



高职体育课程体系 改革与构建研究

GaozhiTiyu Kecheng Tixi Gaige
Yu Goujian Yanjiu

曾永忠 董伦红 著



华中师范大学出版社
Huazhong Normal University Press



高职体育课程体系 改革与构建研究

GaozhiTiyu Kecheng Tixi Gaige
Yu Goujian Yanjiu

曾永忠 董伦红 著



华中师范大学出版社

Huazhong Normal University Press

新出图证(鄂)字 10 号

图书在版编目(CIP)数据

高职体育课程体系改革与构建研究/曾永忠,董伦红著. —武汉:华中师范大学出版社,2009.7

ISBN 978-7-5622-3987-1

I. 高… II. ①曾… ②董… III. 体育—教学改革—研究—高等学校:技术学校 IV. G807.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 111227 号

高职体育课程体系改革与构建研究

© 曾永忠 董伦红 著

责任编辑:董 羨

责任校对:罗 艺

封面设计:甘 英

编辑室:第五编辑室

电话:027-67867364

出版发行:华中师范大学出版社

社址:湖北省武汉市珞喻路 152 号

邮编:430079

电话:027-67863040(发行部) 027-67861321(邮购)

传真:027-67863291

网址:<http://www.ccnpupress.com>

电子信箱:hscbs@public.wh.hb.cn

经销:新华书店湖北发行所

印刷:武汉理工大印刷厂

督印:章光琼

字数:181 千字

开本:880mm×1230mm 1/32

印张:6.75

版次:2009 年 7 月第 1 版

印次:2009 年 7 月第 1 次印刷

印数:1-1000

定价:18.00 元

欢迎上网查询、购书

敬告读者:欢迎举报盗版,请打举报电话 027-67861321

目 录

第一章 导论	(1)
第一节 高职体育课程体系改革与构建研究的选题依据	(1)
一、体育教学指导思想的多元化变革	(1)
二、学校体育朝终身体育方向的变革和发展	(3)
三、学生体质健康状况的新变化	(6)
四、高职体育处在与社会体育衔接的特殊阶段	(10)
五、高职体育课程自身发展的需要	(11)
六、高职教育特性的内在要求	(13)
第二节 高职体育课程体系改革与构建研究的目的和意义	(15)
一、研究目的	(15)
二、研究意义	(15)
第三节 高职体育课程体系改革与构建研究的基本思路	(18)
一、研究对象、内容和方法	(18)
二、研究步骤	(19)
第四节 高职体育课程及相关概念界定	(19)
一、高等职业教育与普通高等教育	(19)
二、课程与体育课程	(21)
三、课程目标与教学目标	(22)
四、体育课程评价与学生评价	(23)
第五节 普通高等学校、高职院校体育课程研究现状综述	(24)

一、我国高校体育课程目标体系的历史演变·····	(24)
二、我国普通高等学校与高职院校体育课程内容体系的发展 演变·····	(28)
三、体育课程学生评价的研究现状·····	(31)
四、大学体育与终身体育(社会体育)的衔接研究·····	(40)
第二章 高职体育课程目标体系改革与构建 ·····	(46)
第一节 高职体育课程主要任务分析·····	(46)
一、体育与体能、体质、健康的关系辨析·····	(46)
二、高职体育课程的主要任务探讨·····	(51)
第二节 高职体育课程目标分析·····	(60)
一、高职体育课程目标的内涵和外延·····	(60)
二、高职体育课程目标的功能·····	(62)
三、高职体育课程目标定位探析·····	(64)
第三节 我国高校体育课程目标现状的反思·····	(67)
一、新纲要课程目标体系各目标间关系分析·····	(69)
二、高职体育课程的特性分析·····	(71)
三、高职体育在学校体育序列中的时段分析·····	(72)
四、体育、健康及中间变量分析·····	(74)
第四节 高职体育课程目标的生成来源·····	(76)
一、学生成长的直接需求·····	(77)
二、体育课程范式的内在要求·····	(78)
三、高职教育目标的要求·····	(79)
四、社会发展的实际需要·····	(80)
第五节 高职体育课程目标的价值取向·····	(81)
一、以学校体育向社会体育的转化为立足点·····	(82)
二、以协助提升学生的职业能力为追求·····	(82)
三、以终身体育能力培养为核心·····	(83)
四、以学生终身体育锻炼习惯的形成,促进学生身心健康为 理想目标·····	(84)

