成为一个重要的教育科学,在社会发展中,牙科学、公共卫生学、营养学、生物化学、生物物理学、遗传学、人类学、生理学、心理学、药理学及运动学等多种学科在最近几十年内取得了较大发展。卫生科学知识资源得到进一步深入广泛地开发和利用,人类关于健康认识得到了进一步深化,健康的概念和健康的要求越来越受到人们的普遍重视。马克思提出把健康作为人的第一权利,作为一切人类生存的第一个前提,也就是作为一切历史的第一个前提。美国哲学家爱默生认为健康是人生的第一财富。英国教育家洛克强调若没有健康,就不可能有什么幸福可言。历史上许多政治家、思想家和教育对健康的意义均作了精辟的论述。然而,由于社会经济发展极不平衡,各国各地区健康教育或者说对健康教育的认识和重视程度不一,健康教育存在着较大差异,没能与我国社会经济发展同步。本文就学校健康教育的概念和意义提出分析,并对加强重视健康教育和改善健康教育提出思考与对策。

一、健康教育的概念

1. 健康的含义

进入 20 世纪,随着科学技术的发展和新兴边缘学科的开发,人类对健康的认识日益深入,对健康的要求日益提高,对那些“不打针,不吃药,身体没病就是健康”的不科学提法给予了否定。事实上,健康是一个综合的、历史的概念,随着人类社会的发展,人们对健康的认识和要求也不断变化、更新和扩展。在人类社会发展的早期,生产力极低的情况下,健康等同于生命,随着生产力逐步提高和物质日渐丰富,对提高人体活动能力和抵御、清除疾病、改善生活质量,以求更长的生存期则成了健康追求的目标。进入 21 世纪,社会生产力高度发展,健康的概念不仅仅是指无生活异常而免于疾病,而是指身体的、心理的和社会的一种和谐幸福状态。

2. 健康教育概念

关于教育,人人皆知一般界定为“培养人的活动”。就健康教育而言,它是一种有目的、有计划、有组织的教育活动,旨在帮助和鼓励人们树立增进健康的愿望,传播一定的健康知识、促使人们自愿地采取有益于健康的行为,养成健康的生活方式,创造健康的环境,并学会在必要时求得适当的帮助,从而保护和促进健康,提高生活质量。要强调指出的是:健康教育并不是一般的卫生知识的传播、宣传和动员,它的着眼点是行为问题,是人们建立与形成有益于健康的生活方式和行为。确切地说,健康教育是借助教育为手段,通过促进健康的生活方式,把健康知识转变为个人和社会所需的行为方式,完善有益于健康生活的条件,从而增进健康。

3. 健康教育的内容

健康教育的内容主要包括健康服务、健康的校园环境和健康教学三大方面。

(1)健康服务直接关系到学生的健康状况,是整个学校卫生规划不可缺少的一部分。

健康服务是指通过对学生的生长发育与健康状况的观察、检查而进行生长发育与健康评价,并做出相应的健康指导。包括对传染病的控制和简易的急救服务。

(2)健康的学校环境是激发和促进学生积极参加健康活动,主动培养健康意识,愉快地幸福地生活和有效地学习与工作的外部环境。

主要包括学校的选址,校舍的建筑,操场的大小,教室及其设备的卫生(如采光、照明、通风、温度、噪声、课桌椅等卫生标准),洁净水的供应,厨房、厕所的修建与管理,垃圾的处理,保健室的设置,学校运动设施及安全设备等。这种环境还包括各种校园活动的开展,校风、学风和校园文化建设以及全校师生员工的实际健康状态,互相尊重、尊师爱生、和谐融洽的人际关系等等。

(3)健康教学一般包括心理健康、生理健康、学习卫生、运动卫生、饮食与营养、行为健康、安全教育和求生知识。

健康教学的目的在于促进学生获取科学的卫生知识,培养学生健康的态度,学习基本的保健知识和生存技能,建立科学的健康观念,懂得基本的饮食与营养,有效地帮助学生形成有利于健康的行为,使学生把所学健康知识在一定的活动中加以运用,使知识和行为相结合,促进健康教学的效果。

