

现代高校 体育教学探索

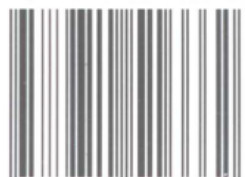
李建芳 陈汉华 编著

北京体育大学出版社

责任编辑：钱春华
封面设计：叶 莱

现代高校 体育教学探索

ISBN 7-81051-666-3



9 787810 516662 >



ISBN 7-81051-666-3 / G · 563

定价：25.00元

现代高校体育教学探索

李建芳 陈汉华 编著

北京体育大学出版社

责任编辑:佟 晖
责任校对:朱 茗

审稿编辑:鲁 牧
责任印制:青 山 陈 莎

图书在版编目(CIP)数据

现代高校体育教学探索/李建芳,陈汉华编著. - 北京:
北京体育大学出版社,2001.12

ISBN 7-81051-666-3

I. 现… II. ①李…②陈… III. 体育-高等学校-教
学研究 IV. G807.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2001)第 079675 号

现代高校体育教学探索

李建芳 陈汉华 编著

北京体育大学出版社出版发行
(北京海淀区中关村北大街 邮编:100084)

新华书店总店北京发行所经销
北京清华园胶印厂印刷

开本:850×1168 毫米 1/32

印张:10.125

定价:25.00 元

2001 年 12 月第 1 版第 1 次印刷

ISBN 7-81051-666-3/G·563

(本书因装订质量不合格本社发行部负责调换)

作者简介



李建芳，男，1961年生。武汉市人。

1979年~1983年就读于武汉体育学院体育系田径专业本科。现为中南财经政法大学体育课部体育（二）副主任，副教授，国家级田径裁判员，湖北省田径委员会委员。从事体育教学、科研、运动训练等工作近20年。



陈汉华，男，1960年生。武汉市人。

1977年就读于北京体育大学足球专业本科。现为中南财经政法大学体育课部体育（一）主任，副教授，湖北省高校足协委员。从事教学、科研、运动训练等工作近20年。

MAAE 98/17

内 容 提 要

本书是一本关于新世纪大学体育教学与管理的理论书籍，内容围绕大学如何培养现代人，如何在新世纪搞好大学体育教学与建设，以及新世纪对大学生的身体素质、心理素质提出新的思考、探索和要求，同时也对计算机在大学体育教学中的作用提出新的思路和方法。

本书是新世纪之初体育教学界在新时代学校体育工作、师生队伍建设、教材建设、硬件建设、学生体育运动心理等方面探索研究之集成者，以期抛砖引玉，达成同行对面向 21 世纪学校体育教学与建设改革的深沉思考，这就是编著者的初衷！

目 录

第一篇 论现代人教育

——培养现代人：高校教育任重而道远 (1)

第1章 什么是现代人 (1)

第1节 现代人是新世纪实力竞争的产物 (1)

第2节 何谓现代人 (3)

第3节 创新教育是培养现代人的必要途径 (5)

第2章 体育教学与培养现代人的关系 (7)

第1节 体育教学与创新教育的关系 (7)

第2节 体育教育如何培养德才兼备的现代人 (9)

第3章 与培养现代人不适的体育教学中的弊端 (18)

第1节 形成体育教学弊端的历史原因 (18)

第2节 我国学校体育教育的现状和存在的弊端 (22)

第二篇 论新世纪高校体育教学与改革

——抛砖引玉：探索高校体育创新教学及管理的

新思维 (24)

第1章 大学体育教学体制改革新探 (24)

第1节 新世纪体育教育学科所必须具备的时代特点
..... (24)

第2节 我国高校体育教学的指导思想 (32)

第3节 如何正确理解新世纪高校体育改革的含义 ... (40)

第4节 对大学体育管理工作的改革 (51)

第2章 大学体育教学如何对学生进行素质能力教育 ... (57)

第1节	何谓素质, 何谓能力	(57)
第2节	素质教育与高校体育的要求	(66)
第3节	高校体育素质教育具体内容及结构	(70)
第4节	体育教育评价在素质教育中的作用	(83)
第5节	如何培养学生创造性思维能力素质	(87)
第6节	高校如何实现个性化体育教育	(96)
第3章	探索大学体育教学的新思维新方法	(105)
第1节	大学体育教学方法改革与创新	(105)
第2节	体育学科的目标教学和课程的创新设计	(114)
第3节	体育教学中如何进行德育教育	(129)
第4节	室内体育课教学探索	(133)
第5节	我国大学体育教学现代化趋势	(136)
第6节	探索重健身淡竞技体育教学改革方案	(141)
第7节	“启发式”、“观察法”、“反馈法”在现代大 学体育教学中的运用	(151)
第4章	国外大学体育教学	(162)
第1节	美中体育教学管理的比较	(162)
第2节	中、日、美、前苏联大学体育教学的比较	(167)
第3节	美国最佳体适能教育计划对我国体育教学的 启示	(170)

