

北京高校群体工作研究与实践

张雅云 李逢天 主编

高等教育出版社

PDG

北京高校群体工作研究与实践

主审：林志超 白进效

主编：张雅云 李逢天

编委：王泉华 王和平 赵日煜

陈家珍 张玉峰 宁文洙

陈新诚 程礼洛

高等教育出版社

(京) 112 号

图书在版编目 (CIP) 数据

北京高校群体工作研究与实践/张雅云, 李逢天主编; 王皋华等编. -北京: 高等教育出版社, 1998. 10

ISBN 7-04-006820-6

I. 北… II. ①张…②李…③王… III. 高等学校-群众体育-研究-北京 IV. G812.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (98) 第 13465 号

*

高等教育出版社出版

北京沙滩后街 55 号

邮政编码: 100009 传真: 64014048 电话: 64054588

新华书店总店北京发行所发行

北京联华印刷厂印装

*

开本 850×1168 1/32 印张 7.125 字数 170 000

1998 年 10 月第 1 版 1998 年 10 月第 1 次印刷

印数 0 001—1 042

定价 9.40 元

凡购买高等教育出版社的图书, 如有缺页、倒页、脱页等质量问题者, 请与当地图书销售部门联系调换

版板所有, 不得翻印

内 容 提 要

本书是由北京市大学生体协组织编写。主要内容包括研究与分析、探讨与实践、经验与总结、参与与议论、文件与法规等专题。

适合全国各级各类学校体育教师阅读。

前 言

在北京高等院校积极贯彻落实《全民健身计划纲要》两周年之际,《北京高校群体工作研究与实践》与大家见面了。它是在 1996 年度北京市高校群体工作先进经验及优秀论文报告会的基础上,由北京市 20 多所高校负责群体工作的老师们撰写而成的。既有经验总结,又有理论探讨。是北京市高校体育工作的一项重要成果。

增强人民体质是我国体育事业的中心任务。新中国成立以来,党和国家领导人一直倡导要大力发展全民体育运动,全面提高全民族的素质。

科技进步、经济繁荣和社会发展都要靠人去实现,人的整体素质从根本上影响着、决定着这些任务的进程与成败;强壮的身体和健康的心理又是整体素质的基础。为了培养跨世纪德才兼备、全面发展的人才,我们必须大力发展体育运动,进一步增强体质,健全人们的心理素质。增强体质,提高健康水平,是广大人民群众提高生活质量的需要,全民健身是利国利民的战略大计。

作为人才培养基地的高等学校在这方面理应走在前列,做得更好。尤其重要的是,高等学校也必须把体育工作和全面育人紧密结合起来,把普及与提高紧密结合起来,把理论与实践紧密结合起来。从本书的内容看,大家是这样做了,而且做得很有成绩。

群体工作、体育教学、课余体育训练和竞赛都是学校体育的重要组成部分,群体工作面对广大学生,因而要引起我们高度重视。学生体质的状况就是国民体质的缩影。

《全民健身计划纲要》是一项中华民族跨世纪的体质建设宏伟规划,我们应以高度的责任感和时代要求的紧迫感,以务实和求实的精

神,狠抓它的全面落实,并努力创造新经验、解决新问题。

本书所涉及的内容以及对实践经验的总结和理论的探讨都是初步的,但它凝聚着众多高校体育工作者的汗水。希望本书的出版能对发展高校群体工作有一定参考价值,并期盼着大家批评、指正。

北京市大学生体协主席

李煌果

1997. 12.