第六节 高职体育课程目标的重构	(85)
一、高职体育课程目标的结构	(85)
二、高职体育课程目标的内容	(87)
第七节 高职体育课程目标的教材体现	(93)
一、教材结构体现课程目标	(93)
二、教材内容设计体现课程目标	(94)
第三章 高职体育课程教学内容体系改革与构建	(98)
第一节 改革高职体育课程教学内容体系的必要性分析	(98)
一、高职教育培养目标要求体育课程教学内容体系进行改革	(98)
二、我国大学体育课程内容体系的发展分析	(101)
第二节 高职体育课程内容现状研究	(108)
一、现行高职体育课程内容体系概述	(108)
二、现行高职体育课程内容体系存在的问题	(109)
第三节 高职体育课程教学内容的选择	(112)
一、高职体育课程教学内容选择的价值取向	(112)
二、高职体育课程教学内容选择的基本原则	(119)
三、高职体育课程教学内容的主要来源	(122)
第四节 高职体育课程教学内容的组织	(126)
一、高职体育课程教学内容组织的主要原则	(126)
二、高职体育课程教学内容组织的结构	(129)
第五节 高职体育课程教学内容的构建	(136)
一、高职体育课程目标体系的框架	(136)
二、高职体育课程教学内容的选择	(137)
三、高职体育课程内容的实施	(139)
第六节 高职体育课程学生学习评价改革	(141)
一、体育课程学生学习评价的界定	(141)
二、高职体育课程传统学生评价存在的问题	(143)
三、高职体育课程学生评价的改革措施	(147)

第四章 高职体育课程的实施	(155)
第一节 促进学生积极体育活动态度和体育情感形成的方法研究	(155)
一、自我效能与学生积极体育活动态度	(155)
二、运动归因与学生积极情绪体验及锻炼行为的坚持性	(158)
三、体育教学中的再归因训练	(164)
第二节 促进学生参与身体锻炼研究	(168)
一、促进身体锻炼行为的理性行为和计划行为理论	(169)
二、促进身体锻炼行为的阶段性改变理论	(172)
三、促进身体锻炼行为的社会认知理论	(174)
四、促进身体锻炼行为的社会生态理论	(177)
五、怎样在高职体育教学中促进学生的身体锻炼行为	(179)
第三节 高职体育课堂教学策略	(182)
一、高职体育教师教学心态的调整	(182)
二、体育课堂的有效互动策略	(184)
三、高职体育课程球类项目运用领会教学法探索	(191)
第四节 国内外高职院校体育课程比较	(198)
一、深圳职业技术学院和韩国仁川技能大学体育课程比较和分析	(198)
二、韩国仁川技能大学体育课程的特点分析	(203)
三、韩国职业院校体育课程特点对我国高职体育课程改革的启示	(205)
主要参考文献	(209)

第一章 导 论

第一节 高职体育课程体系改革 与构建研究的选题依据

一、体育教学指导思想的多元化变革

体育教学指导思想往往反映了某一特定历史时期社会政治经济的发展水平,反映了当时学校教育理论的研究状况以及国家教育方针的导向,具有时代的特征。随着社会经济的发展,政治环境的变化,人们生活水平的提高及教学理论的研究发展,教学指导思想往往会相应发生变化。体育教学指导思想对体育教学实践起着导向的作用,影响到体育课程的整体设计和实施。体育教学指导思想的变化必然带来体育课程的变革。