二、健康教育总体思路与实际间的差异

众所周知,健康教育是全面发展教育的重要组成部分,是素质教育的应有之意。兴学校、办教育的根本目的在于改造人生增进人类幸福,而人类幸福是建立在保持健康的基础上的。因此,各国制定教育目的和教育方针都强调要维护学生的身体健康。在美国,健康的教育的概念不仅被理解为不生病和不遭受损伤,而且还包括体格、心理和社会适应能力的全面发展。如美国公共卫生协会、国家社区卫生服务委员会等,都相应制定本系统的健康教育计划,编制教学资料,指导各地开展健康教育,提供专业技术支持和服务。日本第十五届中央教育审议会1996年7月提出的咨询报告——《21世纪日本教育的发展方向》中指出:“今后孩子必须做到的是,无论社会如何变化,能够自己发现问题,自我思考,主动

做出判断和行为,具有较好的解决问题的素质和能力;且善于自律,为他人着想,与他人协调,感情丰富和充满人性。更要有能强健地生存下去的健康和体力。”

我国的教育方针是培养全面发展的社会主义事业的建设者和接班人。新中国成立后,党和政府十分关心学生的健康,先后颁布了一系列有关的决定和指示,自1951年政务院发出《关于改善各级学校学生健康状况的决定》,到1999年第三次全国教育工作会议中共中央国务院《关于深化教育改革全面推行素质教育的决定》,都相继对学生的保健、卫生、体质、饮食、营养、心理卫生、环境卫生、体质锻炼、常见病防治、安全和意外伤害事故的预防等做出了重要指示,特别要提出的是,在第五届人民代表大会通过的新宪法第五十一条明确规定:“国家特别关怀青少年的健康成长。”1998年12月,教育部颁布的《面向21世纪教育振兴行动计划》中强调指出:“体育和美育是素质的重要组成部分,要加强体育和美育工作。要使学生有强健的体魄。”1999年6月第三次全国教育工作会议《关于深化教育改革全面推行素质教育的决定》中再次强调:“健康体魄是青少年为祖国和人民服务的基本前提,是中华民族旺盛生命力的体现。学校教育要树立健康第一的指导思想,切实加强体育工作,使学生掌握基本的运动技能,养成坚持锻炼身体的良好习惯。”

然而,在我们的实际操作中,在很多方面远远达不到或者说与政府有关规定和要求有相当的距离,甚至可以说在某些方面是相悖的。据1995年全国学生体质健康调查结果表明,我国学生体质状况仍令人担忧,如我国学生的耐力,柔韧性素质,肺活量等10年来趋于停滞甚至有所下降;肥胖儿童及超体重儿童比例有所增加;城市学生近视率居高不下,农村学生近视率呈上升趋势;农村学生口腔保健仍处于较低水平;部分少数民族学生生长发育绝对水平仍然较低;城乡之间,发达地区和相对不发达地区之间学生生长发育水平发展极不平衡。另一项调查结果显示,考入大学的学生,其体质不如高中毕业生的总体水平;升入重点高中的学生,体质又不如初中毕业生的总体水平;甚至在同一学校中,“好学生”的体质不如一般学生。这种体质与学习成绩的反差现象,足以表明我们各级各类学校,在学生健康教育方面存在着一系列问题。简言之,目前我国学生体质健康状况没能和我国经济发展和社会进步同步,与发达国家相比仍然存在着较大的差异。造成这些问题有众多原因,一是对健康教育不够重视,有关部门在实际工作中不能具体落实;二是地区经济、社会文化、物质文明和教育发展相对滞后,卫生、教育资源相对匮乏,卫生保健意识淡薄;三是教育体制中的“应试教育”所带来的不良后果,学生体力劳动减少,体育锻炼不够;四是为健康教育所提供的硬件服务和支撑力度有限,没有提供足够的专用场地和设备设施。