目 录

一、研究与分析	1
素质教育的“必修课”——群体活动	王皋华 1
北京高校群体工作现状与分析	李逢天 7
对大学生“双休日”体育活动	
基础的研究与实践	张雅云 马 铮 14
高校群体工作是实施“三育”的重要途径 ...	张德新 20
高校群体工作之我见	马俊英 27
试论如何做好高校群体工作	张树泉 董 杰 34
再论课外体育活动的管理改革	赵日煜 42
二、探讨与实践	51
在实践中探讨高校群体工作的改革	张雅云 51
面向 21 世纪走出中医院校	
群体工作的新路	韩 雅 李永明 59
试论北航体育教学与课外锻炼的整体性 ...	董 杰 65
抓好体育教学的延续教育	马颖生 72
开展群体活动的钥匙	韩继武 79
三、经验与总结	86
广开思路活化形式	
狠抓落实多办实事	田敏月 李志贵 86
认真贯彻《全民健身计划纲要》	
努力开创群体工作新局面	邵怀月 93
深化改革,加强管理探索我校	
群体工作的新经验	王冬生 102
开创我校群体工作新的局面	宋建武 116

实施《大学生体育合格标准》	
推动我院群体工作的开展	吴立芝 122
搞好群体工作培养锻炼习惯	马京燕 张同曙 128
对开展高校早操工作的探讨	乔培基 135
论《全民健身计划纲要》效应	
——谈我院群体活动新路	王少华 142
四、参与与议论	148
把精神写在运动场上	朱幼静 148
谈参加群体工作的体会	王 勇 153
重塑自我形象,再现大学生风采	李 强 156
五、文件与法规	160
中华人民共和国体育法	160
全民健身计划纲要	169
学校体育工作条例	178
* 国家教育委员会、国家体育运动	
委员会文件	178
* 中华人民共和国国家教育委员会令、中	
华人民共和国体育运动委员会令	180
* 学校体育工作条例	181
大学生体育合格标准	188
* 国家教育委员会文件	188
* 大学生体育合格标准	190
* 大学生体育合格标准实施办法	192
国家体育锻炼标准	198
* 国家体育锻炼标准实施办法	198
* 国家体育锻炼标准规则	203
* 国家体育锻炼标准评分表	212

一、研究与分析

素质教育的“必修课”

——群体活动

首都师范大学 王皋华

素质就是指身心发展水平。素质教育就是以促进身心发展为目标的教育。高校素质教育的培养目标向全体学生提出了全面发展的普遍性要求。为了贯彻落实从“应试教育”向“素质教育”转变这一教育改革的重大决策,高校体育工作者必须利用一切有利的体育教育的外部条件,使受教育者主动地将人类各方面的文明成果内化为自身较为全面的素质,使身心两方面的潜能获得充分的发挥和提高。在高校体育工作中,要实现由“应试教育”向“素质教育”的转轨,首先在思想上要实现两个转变:一

要转变学校体育工作围绕构建运动“金字塔”服务的目标观，确立面向全体学生，为提高全体学生素质服务的目标观；二要转变唯有在各级各类竞赛活动中获得成绩为上的工作业绩观，确立组织开展面向全体学生的群体工作的效益价值观。只有实现了这两个思想上的根本转变，才有可能在学校体育工作中体现和落实素质教育的改革思想，才能培养出全面发展的高素质人才。

群体活动是培养和发展学生素质的一条重要途径，认识群体活动的素质内容和构建素质的基本途径，对于认识大学生的全面素质和构建大学生的全面素质具有重要的指导意义。它不仅有利于体育工作者设定培养大学生全面素质的群体工作计划目标，而且也能帮助我们进一步认识群体活动是培养大学生全面素质的一条不可缺少的重要途径。群体活动对大学生的素质培养主要涉及思想品德素质、身体素质、心理素质和能力素质。