新中国成立后,随着学校体育在我国的推广实行,自然主义体育思想传入国内。自然主义体育思想强调健康强壮的身体是儿童智育和德育的物质基础。自然主义教育思想创始人卢梭认为,感觉器官是儿童获得知识的重要工具,儿童通过各种感官积累丰富的感觉经验,为他们在下一阶段发展智力和判断能力打下基础。自然主义教育思想强调感官的训练,自然主义体育思想主导下的体育方法突出强调运用自然的手段锻炼身体。

1953年教育部照搬当时苏联的学校体育教学大纲,并在全国大、中、小学校执行。此时苏联学校的体育指导思想认为体育教学是一种特殊的认识过程,其内容实质应为传授、习得和形成体育运动技能。此前引入的西方自然主义体育思想逐渐退出了人们的视野。1956年新中国颁布的学校体育教学大纲把苏联学校体育传授基本知识、基本技

术和基本技能的思想作为我国学校体育教学的指导思想。大纲内容以基本体操、田径、游泳为主,主要采用以教师为中心,以传授运动技能为主的教学方法,强调体育教学的生物功能与政治功能。西方学校教育思想被彻底否定,学校体育思想完全被“三基”教育思想统治,体育教学把学生单纯生物化,完全忽视了人的社会性。

随着 20 世纪 60 年代初中苏交往的全面中断,我国体育教学进入了自我探索的阶段。1961 年修改的学校体育教学大纲试图从内容与指导思想上摆脱苏联模式的影响。在指导思想上,针对当时的国防需要以及国民体质下降的趋势,特别是当时我国青少年体质下降的现状,提出学校体育的指导思想应以增强学生体质为主^①。体质教育观从体育与德育、智育、美育的差别入手,认为“体育的真义,在于增强人的体质,完善人类的身体”,强调体育教学应以增强学生体质为宗旨。体质教育思想对提高学生的身体素质有积极的意义,在当时的历史条件下有积极的现实意义。但体质教育思想把体育的功能单一化,把学生生物化,忽视了体育活动的社会性。

20 世纪 70 年代后,学校教育“个体本位”与“社会本位”的思想争论深刻影响了学校体育观,体育的社会学功能逐步得到开发。在这一时期作为学校体育的指导思想是发展学生的体育能力,发展个性,培养运动习惯。1988 年国家开始着手对学校体育教学大纲进行修改。1993 年公布的学校体育教学大纲提出的任务中,增加了培养学生体育锻炼的兴趣,养成终身从事体育运动的习惯,提高体育文化教养等内容。学校体育向着多目标、多功能的方向发展。随着社会的发展、社会生产方式与生活方式的变化,学校体育指导思想朝着多元化的方向发展,完善学生个性和促进学生社会化的学校体育思想正逐步形成。培养体育能力、促进终身体育锻炼逐渐成为这一历史阶段的学校体育指导思想。

^① 江小波.我国不同历史发展时期学校体育教学指导思想的历史变迁.武汉体育学院学报,2003,37(4):98—101.

终身体育思想强调学校体育对学生生涯体育锻炼的准备,着重培养学生的自我锻炼能力和锻炼习惯。终身体育依靠学校体育和社会体育的衔接,强调使学生终生受益于体育锻炼。

中华人民共和国教育部和国家体育总局于2002年7月4日联合下发了《关于印发〈学生体质健康标准(试行方案)〉及〈学生体质健康标准(试行方案)实施办法〉的通知》,把《学生体质健康标准》作为促进学生体质健康发展、激励学生积极进行身体锻炼的教育手段以及学生体质健康的个体评价标准,把学生体质健康测试纳入学校体育工作的重要内容之中。在《学生体质健康标准》实施之前的《大学生体育合格标准》的测试项目和评价标准多是针对与竞技运动相关的身体素质而设定的,在评价过程中,较注重竞技运动对个体身体素质的相关需求,而忽略了学生与运动员身体素质的差异,忽视了普通学生与健康相关身体素质的需求问题。《学生体质健康标准》的实施,标志着我国学校体育发展从重体能向重健康的方向变革。《学生体质健康标准》把学生体质健康放到了第一的位置,要求各级学校在体育教学中贯彻“健康第一”的指导思想,高校体育教学的改革必须围绕这一思想进行。“健康第一”的指导思想对我国高校体育课程目标的定位和实施有着现实的指导意义。

