

doi:10.13582/j.cnki.1674-5884.2015.09.015

湖南科技大学公共体育课程改革与创新的几点思考

姚绩伟¹, 曾梦娟¹, 赵志明¹, 许文鑫²

(1. 湖南科技大学 体育学院, 湖南 湘潭 411201; 2. 福建师范大学 体育科学学院, 福建 福州 350117)

摘要:运用文献研究、专家访谈和实地考察等主要方法,对湖南科技大学公共体育课程设置、结构、内容、要求和管理等环节的改革与创新进行了系统构思,旨在为开创我校公共体育课程改革新局面,全面提升本科教学质量与办学水平、牢固树立学生“健康第一”意识、增强公共体育课程吸引力、促进学生积极参与体育知识学习和运动锻炼、增强学生体质健康水平、较好地实现大学教育目标、培养高素质创新型人才、增强我校社会影响力与知名度,提供一定理论参考。

关键词:大学;公共体育课程;教学改革;创新;湖南科技大学

中图分类号:G642 **文献标志码:**A **文章编号:**1674-5884(2015)09-0049-04

1 引言

伴随社会价值观念的快速变革,人们对生命、健康、生活质量及幸福感等越来越关注。在校学生以努力学习并获取知识为重要任务,但学生身心健康及良性生活方式是其学习效率提升的重要前提。大学公共体育课程是学校课程体系的重要组成部分,是高等学校体育工作的中心环节^[1]。可见,为大学生提供优质的公共体育课程教学,教育部门及大学本身责无旁贷。近年来,顺应国际课程整体改革趋势的我国高校公共体育课程改革工作正呈现如火如荼、方兴未艾之势,始终影响并推动着各地高校公共体育课程改革的进程。基于此背景,我校领导对大学公共体育等公共课教学研究与改革工作作出快速反应并对之高度重视。为了进一步加强我校公共体育课程的改革与创新,全面贯彻党的教育方针,促进学生身心健康发展,本研究将依据新旧版《全国普通高等学校体育课程教学指导纲要》^[2]精神和第一次全国学校体育工作会议提出的“要将加强青少年学生的体育与健康作为重要突破口,坚决遏制青少年学生体能素质的持续下降,切实提高青少年学生的体质健康水平”意见为指导,立足我校实际,以现有体育资源为基础,开展公共体育课程改革与创新的相关研究工作。本研究对牢固树立学生“健康第一”意识,吸引学生走进阳光和迈入操场,增强体质,增进健康,其重要意义不容小觑。

2 湖南科技大学公共体育课程改革方案的核心内容

2.1 大学公共体育课程设置的改革方案

首先,坚持“以人为本,健康第一”的指导思想^[3],遵循终生体育思想是大学体育教育之魂的基本原则^[4],在明晰大学公共体育课程指导思想、性质及目标的基础上,进行课程设置的改革与创新,改革方案试图进行模块式教学,1~4学期共设置128学时,每学期32学时,每学期1学分,共4学分,课程模块

收稿日期:20150513

基金项目:国家体育总局体育青年项目(2081SS14112);湖南省哲学社会科学项目(13YBB083);2015年湖南科技大学公共课教学研究与改革招标项目《湖南科技大学体育选项课教学体系改革研究》;福建师范大学本科教学改革研究项目(I201302017)