一、素质教育的统帅——思想品德素质

思想品德素质是素质教育的统帅，是素质教育目标的核心，也是群体活动最重要的素质内容。群体活动多在户外进行，时空广阔、人数较多、接触频繁、联系密切、环境多变、情况复杂、受教育者远远超过教育者。由于群体活动的环境与其他教育环境的明显不同，学生容易暴露出一些在其他教育环境下不易暴露的素质缺陷或容易流露出一些消极的或不健康的情感。这就为教育工作者对学生进行多方面的素质教育提供了一个难得的机遇。教育工作者应从群体活动的实际情况出发，根据知、情、意、行等方面对学生进行素质教育，使他们获得思想品德的基本概念，建立良好思想品德的原则和信念，形成关心自身健康的社会责任感和对人们行为爱憎好恶等情绪的正确态度，使学生形成爱国主义和集体主义的情感、义务感、责任感、荣

誉感、自尊感、美感和美的情操。

二、素质教育的基础——身体素质

十八世纪法国启蒙思想家卢梭主张教育应回归自然，体育是一切教育的基础。毛泽东同志也曾指出：“体者，载知识之车而寓道德之舍也。”。身体素质是一切素质的基础，这已成为人们的共识。无论人的素质怎样划分，三分法：“德、智、体”；四分法：“德、智、体、美”；五分法：“德、智、体、美、劳”；都离不开人的身体素质。作为素质教育基础的身体素质要得到保持、改善和提高，仅仅依靠一周一次的体育课是远远不够的。大学生要获得良好身体素质必须走出教室，走到阳光下，走向大自然，去积极参加丰富多彩的群体活动。有资料表明，美国 18～30 岁的青年男女有 2/3 经常锻炼；日本 20 岁以上的人中有 64% 的人参加各种形式的体育活动；加拿大 18 岁以上人中有 65% 的人每周至少参加一次体育活动。而来自我国百所大中学校学生体育锻炼情况的调查报告表明：经常参加身体锻炼的学生只占 25.7%，而且课余锻炼的势头呈下跌趋势。在对大中学生经常从事的课余活动的调查中，排第一、二位的是“与同学、朋友聊天”和“做作业”，其人数分别占学生总体的 78.5% 和 67.3%；排在第 11 位和 17 位的是最简单的锻炼方式跑步和做操。有 75.1% 左右的大中学生对这种锻炼方式都已经“久违”了。而“睡懒觉”却排在第 8 位。从以上调查统计的数据来看，我国大中学校的课外群体活动开展很不够，学生积极主动从事体育锻炼的投身意识和参与意识还有待培养。为了改变目前大学生“营养够了、热量足了、运动少了、身体素质降低了”的状况，各高校必须将开展群体活动提到培养大学生基础素质的高度来认识，扎扎实实地为素质教育的基础——全体学生的身体素质——做一些实事，彻底扭转学校、地区的现代化程度越高，学生锻炼就越呈下降趋势这一违背素质教育的倾向。

三、素质教育的支柱——心理素质

心理素质和心理健康这两个概念虽然在内涵和外延上存在一些区别，但是它们之间的联系却是非常明显的，即良好的心理素质是使心理保持健康状态的重要基础，而健康的心理状态又是培养良好心理素质的基本条件。具备良好的心理素质将是未来社会对人才的基本要求，也是素质教育目标中所包括的重要内容。判断一个人的心理是否健康，通常有以下几项基本标准：一是要具有正常的认识能力；二是要有稳定乐观的情绪和积极健康的情感；三是要有正常的行为反应和良好的意志品质，有较强的耐受挫折的能力；四是要有正常的交往能力，能与周围人们友好相处，保持良好的人际关系；五是要有一个正确的自我观念，能事实求是地进行自我批评，保持适度的自尊与自信。群体活动自身的固有属性和特点决定了它可为参与者提供一个培养、锤炼和形成多种良好心理素质的机会，这是不以人的意志为转移的，是潜移默化的客观实际。首先，群体活动可为参与者提供一个相互交流的机会，拓宽人际交往的空间，提高人际交往的能力，增进相互之间的友谊，体验尊重、理解、宽容、合作、责任、荣誉等积极健康的情感。其次，参加群体活动是需付出一定代价的，需要有顽强的意志、克服贪图安逸的惰性及脑力和体力的付出，情感和挫折的考验。这些对磨炼大学生的意志品质，养成良好的行为习惯，增强耐受挫折的能力等提供了感受和实践的条件和机会。试想，一个思维深刻而敏捷的人，如果他同时又是一个情感淡漠、意志薄弱的人，那么他思维的深刻性和敏捷性则很难充分发挥功效。再次，经过激烈竞争步入高等学府的大学生，普遍具有优越的心理特征，在多方面表现出争强好胜又不肯丢面子的矛盾心理，不能容忍失败、不能接受失败的事实在他们身上表现得更为明显。群体活动和竞赛能给学生提供一个尝试失败的和客观评价自己的机

