

蔡敬民 张文兵◎主编

大学体育课的改革、创新与实践

——合肥学院体育俱乐部改革十年



北京师范大学出版集团
BEIJING NORMAL UNIVERSITY PUBLISHING GROUP
安徽大学出版社



大学体育课的 改革、创新与实践

——合肥学院体育俱乐部改革十年

蔡敬民 张文兵◎主 编



北京师范大学出版集团

BEIJING NORMAL UNIVERSITY PUBLISHING GROUP

安徽大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

大学体育课的改革、创新与实践:合肥学院体育俱乐部改革十年/蔡敬民,张文兵主编. —合肥:安徽大学出版社,2014.10

ISBN 978-7-5664-0853-2

I. ①大… II. ①蔡… ②张… III. ①高等学校—体育运动—俱乐部—概况—合肥市 IV. ①G812.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2014)第 247417 号

大学体育课的改革、创新与实践 ——合肥学院体育俱乐部改革十年

蔡敬民 张文兵 主编

出版发行: 北京师范大学出版集团
安徽大学出版社
(安徽省合肥市肥西路3号 邮编 230039)
www.bnupg.com.cn
www.ahupress.com.cn

印刷: 合肥远东印务有限责任公司
经销: 全国新华书店
开本: 170mm×240mm
印张: 11.75
字数: 160千字
版次: 2014年10月第1版
印次: 2014年10月第1次印刷
定价: 48.00元

ISBN 978-7-5664-0853-2

策划编辑: 朱丽琴 马晓波
责任编辑: 马晓波 朱楠
责任校对: 程中业

装帧设计: 李军 金伶俐
美术编辑: 李军
责任印制: 陈如

版权所有 侵权必究

反盗版、侵权举报电话:0551-65106311

外埠邮购电话:0551-65107716

本书如有印装质量问题,请与印制管理部联系调换。

印制管理部电话:0551-65106311



国家体育总局局长刘鹏（一排右三）在合肥学院观看四体会门球比赛



安徽省教育厅体卫艺处处长陈钦（左一）受大体联官员委托向合肥学院授牌，时任副院长蔡敬民接牌



蔡敬民书记在安徽省首届高校体育校长论坛上发言



前国家女排主攻手杨昊（左二）与合肥学院志愿者交流

中央电视台记者对合肥学院体育俱乐部进行报道



国家队男子重剑主教练王骑兵（左一）来合肥学院现场指导，并与蔡敬民书记（右一）交流



国家女子重剑奥运冠军孙玉洁（左一）等访问合肥学院时，现场指导合肥学院击剑俱乐部会员



时任国家体育总局局长助理晓敏（左一）来合肥学院调研



时任国家体育总局局长助理晓敏（二排左三）、合肥学院党委书记蔡敬民（二排左二）、副院长丁明（二排左一）与四体会壁球比赛前三名代表队合影



四体会五人足球比赛在合肥学院体育馆举行



合肥学院健美操队参加健美操比赛



合肥学院击剑俱乐部高级会员



合肥学院体育健身设施向社会开放，安徽省第六届男子篮球赛在合肥学院体育馆举行



合肥学院击剑队赴澳门参加澳门大学杯亚洲学生击剑精英赛



四体会上由合肥学院1200名学生组成的“广玉兰”美丽绽放在合肥奥体中心



合肥学院礼仪志愿者
服务四体会



合肥学院瑜珈俱乐部会员表演



合肥学院健美操俱乐部会员表演

大学体育课的改革、创新与实践

——合肥学院体育俱乐部改革十年

编委会

主 编 蔡敬民 张文兵

副主编 陈 啸 丁 明 陈 秀

编 委 邵一江 许大庆 白义香 刘樟树

余国江 董承军 朱 涛 李 军

王 迅 江玉荣 汪文忠 汤 攀

董成文 潇 潇

序

蔡敬民

古希腊奥林匹斯山上刻着这样一句话：“如果你想变得睿智，跑步吧；如果你想健康，跑步吧；如果你想更加健美，跑步吧。”蔡元培也说过，“人的健全，不但靠饮食，尤靠运动”。长期运动量不足对我国青少年的健康造成了不良影响，国民体质监测结果显示，我国青少年体能素质落后于其他发展中国家。大学是学生步入社会前接受学校体育教育的最后阶段，大学体育课程是学校体育教育得以实施的重要载体，然而现行的课程体系虽然经过多年的改革，但其内容仍与实践脱节，教学模式和方法仍然单调、陈旧，与学生主体意愿存在较大差距，使得大学体育教育面临着巨大的挑战。作为一所在改革中诞生、开放中成长、创新中发展起来的高校，我们一直在反思体育教育形式与内容、内容与效果之间的关系，在大刀阔斧推进各专业学科教学改革的同时，也着手研究如何充分发挥体育教育在培养人才中的作用。

改革是在审慎研究、认真调研的基础上进行的。根据党的教育方针和《国家中长期教育改革和发展规划纲要》，我们提出了全新的集教学、训练、竞赛、课外体育活动四位一体，课程教学与团学工作相互融合的大学体育俱乐部制改革方案，通过构建俱乐部平台，让每一个学生都能找到自己喜欢并能持之以恒的锻炼项目。目前合肥学院已成立 20 多个俱乐部，其中击剑俱乐部、健美操俱乐部、瑜伽俱乐部等涌出多名选手在国际国内各类体育赛事中