作者简介:姚绩伟(1976-),男,湖南邵阳人,副教授,博士,研究生导师,主要从事体育教育训练与体育绩效评价研究。

主要包括体育基础课程、兴趣自选项目课程、特色项目课程和特殊自选项目课程。其次,体育基础课程在大学第一学期完成,且为必修内容,其目的在于使学生对整课程的学习任务、内容、进度和要求及该课程的重要性等进行正确认知,提升学生基本体适能水平,同时将学生引入基本体育专项技能学习领域。有氧体适能锻炼结合学生选择的体育专项进行同步学习,并采取综合评价,但无论选择何种体育项目,学生均必须通过12分钟跑的达标成绩,不及格者必须重修,共计1学分。第三,兴趣自选项目课程则依据学生的体育兴趣、爱好、特长以及其中小学和日常生活中的体育基础,在第二、三学期拥有两次机会自主选择排定的体育项目进行学习。共计2学分,每学期报送一次成绩,不及格者必须重修。第四,特色项目课程主要是指气排球课,其是在考虑近年来我国全民健身运动发展趋势及我校气排球运动开展特点与优势的基础上试图进行开设的课程。作为我国企事业单位全民健身特色体育项目,开展已遍及全国范围,而高校以气排球为载体进行校园特色体育文化建设尚不多见,故要抓住先机。1~4学期,无论学生选择何种体育项目,必须在第四学期选择气排球课程进行学习,1学分,且人人必须达标。第五,特殊自选项目课程是指针对部分持有校医院保健科证明的身体结构异形、生理功能异常、病、残、弱、极度肥胖及高龄等学生,而开设以身心保健与康复性的特殊自选体育课,以满足不宜从事正常运动锻炼及体育学习或存在身体运动练习障碍的特殊学生群体的体育兴趣与需求,由体育教师与医生综合评价,达标后获得相应学分。

2.2 大学公共体育课程结构的改革方案

第一,大学公共体育课程包括课堂体育教学、课外体育活动(业余体育锻炼及业余体育竞赛)和《国家学生体质健康标准》测评,三者有机结合构成公共体育课程结构的完整体系。第二,公共体育课堂教学开设有一般必修课、特色必修课、兴趣自选课和特殊自选课四大类型,以一般必修和特色必修课程达成学生掌握2~3项终身性运动健身项目的基本知识和运动技能的目标;以兴趣自选项目课程的层次性开设达成满足学生多元化、层次化的体育需求,实现大学公共体育课程有效延伸的目标;以特殊自选课的针对性开设满足部分存在身体练习障碍学生的体育需求。第三,公共体育课程实行“开放式”教学,在学校正常排课范围内,学生可根据自身的体育兴趣、爱好及基础,自主选择授课教师、内容和时间。第四,第一学期开学初,运用室内集中授课组织形式和现代多媒体教学技术手段,进行4~6学时的相关体育理论知识教学。第二至四学期则采用多种教学组织形式和教学技术手段,并辅以课外引导自学,每学期进行2学时的相关理论知识学习,加强公共体育课程理论素质的培养。第五,针对部分持有校医院保健科证明的身体结构异形、生理功能异常、病、残、弱和极度肥胖等而存在身体练习障碍的学生,则开设以身心保健与康复性的特殊自选体育课,以满足不宜参加正常体育学习或活动的特殊学生群体的体育兴趣及需求。第六,针对因各种原因导致部分学生体育成绩不及格,致使其规定学分未修满的情况,则开设以提高体适能水平为主要目标的体育重修课。

2.3 大学公共体育课程内容的改革方案

公共体育课程内容的设置遵循健康第一、身心和谐发展的指导思想,充分考虑学生兴趣爱好,兼顾健身性与实效性、客观性与选择性的有机统一,坚持“三接受一允许”的原则,即学生接受、教师接受、学校接受和体育教学资源允许,其内容包括体育基础理论课程内容、兴趣自选项目课程内容、特设体育项目课程内容、特殊自选项目课程内容以及12分钟跑体能锻炼项目。第一,体育基础理论课程内容主要包括大学公共体育课程简介、现代健康观、体育与健康生活方式、健身锻炼的原则与方法、运动损伤发生的原因与预防以及各体育专项相关基础理论知识。第二,12分钟跑,运用多种手段、方法和途径,全面提高学生有氧体适能,提升体质健康水平,为后续体育专项学习提供身体素质基础。第三,兴趣自选项目课程内容主要包括网球、羽毛球、休闲体育舞蹈、瑜伽、户外拓展运动和传统养生功法等。第四,特设体育项目课程内容是指我校特色体育项目气排球,要求学生掌握气排球的基本技术和裁判规则,了解其简单战术。第五,特殊自选课程内容主要包括太极类运动、养生类运动、保健康复类运动和个性化运动处方等。