三、思考与建议

健康是基本人权,达到尽可能高的健康水平是世界范围内的一项重要社会目标。健康教育是改善和提高我国学生体质和健康水平,保障和促进人民身心健康的千秋大业。为树立全社会的“大卫生”观念,促进和改善学校健康教育,笔者提出以下思考与建议:

1. 健康教育要着眼于未来

新中国成立50多年来,中央政府十分重视和关心青少年的身体健康。颁布了几十个

关于学生健康教育的文件,但应该强调的是,我国学生目前的健康状况与发达国家相比有较大差距,与同类国家和地区比较也存在着一定差距,就我国发达地区与欠发达地区相比差距也较明显,这与我国整个社会经济的发展也无法同步。这说明我们在贯彻落实有关政策方面存在某些偏差,特别是各级领导在学生健康教育问题的指导思想上,重视和关心学生健康不能仅仅停留在文件和口头上,而应落实在实事上,要着眼于未来,把学生健康与社会经济发展结合起来,视学生健康为今后社会发展的主要问题之一,他们身体健康与否,关系到我国全民族的整体素质。

2. 健身意识应引起全社会共鸣

《全国健身计划纲要》颁布以来,得到了广大群众的积极响应,全民健身或活动犹如潮水涌起,层层推进,热烈蓬勃,形式多样。据有关方面统计,近4年来全国经常参加健身活动的人数已经达到3亿多人。反过来,我们应该为学生健康教育增加更多的渠道,而不仅仅是在学校上几次健康辅导课,各地健康教育研究所要加强对学生健康教育有针对性的研究,社会教育也要适当增加学生教育的内容并提供场所,把社区健康教育作为学生节假日社会实践性质的一项有益活动,使全社会都来关心和支持学生健康教育。

3. 软件和硬件设施要适应社会发展

从我国实际情况出发,健康教育要大力传播健康与卫生知识为重点,以培养学生健康习惯和生活方式为核心,把养成学生健康意识和健康责任感作为健康教育的重要任务,从而全面提高民族素质。在硬件上,要在城市规划、住宅小区、娱乐场所为健康教育留有空间和环境。在学校体育场所、校园文化场所,结合青少年的身心特点,为学生健康服务,增加必要的场地、器材。用健康教育的科学理论和基本知识,丰富学生的文化生活,全方位地为学生健康教育提供有效的外部环境、物质环境、事物环境和人际环境。

4. 加强学校体育教学改革

学校体育教学改革,要以终身体育为指导思想,随着学校教育由“应试教育”向素质教育转轨,体育教学评定从片面的生物学评价或运动技术评定向综合素质指标评定转变。在今后一个历史时期,学校体育教学目标将呈现多元化的趋势,即增强学生体质,提高学生健康水平;掌握体育知识和保健知识、技能,培养学生终身体育意识、兴趣和能力;培养学生良好的品德和行为,陶冶学生的情操,发展学生的个性;提高学生心理素质水平和体育文化素质。在教学内容上体现多样化,转变以竞技技术为轴心的教学内容,应以“体育方法、体育动机、体育活动、体育健身、体育经济”为中心,重点突出健身性、娱乐性、终身性、实用性,由学生根据自己的兴趣爱好、身体状况、生理特点等,选择适合自己的体育运动项目。为现代社会培养个性、能力、品德、智力全面协调发展的人才。

5. 适应高新技术发展

在新技术革命的推动下,知识密集型高新技术产业迅速发展,人们用大量体力劳动完成的工种,变成了简单的电控操作,大大减轻了人力活动,体力技能被智力技能所代替,在体力劳动相对减少的情况下,更应强调人们的健康体魄。亿万富翁迈克尔·米尔肯认为:对雇员的健康进行投资是人力资本增加大量新价值的关键,而人力资本对于信息时代创造财富的潜力又如此至关重要。对健康的投资一度被认为是不能带来收益的公共预算支出,但现在人们日益懂得明智的健康投资本身就是提高生产率的关键,对健康进行投资是