随着人们对体育运动认识的不断深化、体育运动价值观的不断更新,高校体育教学指导思想经历了从传授“三基”到“体质教育”观,到“多元化”的体育指导思想,直到现在,“终身体育”和“健康第一”的体育教学指导思想已成为高校体育工作的主旋律。因此,如何结合《学生体质健康标准》,进一步确立以提升学生健康水平和自我锻炼能力为主的高职体育课程体系,值得我们深入研究和探讨。

二、学校体育朝终身体育方向的变革和发展

终身体育思想来源于终身教育的理念,终身教育思想始于20世纪60年代,80年代后逐步影响到各国的教育改革与发展。终身教育是指为个人提供一生有组织的学习机会,使其不断学习,提高素质,以适应社会发展需要的一种教育理念。

终身教育创立者、法国的成人教育家朗格朗认为:将人的一生分为教育和工作两部分是毫无根据的,学校教育只是人受教育过程中的一个阶段而不是全部,不能将学校教育等同于教育。教育应是一个人从出生到死亡持续进行的全过程,是人一生中所有教育机会的统一。它包括学校教育、家庭教育、社会教育等一系列正规教育 and 非正规教育,覆盖基础教育、职业教育、高等教育、继续教育等。“终身教育的概念,重要一点是教育要贯穿于人生的始终,所以要使教育和生活密切地结合起来。”^①终身教育对制度化的教育提出挑战,注重人的个性发展的全面性、连续性,“比传统教育更加能够显现每个人的个性”^②。传统教育系统主要由一个个相对独立的教育阶段组成,是一种有限的教育,不能满足人生发展的各种需要。终身教育超越了阶段性、制度化的传统教育模式,把教育当成是贯穿于人的一生、不断积累知识的长期连续的过程。终身教育是适应当今社会诸种变化而产生的一种教育理念。

我国1995年3月18日颁布的《教育法》第十一条规定:“国家适应社会主义市场经济发展和社会进步的需要,推进教育改革,促进各级各类教育协调发展,建立和完善终身教育体系。”第十九条规定:“国家实行职业教育制度和成人教育制度。各级人民政府、有关行政部门以及企业事业组织应当采取措施,发展并保障公民接受职业学校教育或者各种形式的职业培训。国家鼓励发展多种形式的成人教育,使公民接受适当形式的政治、经济、文化、科学、技术、业务教育和终身教育。”从而在法律上确认了终身教育在我国教育中的地位,将终身教育纳入教育发展规划之中。

随着社会经济文化的不断发展和人类自我意识的逐步觉醒,人们对体育的认识与需要也发生了深刻的变化。首先表现在人们对体育锻炼需求时间上的延伸。人们不再把体育局限于有组织的学校体育,更

① 持田荣一等. 终身教育大全. 龚同等,译. 北京:中国妇女出版社,1987:6.

② 持田荣一等. 终身教育大全. 龚同等,译. 北京:中国妇女出版社,1987:480.

加重视社会生活中的自我体育锻炼。终身教育创始人朗格朗在《终身教育引论》中曾指出:“如果将学校体育的作用看成是无足轻重的事,不重视学校体育,那么学生进入成年阶段以后,体育活动就不存在了;如果把体育只看成是学校这一阶段的事,那么体育在教育中就变成了‘插曲’。”^①其次体育作为一种社会文化现象,是随着生产力发展水平的提高而不断发展的。人们对体育运动在提高身心健康水平、提高社会适应能力和发展个性方面独特功效的认同,使体育的社会需求迅速膨胀。这也为学校体育的改革和发展指明了方向。最后,社会生产力高速发展和社会迅速进步为人们从事体育健身活动创造了更完备的条件,包括余暇时间增多、物质技术条件的改善等。我国《全民健身计划纲要》的颁布与实施,标志着我国大众体育和国民体质健康建设进入了一个新的阶段,同时也标志着“终身体育”已经成为我国现在乃至将来体育发展的战略目标,必将对我国社会产生巨大的综合促进作用,同时为学校体育改革指明了方向^②。