会，能够培养学生的心理承受能力，挖掘学生的心理潜能，培养其良好的心理素质，克服成功后妄自尊大，目空一切；失败后妄自菲薄，胆怯退缩的心态。提高学生心理上自我准备和调整不良心态的能力以及学生对环境和社会的适应能力。这是群体活动的素质内容重要的组成部分。

四、素质教育的主干——能力素质

随着社会的进步与发展，体育已进入了人们的日常生活，并成为人们日常生活不可缺少的组成部分，伴随人的一生。然而，有调查表明，在我国大学生毕业离校后，大部分都不再继续从事经常性的体育活动和身体锻炼。由于上述原因，导致以脑力劳动为主的人群中健康水平下降的情况日趋严重，平均寿命缩短。究其原因，与大学生在校期间终身体育的意识、兴趣、习惯和能力培养与形成的状况有很大的关系。终身体育的意识、兴趣、习惯和能力的养成都离不开体育的实践和情感的体验。体育课由于学时所限，只能为学生提供基本的体育理论知识和技术动作。其基本教学内容的构成多为理论性、知识性、介绍性。而群体活动为体育的实践和情感体验提供了不可替代的广阔天地，应成为素质教育的主干——能力素质培养的主要阵地。建立在体育意识和兴趣之上的体育习惯和体育能力就更离不开体育的实践活动。因此，体育课与课外群体活动的关系是相互作用而又不可互相取代的。体育课是土壤，课外群体活动是阳光雨露，大学生只有在适宜的土壤培育和在充足的阳光雨露的沐浴下，体育习惯和体育能力这株“幼苗”才能茁壮成长。大学生只有经常参加课外群体活动，才能提高对终身体育的理性认识和实践的期望，才能获得愉悦的身心 and 取得成功与满足的情感体验，才能培养起体育兴趣、形成体育特长、养成终身体育的习惯，获得独立地从事科学体育锻炼和体育娱乐的能力和对自我健康状况的检测与评价能力。

素质教育是现代教育理论在教育实践中的具体体现，高校体育教育工作者必须要站在体育教育教学改革的前列，研究如何在体育教育实践中贯彻落实素质教育目标，找出学校各项体育工作中素质教育的切入点，全方位地实现由“应试教育”向“素质教育”转轨。当前，在高校体育教学中，如何实现课内外相结合？如何使群体工作的结构更加科学化以便面向全体学生？如何利用群体活动全面地提高大学生的素质？相信在高校全体体育教育工作者得努力下，一定能够把素质教育的“必修课”——群体活动开展得更好、更具特色，为素质教育做出应有的贡献。

北京高等院校群体工作

现状与分析

北京市大学生体协群工部 李逢天

一、前言

经国务院批准颁布实施的《全民健身计划纲要》，从 21 世纪全面提高全民族素质的战略高度出发，对我国全民健身的目标、任务和措施提出了明确的要求。学校体育是国民体育的基础，它不仅对学生进行终身体育教育，还要通过各种形式的体育实践活动，来培养学生体育习惯，造就出知行合一的、积极参与全民健身活动的骨干力量。因此，各级各类学校就成为贯彻落实《全民健身计划纲要》的重点，学校开展的形式多样的群体活动又成为全民健身的重要渠道。