第三篇 论新世纪大学生运动、训练、健康心理

——目标管理：新世纪大学生运动、训练、生理

	与健康的新要求	(178)
第1章	新世纪大学生运动训练新论	(178)
第1节	训练方法的本质、结构及特点	(178)
第2节	什么是体能训练	(190)

第3节	运动训练与脑潜能的开发	(204)
第4节	如何对大学生运动员进行心理素质训练	(215)
第5节	如何培养大学生的运动能力	(218)
第6节	高校如何培养大学生自我锻炼能力	(220)
第7节	高校如何管理高水平运动队	(223)
第2章	新世纪大学生健康、心理新论	(229)
第1节	体育运动对大学生心理健康的促进功能	(229)
第2节	增进健康论	(233)

第四篇 论新世纪体育教学硬件建设

——夯实基础：做好学校体育教师的继续教育和 教学硬件的建设

第1章	论高校体育师资力量和素质建设	(241)
第1节	新世纪中国体育教师的素质论	(241)
第2节	如何培养体育教师的教学效能感	(248)
第3节	发挥体育教师群体绩效的方法	(253)
第4节	论高校体育教师人才的管理	(260)
第5节	论青年体育教师的教学形象与课堂评价	(264)
第2章	论高校体育教学硬件的建设	(270)
第1节	论高校体育(课)部门的管理与建设	(270)
第2节	中美两国高校体育专业设置和人才培养的 比较	(280)
第3节	目前高校硬件建设状况及对策	(286)

第五篇 论现代信息技术与大学体育教学关系

——他山之石：利用信息时代的优势，促进学校 体育教学建设

第1章	互联网与现代体育教学的关系	(289)
-----	---------------------	-------

第1节	互联网体育信息的传播特点	(289)
第2节	互联网与现代体育教育	(293)
第3节	网络对未来体育教育模式的影响	(296)
第2章	如何利用现代计算机技术搞好体育教学	(299)
第1节	利用计算机技术建立体育管理信息系统	(299)
第2节	计算机与体育应用决策支持系统	(303)
第3节	利用计算机技术设计运动人体科学网络课程	(310)

第一篇

论现代人教育

——培养现代人：高校教育任重而道远

第1章 什么是现代人

第1节 现代人是新世纪实力竞争的产物

当今世界，科学技术突飞猛进，综合国力竞争日益激烈，并且越来越表现为科技实力的竞争和创新能力的竞争。科技发展已经成为经济和社会发展的主要驱动力，促进了生产力发展质的飞跃。党中央从尽快提高我国综合国力的战略高度，深刻把握国际政治经济发展的规律，做出了实施科教兴国战略、加强技术创新、发展高科技、实现产业化的重要决策。在我国社会主义现代化建设第二步战略目标顺利实现，并向第三步战略目标迈进的时候，党中央召开了十五届五中全会，提出把发展作为主题，把结构调整作为主线，把改革开放和科技进步作为动力，把提高人民生活水平作为根本出发点，全面推进经济发展和社会进步。强调科技进步和创新是增强综合国力的决定性因素，把体制创新和科技创新作为经济发展和经济结构调整的动力。明确提出了“十五”科技工作的指导原则，即按照有所为、有所不为的方针，总体跟进，重点突破，提高科技持续创新能力，实现技术跨越式发

展,为经济结构战略性调整和现代化建设不断提供强大的技术支持。同时,还对科技体制改革和创新提出了明确的要求。这是以江泽民同志为核心的第三代领导集体面向新世纪、抓住机遇、迎接挑战的重大战略决策,是实现国家经济社会跨越式发展的现代化工程,也是对深化科技体制改革的历史性推进。从我国经济和社会发展进程来看,虽然我们顺利实现了第一、第二步战略目标,要实现第三步战略目标,必须要求把科技进步作为经济发展和经济结构调整的强大动力之一,这是党中央驾驭世界大趋势、确保我国现代化建设顺利推进的战略性抉择。我们要从当今世界变化的大格局来深刻认识和理解党中央对于科技的决定性作用的决策,这就是一定要培养出在新世纪能代表着综合国力基础的现代化人才,除此之外,我们别无选择。