2.4 大学公共体育课程要求的改革方案

第一,学生在校期间必须修读前4个学期共计128学时的大学公共体育课程,并修满4个学分。第

二,学生在正常修读与重修期间的任一学期,无论学生因何种缘故缺课总学时超过(含)1/3时,则其不能参加该学期的期末考试。第三,如因各种原因导致学生某一或多个学期体育成绩不及格,致使其规定学分未修满时,该类学生可选择第二至第八学期的任一时间进行重修。第四,学生在正常修读和重修期间,每个学生每学期最多获得1学分。第五,学生修满大学公共体育课程的4学分并达到《国家学生体质健康标准》要求,是其获得学位、正常毕业和升学继续深造的必要条件之一。

2.5 大学公共体育课程管理的改革方案

一是选课管理。第一学期新生进行首次选课之前,在入学教育期间对大学公共体育课程进行必要性简单介绍,同时将选课程序、课程安排时间和各类体育项目介绍等通过互联网同步推出进行广泛宣传,上课前一周通过网站在教务系统中进行选课;第二至第四学期选课以及重修选课的前一周,学生通过网站了解并熟知该课程开设情况、选课时间与原则、课程要求等,根据各自的兴趣爱好,通过互联网教务系统完成选课。二是开课管理。由于设置了兴趣自选课和特殊自选课,当出现任一教学班不足20人时,原则上不开班,而每一教学班的上限人数在教务系统进行默认设置,超过一定选课人数则默认选课不成功或不能选课。三是教学管理。学生通过互联网或电话咨询等途径明晰上课时间与地点,保证正常上课秩序。学生正常修读与重修大学公共体育课程时,任一学期中无论因何种缘故(包括突发疾病需住院治疗或因特殊事务的请假),学生出现缺课总学时超过(含)1/3、见习次数超过(含)半数、迟到与早退次数超过半数(含)以上的情况,取消其考试资格,且成绩计零分。四是成绩管理。成绩评定:制定相对合理统一的评价标准,对学生体能与专项技能、积极参与体育行为、良好社会适应能力等进行综合评价,每学期一次。成绩录入与查询:采用百分制,设置各分支成绩百分比,并通过学校网站中的教务管理系统录入成绩;有权限的学生、教师与相关管理人员均可通过互联网查询成绩,发现存有疑问或错误,可电话或现场咨询,必要时可复核。成绩档案管理:录入互联网教务管理系统的学生成绩,经过审核后,打印纸质稿,教师签章并进行成绩分析和课程小结,整理所有课程成绩材料后装订成册,上交保存。五是体质健康测试管理。所有在校学生必须于每年10月进行一次体质健康测试,测试之前大学公共体育部负责编印《学生体质健康测试指导手册》并对学生进行具体测试指导,以保障测试的有效性,测试结束后按国家教育部相关规定报送学生体质健康数据。六是评教管理。以我校现有的工作绩效评价模式及成功经验为指引,确立该课程学生评教的主旋律,革新学生评价教师的模式,运用学校教务处与大学公共体育部联合研制的课程教师教学评价指标体系,学生于每学期课程结束后的一周采用不记名方式通过互联网对教师的教学工作绩效进行系统综合评价,学校将该评价结果纳入体育教师评优评先和职称晋升等工作范畴。除上述之外,对大学公共体育课程改革与创新后的教师劳动价值肯定、课时系数计算及承担特殊教学环节的教师工作量的认定方案等细节问题需进行认真研究,强化管理,做到有据可依,有理可循,最终使我校大学公共体育课程改革的风险降到最低。