北京现有 67 所高校，在校人数已达 20 万左右，而且北京市的体育场馆有 70% 属高校所有。其人数众多对北京高校开展全民健身活动提出了更高的要求；相对充裕的场馆又为开展全民健身活动提供了得天独厚的物质条件。但是，通过近年来北京高校

大学生体协群体工作部的调查显示，北京高校的群众性体育活动开展的还不尽如人意，无论是在认识程度上，还是在人、财、物的投入上都还存在着这样或那样的问题，有待于我们共同分析、研究和解决。

二、现状

有关北京高校群体工作现状的资料，来源于北京高校“群体工作量化标准报表”，通过对该表近几年反馈的信息进行统计、分析后，可以把北京高校群体工作的现状分为优秀、良好、合格和不合格四类院校。

第一类：优秀院校。其特点是组织机构健全，人员落实，校、系两级领导重视，校体委每年定期召开体委会，专门研究群体工作，解决群体工作中的实际问题。校各职能部门支持群体工作，能够及时沟通、密切配合。群体活动开展的有声有色，内容多，形式活。学生身体素质有所提高，“达标”率和“达标”优秀率都比较高。如清华大学、北京大学、北京航空航天大学、北京科技大学、北京理工大学、中国青年政治学院等院校。

第二类：良好院校。其特点是机构健全，组织落实，专人负责，达标率和达标优秀率都比较高，群体活动开展得生动活泼。

第三类：合格院校。其特点是组织机构基本健全，能正常开展群体工作，达标率和达标优秀率均达到一定的标准，经费不足、场地欠缺，群体活动的内容和次数受到一定限制。

第四类：不合格院校。这类院校约占北京高校总数的 $\frac{1}{4}$ 。这些院校的校、系领导对群体工作重视不够，体育部（室）无专人负责群体工作，存在群体经费拮据、教师缺编、场地器材设施简陋、奇缺等不利因素，群体工作缺乏主动性，如果上级组织不布置硬性任务，平时从上至下很少有人过问群体工作，使群体工作处于放任或瘫痪状态。

根据对“群体工作标准报表”的统计进行分析,可以概括为:北京高校群体工作取得了一定成绩,前三类合格院校约占总数的80%,在大部分高校中,群体工作是蓬勃向上的,全民健身计划正在北京高校中稳步实施。如清华大学的群体工作已经形成传统,校领导带头,全校动员;北京大学的群体工作在实践中研究出“管理网络”,以学生单项体协为龙头,推动全校师生员工健身。其中登山协会曾连续3次登上海拔7000m的高峰,在全国产生很好的反响;中国青年政治学院以群体工作建设校园体育文化,把群体工作作为校园文明建设和校园精神文明建设的的重要内容,作为育人的重要手段之一,形成特色。但各校之间的差距较大,仍有近1/4高校的群体工作处于不合格状态。而且,近年还有滑坡的危险。这种状况与全民健身运动的要求、与高等院校所担负的“科教兴国”的历史使命不相协调。应当引起教育和体育行政部门的注意。

三、分析

根据调查情况分析,在北京高校群体工作中,尚有“滑坡”隐患的原因,主要有以下几点:

(一) 认识欠深度,观念需更新

一些院校领导在不同程度上,仍残留着重智轻体的思想,认为体育是软指标,群体又是体育中的软任务。只知道体育是高等教育的内容之一,却忽视了它是育人的重要方法,是校园精神文明建设的重要内容之一。再者,群体工作头绪繁杂,需要时间多,涉及面广,需要投入的人力、物力、财力多。所以,一些领导在育人上只重视短期行为,缺乏育人的长远规划,不愿意在“三力”上给予较大投入。因而群体工作的物质基础薄弱,存在着下滑的危险。

(二) 天平倾斜,干劲受挫

同属课外体育教学系列的群体工作和代表队训练工作,在