因为,国运兴衰,系于教育;教育振兴,全民有责。这简短16个字精辟地道出了教育为立国之本,也充分强调了国民素质的高低直接关系到国家民族的盛衰。

面向21世纪,全球范围“现代人才竞争”的格局已为人们所共识,因而世界各国都将培养跨世纪、高科技、全面发展的“现代人”的教育事业提到重要议事日程,并投入了大量人力、物力、财力以及时间来进行创新教育、教育创新的造就人才的系统工程之中,其目的就是为全球“人才竞争”奠定强大的物质基础。

江泽民主席在1999年6月15日第三次全国教育工作会议上特别指出:“必须高度重视教育在增强民族凝聚力方面的重大作用。”还指出:“以提高国民素质为根本宗旨,以培养学生的创新精神和实践能力为重点,努力造就有理想、有道德、有文化、有纪律的德育、智育、体育、美育等全面发展的社会主义事业建设者和接班人。”从而指出了在总结我国教育事业成功经验的基础上,开拓创新,迈向全面推行素质教育的伟大方向。

第2节 何谓现代人

随着90年代高科技信息社会的到来,由美国哈佛大学教育学、社会学家安德鲁斯教授提出的“现代人”概念广为国际社会所认可。通俗地解释是:“求变化、重知识、有自信、开放性”12个字。具体地讲就是“KAQ”型的人,即知识、能力和素质相结合的复合型人才。展开来说即纵横知识面宽、创新设计操作能力强、综合素质高、有创造性的、会生活的、体魄健全的社会成员。如今在大学校园中流传的作现代人必须“会外语、通电脑、能驾车、懂法律、体魄健”(即五项全能)不是没有道理的。

一、现代人所具备的知识

1. 自然科学知识:它包括物理学、化学、动物学、植物学、矿物学、生物学、数学等专业知识,这是作为现代人所必须具备的知识。

2. 社会科学知识:要求现代人具备研究各种社会现象的科学,知识包括政治经济学、法律学、历史学、文艺学、美学、伦理学等知识,掌握人与社会发展及其关系的专业知识。

3. 技术科学知识:技术科学实质是一种应用科学,在范畴上包罗万象,上至外太空下至地核,只要是改造自然、造福人类的所有应用科学,作为现代人都是必须具备与掌握的。

二、现代人所具备的能力

1. 实际操作能力:这是要求现代人运用自己所学的专业知识,在实际的科研及生产中进行实际操作运用的能力。

2. 管理能力:作为一个现代人不仅具有单独实际操作能力,还应具备管理与组织群体科研与生产的管理能力和水平,现代社

会早已不是手工作坊类的小生产者规模,而是全球化、集团化的大规模经营,这就要求现代人能在集约化的规模经营的管理中游刃有余,运筹帷幄。

3. 交流交往能力:现代的社会是一个全方位开放的社会,所具备的时代特征便是信息的瞬息万变和机遇的忽隐忽现,再也不是那种闭门造车,坐井观天的狭隘封闭的生存观,这就要求现代人,能够通过对社会不同层面的横向与纵向的交流与交往,抓住信息,抓住时机,随机应变,能及时准确地预知时代的趋势与走向,始终使自己处于主动地位,立于不败之地。

三、现代人所应具备的综合素质

综合素质就是指人们自身所具有的各种生理的、心理的和外部形态方面以及内部涵养方面比较稳定的特点的总称。它大体包括以下五大块:

1. 身体素质:由身体健康状况、体力体能、体态和精力及运动能力等组成。像速度、力量、弹跳、耐力和灵敏以及走、跑、跳、投、攀、爬、游、舞、负重等能力。

2. 心理素质:由动能心素、智能心素和复合心素所构成。动能心素又由需求、情感、动机和注意4种品质组成;智能心素则由认识能力、运筹与决策能力、行为及其它能力组成;复合心素包括意志、气质、审美、社交和道德等品质。