随着终身教育思想对学校教育影响的扩大,终身教育思想被引入到教育的政策之中,成为学校教育改革和发展的理论之一。终身教育对学校体育的影响导致了学校体育指导思想的变革。终身体育思想逐渐被广大体育工作者所接受。终身体育思想的发展,推动了现行学校体育制度、内容和方法的变革,并且对提高整体国民的身体素质起着重大的推动作用。现代教育特别强调“为学生的终身发展奠定基础”,“如果最初的教育提供了有助于终身继续在工作之中和工作之外学习的动力和基础,那么就可以认为这种教育是成功的”^③。如果我们的学校体

① 沈建华等.论学校体育、家庭体育、社会体育三位一体实施素质教育.上海体育学院学报,2000(1):6—8.

② 陈琦.从终身体育思想审视我国学校体育的改革和发展.北京体育大学博士学位论文,2002年.

③ 新课程实施过程中培训问题研究课题组.新课程的理念与创新.北京师范大学出版社,2001.9:45—46.

育只是顾及了阶段效应,而没有为学生的终身体育、健康打下扎实的基础,那么这种学校体育就是不成功的。从国际学校体育发展的过程来看,1978年联合国教科文组织在巴黎召开了主题为“从终身教育看青少年的发展”的101个国家和地区体育部长会议,并重点讨论了学校体育与社会体育、终身体育的衔接,使体育向大众化、社会化、生活化和终身体育方向发展的主题^①。可见,国际学校体育发展过程中也呈现出关注终身体育、按照终身体育思想加快学校体育改革步伐的趋势。高职体育处在有组织的学校体育活动与自我组织的社会体育的过渡阶段,理应把发展学生的终身体育能力和培养社会化的终身锻炼习惯作为高职体育改革的方向之一。

三、学生体质健康状况的新变化

我国学生体质监测数据表明,青少年学生的部分体能素质指标近二十年来持续下降。肥胖学生的比例迅速增加,城市中超重与肥胖的男生接近四分之一;中学生的视力不良率超过二分之一,大学生的视力不良率高达83%。在2005年高校招生中,有85%的考生报考专业受限;在近两年的征兵工作中,有63.7%的高中毕业生因为体检不合格被淘汰^②。

国家体育总局、教育部对18万多名7岁至22岁城乡学生的体质监测数据结果显示,与2002年相比,我国学生的爆发力、力量等素质继续下降,除反映速度素质的50米跑成绩略有提高外,其余各项素质自2000年以来继续呈下降趋势。反映下肢爆发力的立定跳远成绩,反映腰腹肌力量的仰卧起坐成绩以及反映肺功能的肺活量成绩这三项监测结果与2002年相比,都只有极少数组别略有上升,绝大部分组别继续呈现不同幅度的下降趋势。同时超重及肥胖学生明显增多,已成为重要的健康问题。2002年监测结果显示,7岁至18岁的城乡学生肥胖比

^① 沈建华等.论学校体育、家庭体育、社会体育三位一体实施素质教育.上海体育学院学报,2000(1):6—8.

^② 评论员文章.到了必须关注学生体质的时候了.人民教育,2005(5):7.

例全部明显上升。2004 年监测结果显示,60%左右的年龄组超重及肥胖检出率继续上升,其中 10 岁至 12 岁城市男生肥胖率已达 15.97%。与此同时,学生视力不良检出率仍然居高不下,小学生占三成,初中生占六成,高中生接近八成,大学生占八成。天津市的调查显示,该市的学生身体素质已经降到 20 年来的最差水平^①。2005 年广东省学生体质健康调查结果显示,学生身高、体重、胸围等形态发育指标持续增长,但肺活量、速度、力量等体能素质持续下降。