序



1

摘金夺银,为学校赢得了荣誉。合肥学院体育俱乐部制改革得到了教育部、国家体育总局、安徽省教育厅的高度评价和充分肯定,先后获得合肥学院教学成果特等奖、安徽省教学成果一等奖,也引起众多媒体的关注,曾多次被深入报道宣传。但比起成绩和荣誉,让我们最为感动的,也是我们坚持的是,改革让普通学生享受到了运动带来的快乐并促进其成长。一个学生告诉我,在合肥学院的收获之一就是练习了四年的瑜伽,锻炼了健康的身体、培养了优雅的气质,还帮她结识了很多不同专业但有共同爱好的好朋友,最为重要的就是克服了她以前害怕上体育课的心理,让惧怕“跳马”和铅球项目的她发现原来自己也有运动天赋。

教育就是要帮助学生“在无数的生活道路中,找到一条最能鲜明发挥他个人创造性和个性才能的道路”。体育应是一种有助于树立信心、超越自我的教育方式,体育教育应着眼于塑造健全的人格,发展人的自主性和自觉性,培养人的创造才能,使人拥有一种高质量的生活方式,以达到人类自我实现的目标。从传统的体育课到形式多样的俱乐部,从千篇一律的上课形式到学生个性化选择,从单纯的体育锻炼到对学生素质的全面提升,我们秉持以上理念经历了十年的探索与实践,目标始终如一:培养德智体美全面发展的人。本书的出版是我们对以往这些经验的总结和思考,也是一次教育理念的推广和传播。我相信它的出版,将有利于广大高校体育教育工作者全面了解高校体育俱乐部改革的内涵,希望也能为其他高校体育教育改革提供参考,更期待与兄弟院校和有志之士深入探讨,共同将体育教育改革推向更高层次。

目 录

序	蔡敬民 / 1
---------	---------

思考探索篇

合肥学院公共体育课程俱乐部制改革探索	3
人的可持续发展与学校体育教学改革	12
课程理论视域下的大学体育俱乐部制改革	15
体育课程“一体化”对大学生体质影响的实验研究	23

改革实践篇

在安徽省首届高校体育校长论坛上的讲话	
——关于体教结合与高校高水平运动队建设工作的思考	33
合肥学院关于进行公共体育课改革的决定	38
合肥学院体育俱乐部章程	39
合肥学院体育俱乐部一览表	46



十年坚守铸“剑魂”

——记合肥学院公共体育教学部击剑主教练戴清	47
春风化雨正当时	
——记合肥学院瑜伽俱乐部指导教师汪虹	52
躬亲任劳为人师 竭力潜心燃火花	
——记合肥学院健美操俱乐部教师周瑞英	57
心若灿烂艳阳 永驻刹那火花	
——记合肥学院火花啦啦队队长张莎	62
偶然转身瞬间 一段别样年华	
——记合肥学院机械工程系周盼	67
筑梦羽毛球 挑战无限可能	
——记合肥学院旅游系曾执钧	72
俱乐部随想	78
在俱乐部的日子里	80
俱乐部,让我怀念	82
感谢你,让我成长!	84

媒体印象篇

全国大学生击剑锦标赛落幕	89
全国大学生击剑锦标赛落幕 合肥学院队勇夺六金	90
学子剑客	91
健康 快乐 美丽	92
尊重学生个性选择,改革考核评价标准	
——合肥学院成立 14 个体育俱乐部	93



戴清:一剑在手,尽抒合肥教育人豪情	94
我省多校试点招收高水平运动员	95
合肥学院推行体育菜单式教学	96
合肥学院成为击剑教练员和裁判员培训基地	97
合肥学院首实施大学体育俱乐部改革	98
“学生剑客”奥运欲冲金	
——合肥学院大三学子黎国介入选奥运会男子击剑阵容	100
击剑运动已成校园时尚	
——北大等四十余所高校开设相关课程	102
第四届体育大会门球项目测试赛在合肥学院举行	104
五人制足球中国国家队主教练法里纳现身合肥学院体育馆	105
合肥快乐“感染”老外球迷	106
国家体育总局局长检查合肥学院球赛场地	108
奥运冠军杨昊与大学生互动	110
国家体育总局观摩团领导亲临合肥学院体育馆观看毽球比赛	111
合肥学院积极服务第四届全国体育大会	112
合肥学院实施体育俱乐部制 培养大学生“终身体育”能力	117
合肥学院学子获亚运会两银一铜	120
安徽学子,“剑”指大运	121
合肥学院学子“剑”指大运会	124
江淮女侠鹏城亮剑	
——大运会击剑选手来自合肥	126
江晨阳剑挑合肥第二金	129
剑客的梦幻与现实	131
第十五届亚洲轮滑锦标赛落户合肥 具有里程碑意义	133

亚洲轮滑赛月底开赛	135
第十五届亚洲轮滑锦标赛首场比赛在合肥学院顺利进行	136
亚锦赛参赛规模创纪录 盛志国:轮滑盛宴美轮美奂	139
伦敦奥运女重团体冠军成员走进合肥学院过招校园高手	141
奥运女子重剑团体冠军与合肥学院同学分享夺冠心得	144
奥运冠军校园论剑	147
奥运冠军走进合肥学院	149
安徽校园体育俱乐部化受欢迎	151
体育俱乐部让大学生动起来	152
“人生没有规定动作”	154
嗒一嗒嗒,节奏体语青春派	155
合肥学院学子全国摘多项大奖	157
化身剑客 晨报读者昨“过招” ——晨报击剑互动昨日举办,读者现场体验击剑	158

丰硕成果篇

合肥学院体育俱乐部国际、国内比赛成绩汇报总一览表	163
合肥学院体育俱乐部改革大事记	176
后 记	179

思考
探索
篇

SIKAO