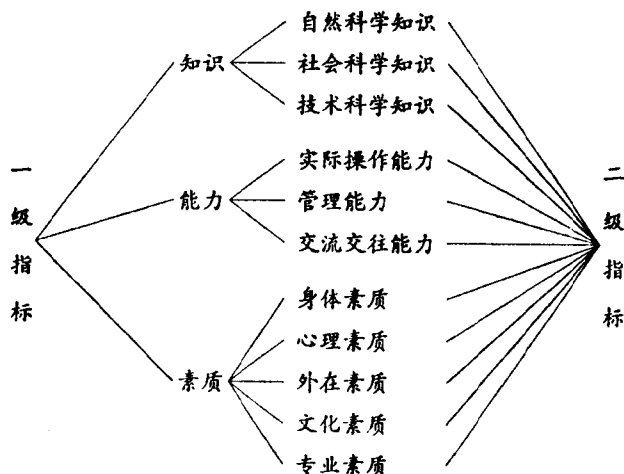
3. 外在素质:由容貌、体形、风度和服饰等组成。

4. 文化素质:特指经过正规教育和对文化知识熟练掌握程度,所达到的心理水准以及由此产生的心态和涵养。

5. 专业素质:专指个人从事某项工作和开展某项活动的特有能力和习惯是经过多次重复活动中所形成的动力趋向和动力定型。

现在,我们以图表来示例,高层次、高素质、高科技人才的

复合型现代人的结构模型应该是这样的：



由此可知：人类在迈向 21 世纪后必须有综合素质高又具有高科技水平的现代人来建设和管理社会，使之更加和平美好，更加兴旺发达。因此培养和造就人才的教育在现阶段就要有超前意识。世纪之交在培养现代人的目的、目标、任务、方法、措施、手段及评价等方面赋予了新的使命、新的标准、新的要求，从而导致新的模式的构建。

第 3 节 创新教育是培养现代人的必要途径

江泽民同志指出：全党和全社会都要高度重视知识创新、人才开发对经济发展和社会进步的重大作用，使科教兴国真正成为全民族的广泛共识和实际行动，就必须使全社会进一步明确培养和造就创新人才的基本途径就是教育。只有确立新的教育质量观，才能对培养学生的创新意识和创新能力给予高度重视，因为没有培养出具有创新精神的人，就是没有培养出能够适应 21 世

纪要求的人才，就是教育的一种失误。反思我国大学教育的发展，长期以来比较注重的是知识和技能的传授，而没有重视创新教育。

一、什么是创新教育

创新教育是指培养有创新能力的人的教育。创新能力是根据一定的目的，运用一切已知信息产生出某种新颖的、独特的，有社会或个人价值的产品的能力。心理学家认为，创新能力可以看成是产生任何一种形式的、本质上是其本人事先并不知道的结果的能力。个体的创造性一般与个体的智力、个性以及知识有关，因此创新教育亦应从提高个体的智力、培养个体的个性以及增加个体的知识入手。

二、创新教育与素质教育的关系

创新教育与素质教育并不排斥，也不矛盾。创新能力是个体素质中的核心素质，创新教育是素质教育中的重要形式。素质教育包括创新教育，创新教育是素质教育的延伸与提高，是素质教育的新境界。因此，高等教育的重点应落实到创新教育上，积极探索学科教学中创新教育的特点、规律、内容、方法要求等，以促进大学生乃至中华民族素质的提高。

第2章 体育教学与培养现代人的关系

第1节 体育教学与创新教育的关系

一、大学体育教师创新教学观念的转变

心理学研究认为,培养学生的创造能力,就要培养学生的创造个性和发散思维,这也是国际上通用的两个创造力的指标。创造个性包括:独立性、自信心、好奇心、冒险敢为、表达欲、幻想、敏感性、幽默感等;发散性思维是指思维主体在展开思维活动时,围绕某个中心主题向四面八方进行辐射的积极的思考和联想,广泛地搜集与这一中心问题有关的各种感性材料、相关信息和思想观点,最大限度地开拓思路,从而导致一系列相关的发明与发现的一种思想品质。培养学生创造能力,必须兼顾这两个指标。这就要求大学体育教师改变传统的教育思想,因为传统的大学体育观是以传授运动技术为中心,并由此形成了教师以教材和课堂讲授的填鸭式教学模式,这种模式忽略了学生的主观能动性,阻碍了学生创新能力的发展。因此,改变传统的教育观是创新教育的前提。以《面向21世纪教育振兴行动计划》所要求的:“整体推进素质教育,全面提高国民素质和民族创新能力”为出发点,确立以健康第一和终身体育为指导思想,以培养学生创造能力为教学改革的核心。