3 湖南科技大学公共体育课程改革的创新点

3.1 课程理念创新

我校大学公共体育课程改革将始终以“以人为本,健康第一”为核心指导思想,注重课程理念创新,充分考虑并尊重学生的兴趣爱好,加强并极力提升教师教育服务意识,让学生在方便、舒心和快乐的氛围中学习体育知识并参与运动健身,有效提升其身心健康水平。

3.2 课程结构创新

新的大学公共体育课程改革方案将一改我校过往单一枯燥的必修课程性质,改革后的课程结构将发展拓展成为包含一般必修课、特色必修课、兴趣自选课和特殊自选课四大类型,学生修读该课程的空间与自由度大为增加,可在一定程度上有效增强学生参与体育学习和健身锻炼的动力和兴趣。

3.3 课程内容创新

新的大学公共体育课程方案一旦实施,课程内容将焕然一新,体育项目数也将成倍增加,由过往男生女生(初级长拳、健美操、太极拳、篮球、排球)共5项增加到近30项,在充分利用我校自然环境、现有

体育场馆(地)器材和体育师资条件等资源的基础上,引入众多富有青春活力、拥有流行元素以及与国际接轨并为青年学生所酷爱的体育项目,如户外运动、网球、瑜伽、轮滑、防身术、跆拳道、啦啦操、踏板操和休闲体育舞蹈等,让学生在从事时尚运动中强健体魄,增强体质,习得运动健身技能与方法,增进心理健康。

3.4 课程管理创新

一方面,选课环节充分考虑学生对体育项目的兴趣变化情况,前后拥有两次机会任意选课,且新的选课方式可满足学生对自身非常喜爱的体育项目的技能、战术及规则等进行提高式学习,从而为终身体育打下坚实基础。新选课方式还满足学生任意自选上课教师、时间和地点;除特色必修气排球项目之外,全体学生还可实现上课项目任意自选。另一方面,课程介绍与宣传、选课、开课、成绩和评教等诸多环节均应用现代互联网技术来操作执行,在方便学生的同时也减轻了教师及管理人员的工作量,使得工作效率大幅提升,还可有效降低工作失误率,保障课程教学工作事务公开、公平、公正。

4 结语

青少年时期是个体身心健康发展的关键时期,青少年拥有健康体魄关涉国家未来和民族希望,是社会文明进步的标志,是国家综合实力整体提升的重要标志^[5,6]。为革新我校大学公共体育课程方案,需以学生不断发展的体育需求和学生体质健康水平的现实提高为中心,做到紧跟时代步伐,关注国际化趋势,建立更为人性化、弹性化和实效化的公共体育课程体系,为学生创造更为宽松的体育知识学习和运动健身参与的良好环境,才能从根本上扭转青年一代体质健康水平持续下滑的态势,进而全面增强大学生体质。因此,重视公共体育课程改革与创新及强健学生身体提升至国家发展战略。

参考文献:

- [1] 王晓刚. 对我国大学体育课程改革的审视[J]. 中国体育科技, 2007, 43(6): 128 - 132.
- [2] 苟定邦, 林华, 董林. 新旧《全国普通高等学校体育课程教学指导纲要》的比较分析研究[J]. 西安体育学院学报, 2003, 20(6): 97 - 99.
- [3] 李杰, 何仲恺. 北京大学公共体育课程改革方案的启示与思考[J]. 天津体育学院学报, 2007, 22(3): 272 - 273.
- [4] 周鹏. 终身体育思想视角下我国大学体育教学改革研究[J]. 广州体育学院学报, 2015, 35(1): 126 - 128.
- [5] 汪波, 周学荣, 李慧萌. “阳光体育运动”视角下大学体育课程设置的困惑与反思[J]. 北京体育大学学报, 2014, 37(5): 112 - 117.
- [6] 都菊英. “阳光体育”语境下高校公共体育课改革的思考[J]. 天津体育学院学报, 2007, 22(5): 454 - 455.

(责任校对 龙四清)