

## 高校体育教育改革探讨

---

21世纪高校体育教育发展模式，首先是全新的素质教育观念。它要求把“全面发展”、“协调发展”、“完善发展”和“发展个性”等素质教育思想真正贯彻到当前实施的素质教育中去；其次是现代化的高校体育课程，要求高校体育教育必须围绕把每一个大学生都培养成为既德才兼备，又具有新型生命观、健康观、运动观、审美观，并能够适应现代社会变革的新型人才而设置和更新体育课程；我校在体育教学的改革过程中，为了让学生在开放、自主、轻松、愉快的教学环境中中学到自己想学的、喜欢的体育知识，已由原来的统一要求、统一内容、统一考试改变为“三自主”的体育教学模式。

## 一、“三自主”体育教学模式的特征及基本意义

“三自主”教学模式是由学生根据自己的特长、兴趣、爱好来选择体育项目，选择上课时间，选择任课教师。

### 1. 有利于提高学生学习的积极性

兴趣是认识某种事物时的优先注意倾向和从事某种活动的爱好倾向。学生对教学课程有无兴趣，直接影响到他们参加体育运动锻炼的积极性和自觉性，也决定着“三基”的掌握和运动技能的形成。由于先天条件与遗传因素的影响，个体在活动中价值取向是有差别的。一个有身高优势的学生，就更愿意参与到篮、排球运动中去体验体育情感；大多数女生则希望投入到充满活力的健美操活动中去享受美的情感；还有部分学生更乐于加入到自由、潇洒的体育舞蹈或流行的街舞中去交流情感。由于有更多的体育项目可供选择，每个学生都可以选择到一个或几个“适合自己的位置”，并在其中扮演一个“角色”，从中体验到自己在这个群体中的能力与智慧。

### 2. 有利于教学改革

自主选择教师对教师的教学态度、责任心、事业心、业务能力等都有着更高的要求。上课时间的选择对目前学校即将实施的学分制改革有着更重要的意义。

因此，“三自主”体育教学模式的魅力在于：有利于充分发挥学生的主观能动性，有利于充分调动学生对学习体育知识的主动性、积极性，为终身体育奠定良好的基础；有利于调动教师的教学积极性，提高教师的业务素质水平，发挥其特长并不断地进步；有利于较大程度地利用、使用现有的体育场地、器材设备。

## 二、“三自主”模式内容及组织形式

我校根据师资情况及场地器材等实际情况，为学生提供了多种体育项目：篮球、排球、足球、瑜伽，健美操、体育舞蹈，网球、羽毛球、乒乓球、定向越野，另外还有选修课体育保健。

组织形式是分班教学：以年级为单位进行项目选择，打破学生专业班的限制，原则上30人为一班。根据某个单元人数的多少安排相应的教师数量，教师根据自己的专长和学生的选项情况选择教学项目。如果教师和学生不平衡，适当进行调整。

### 三、“三自主”模式存在的矛盾和问题

#### 1. 教学内容及教学目标方面

在现行的教学中，没有明确的教学内容及教学目标。比如健美操、体育舞蹈、瑜伽、定向越野等，所教的内容各不相同，教什么内容，达到什么样的学习目标都还需完善，要有一个统一的尺度和量化的标准。

#### 2. 学生的运动基础方面

根据自己的特长来选项的学生基础相对而言肯定好；根据兴趣、爱好来选项的学生，基础有好，也有差；跟随同学或其他原因来选项的学生，基础相对较差，同时还存在有连续几学期都选择同一项目的学生。在教学过程中，如果照顾基础差的，从基本动作开始，那么基础好的学生就没有了兴趣；而照顾基础好的，差生就跟不上。如果两者都兼顾，有的项目倒是可以，但有的项目教学课堂秩序就显得很凌乱，有的项目根本就做不到。

#### 3. 体育教学条件和设施方面

目前学生喜爱的项目，如瑜伽、体育舞蹈、健美操等都没有专门的练习场馆，使其教学效果受到严重影响；另外乒乓球、羽毛球、游泳等项目场地也显不足。

#### 4. 师资力量方面

教师的业务技术结构不能满足学生选项的要求。由于师资力量不足，还有很多学生喜爱的体育项目未能开展。

### 四、总结和建议

#### 1. 各专项设负责人，搞好专项建设

根据学生的选项情况，尽量安排专业的教师组织教学，每个项目应该有一个学科带头人，主要负责制定教学大纲、教学计划、教学进程及教学内容等。在制定教学计划时，必须适合学生水平、特点，内容适当，既不能过浅，也不能过深，既要考虑动作学习的周期性，又要考虑教学内容的新颖性，还要使身体素质得到提高。根据学生的实际情况，及时组织教师集体学习、备课并对教学内容进行合理的调整。

#### 2. 各专项根据学生水平，设不同水平的班级

在教学分班时，应根据学生的基础尽量分为初级班和提高班。对于初次选项而又没有基础的学生，教学内容要以基础为主，从基本的、简单的动作入手，让学生把基本动作掌握好，培养学生自主学习体育的能力。对于复选或有一定基础的学生，教学内容要以提高运动技术水平和运动能力为主，培养一定的体育人才并组织一支较高水平的学生体育运动队伍。

#### 3. 改善师资结构，提高教师的业务水平

为了更好地适应改革的需要，对现有教师的专业结构进行有计划的调整，通过进修和培训进行在职学习，鼓励教师考研、考博，提高业务水平，充分发挥现有师资的潜能。

#### 4. 加强场地器材建设，以满足教学需要

体育场地要进一步的改善和修建,添置一定的器材设备,尽可能地创造条件满足体育教学改革的实际需要,早日跟上教学改革步伐。

#### [参考文献]

[1] 李敏卿. 体育教学俱乐部模式的改革与实践[J]. 体育学刊. 2003, 10, (5): 87-89.

[2] 杨展如. “自选型”体育课与“电子式教学管理”[J]. 武汉体育学院学报, 2003, 37, (2): 166-167.

[作者简介] 巴朝平(1958~),女,江西萍乡人,重庆科技学院体育系教授。

《石油教育》08.4期

京ICP备05019427号

Copyright © 2003 Author All rights reserved 中国石油教育学会主办

电话: (010)62069323 传真: (010)62069321 Email: wangxp@cnpc.com.cn