有学者研究了 1995—2005 年辽宁省普通高校学生体质检测统计的结果,得出大学生的体质体能状况同样呈下降趋势的结论。该研究指出:(1)克托莱指数男生呈上升发展趋势,女生呈下降——上升——再下降的发展趋势。(2)肺活量指数呈下降趋势。(3)速度素质呈下降趋势。(4)反映下肢爆发力的立定跳远成绩呈下降趋势。(5)臂肌力量(男生引体向上),腹肌力量(女生仰卧起坐)总体呈下降趋势。(6)耐力(男生 1000 米跑,女生 800 米跑)总体呈下降趋势^②。山西省大学生的体质与健康状况的研究也表明,大学生肺活量呈历年下降趋势;7 项身体素质总体呈下降趋势,特别是男女学生耐力项目出现持续负增长,速度项目下降也比较严重。从现有的调查研究结果看,大学生的身体素质状况与中小学学生身体素质状况同样表现出下降的趋势。

社会经济发展了,人们的生活水平和文化水平提高了,而青少年的体质为什么反而下降了? 中小学生体质下降的原因可以找出很多,其中体育运动的缺乏无疑是最主要的原因。学校片面追求升学率的倾向直接影响着学校体育工作,对体育在学校教育中的重要性缺乏足够认识,学生的体育锻炼时间得不到保障,造成体育运动时间减少,运动量严重不足,这应该是造成中小学生体质下降的主要原因。学生在中

① 沈楠. 中国学生体质调查之一: 学生胖而无力危及国家竞争力. <http://www.chinagate.com.cn>, 2006 年 4 月 21 日.

② 李英玲. 大学生体质下降的内外因素与高校体育课程干预措施研究. 广州体育学院学报, 2007, 27(2): 105—107.

小学没有养成锻炼身体的习惯,进入大学后不能主动锻炼身体是大学生身体素质下降的主观原因。同时,大学扩招后运动场地设施跟不上学生人数的增加是大学生身体素质下降的客观原因。

青少年体质是关系国家和民族未来的大事,也是学生健康成长和幸福生活的根基。学生的体质下降问题已经引起党和国家领导人的高度重视和社会各界的强烈关注。2006年末在新中国成立以来第一次全国学校体育工作会议上,国务委员陈至立明确指出:培养具有强健的体魄、健康的心理、坚强的意志和昂扬的精神的青少年,是素质教育的应有之义。“忽视青少年的身心健康,忽视学校体育工作,就谈不上全面贯彻党的教育方针,谈不上全面实施素质教育。”党的“十六大”报告明确提出,要提高整个民族的思想道德素质、科学文化素质和健康素质。作为提高中小学生健康素质重要途径之一的学校体育是学校教育的重要组成部分,也是素质教育的重要内容。这充分体现了党中央、国务院对青少年体质的高度重视。

2007年4月23日中共中央总书记胡锦涛主持中共中央政治局会议,研究加强青少年体育工作和网络文化建设工作。会议强调,广大青少年身心健康、体魄强健、意志坚强、充满活力,是一个民族旺盛生命力的体现,是社会文明进步的标志;体育对青少年的思想品德、智力发育、审美素养的形成都有不可替代的重要作用;要全面贯彻党的教育方针,高度重视青少年体育工作,使广大青少年在增长知识、培养品德的同时,锻炼和发展身体的各项素质和能力,成长为中国特色社会主义事业的合格建设者和可靠接班人。会议指出,当前和今后一个时期,加强青少年体育工作的总体要求是:认真落实健康第一的指导思想,建立健全学校体育工作的机制,充分保证学校体育课和学生体育活动,广泛开展群众性青少年体育活动和竞赛,加强体育卫生设施和师资队伍建设,全面完善学校、社区、家庭相结合的青少年体育工作网络,形成全社会珍视健康、重视体育的氛围,培养青少年良好的锻炼习惯和健康的生活方式,在广大青少年中形成热爱体育、崇尚运动、健康向上的良好风气。会议要求,要加强领导,齐抓共管,

形成全社会支持青少年体育工作的合力。各级党委和政府要把加强青少年体育工作摆上重要议事日程,进一步完善加强青少年体育的政策保障措施,加强对学校体育工作的督促检查,为实施素质教育、促进学生全面发展创造良好条件。教育、体育、卫生部门和共青团、妇联组织要加强对青少年体育、卫生、健康工作的组织、指导、服务,加强家庭和社区青少年体育工作,为青少年健康成长创造良好氛围。学校要把增强学生体质作为教育的基本目标之一,把健康素质作为评价学生全面发展的重要指标,全面实施《学生体质健康标准》,切实抓好青少年学生体育工作的落实^①。

教育部、国家体育总局、共青团中央联合下文于2007年4月29日在全国范围内全面启动全国亿万学生阳光体育运动。亿万学生阳光体育运动是新时期加强青少年体育、增强青少年体质的战略举措。这一活动的目的,就是要通过阳光体育的影响,形成体育锻炼的氛围和参与体育锻炼的风气,吸引广大青少年学生积极主动参与体育锻炼,培养体育锻炼的兴趣和习惯,有效提高学生体质健康水平。2007年5月7日,中共中央、国务院印发了《关于加强青少年体育增强青少年体质的意见》,充分体现了党中央、国务院对广大青少年学生体质健康的高度重视和巨大关怀^②。

大学生运动能力和运动兴趣的下降导致慢性病的患病率呈上升趋势,严重干扰了正常的体育教学。同时体育教育观念的相对滞后,现行体育大纲对教学内容规定得过多、过细,体育教学过程中过多地强调教师的中心地位,过于强调运动技能和知识的系统化,过分强调运动成绩等等体育课程的现状不利于学生养成锻炼身体的习惯,不利于培养学生的创新精神和实践能力,使学生出现了喜欢体育,却不愿意上体育课

① 中共中央政治局研究加强青少年体育工作和网络文化建设工作。新华网,2007年4月24日。

② 中共中央国务院关于加强青少年体育增强青少年体质的意见。中发(2007)7号。

的现象。因此,大学体育课程也迫切需要进行自身的改革。

大学生是未来社会建设的中坚力量,大学生身体素质的好坏将影响到我国未来社会、经济、文化等各方面的可持续发展。改革大学体育课程体系,提高大学生身体素质,将有利于社会的可持续发展。

四、高职体育处在与社会体育衔接的特殊阶段

高职体育处在有组织的学校体育向自我锻炼为主的社会体育的过渡阶段,高职体育在贯彻学校体育目标和实践学校体育教学内容的同时,应该为学生走向社会后的自我锻炼做好运动技能和心理的准备。为适应学生的社会体育行为,大学体育在组织形式、教学内容、教学模式方面进行改革已成为大学体育课程改革和发展的方向之一。

社会体育是高职体育教育的延续与发展。随着社会生产力的发展,人们的生活水平不断提高,休闲时间增多。但是,现代社会的激烈竞争和超强的工作压力带来的是精神的高度紧张和心理的疲劳。为了追求更好的生活品质,消除工作与学习带来的紧张、疲惫,体育活动成为人们的首选内容。高职院校体育教育的目标,必须向生活化、社会化的方向发展,以适应全民健身的需求,高职体育应与社会体育接轨,凸显高职体育的延续性和社会价值,促进社会体育的发展,促进学生的终身体育锻炼行为。

体育活动是人类社会实践活动的一项重要内容。世界发达国家的体育人口占总人口数的比例大多在 50% 以上。美国、德国、挪威等发达国家的体育人口已占总人口的 60%—70% 以上。我国体育科研人员曾对 14 个大中城市居民锻炼的现状进行了抽样调查,结果显示:城市体育人口占总人口的比例为 9.23%,农村体育人口占总人口的比例为 2.7%,加上占全国人口总数的 21% 的大、中、小学生,中国体育人口数为总人口数的 31.7%,再加上其他锻炼形式的锻炼者的人数,中国体育人口大约占全国总人口的三分之一左右。近年来,随着全民健身运动的开展,我国体育人口有所增加,但与发达国家相比仍有较大的差距。

高校体育教育作为素质教育的一项重要内容和手段,应当使学生