

政策法规	学校简介	体育机构	名师名人	训练与竞赛	教材图书	报刊杂志	科学研究	课程教学
学科专业	场馆器材	课外体育	健身园	域外体育	校园明星	职教教育	新闻动态	奥林匹克

健康与文化并重的公共体育课程建设与改革

作者：毛振明、杨国庆、殷恒婵、葛岳静、姚明焰 摘自：北京师范大学 更新时间：2005-6-6
17:35:32

成果名称： 健康与文化并重的公共体育课程建设与改革 .

成果完成人： 毛振明 杨国庆 殷恒婵 葛岳静 姚明焰 .

成果完成单位： 北京师范大学 .

推荐等级建议： 二等奖 .

推荐单位： 北京师范大学 .

推荐时间： 05/01/04 .

成果科类： 教育学 .

二级科类： 体育学类 .

代码： 045122 .

编号： 211020 .

省（部）名称： 北京市 .

教育对象： 本科 .

教育类型： 普通教育 .

成果属于： 教学改革 .

是否教材： False ..

用户名： WK01 .

组名： 文科1组 .

分组序号： 49

起始时间： 2000-07-01 .

完成时间： 2004-07-01 .

主题词： 公共体育；健康与文化；大教育观；“三自主”教学；健身健美；体育文化 .

曾获奖励情况：

2004年10月 教学成果奖 一等奖 0 北京师范大学

2004年12月 教学成果奖 二等奖 0 北京市教育委员会

2003年10月 论文奖 一等奖 0 中国学校体育研究会

2004年8月 论文奖 二等奖 0 大学生运动会组委会



:::: 本站搜索 ::::

:::: 投票调查 ::::

你如何看待大学排行榜？

- 较客观地反映高校实力
- 能促进高校的发展
- 只能部分说明大学水平
- 没多大意义
- 部分单位或个人炒作

:::: 最新动态 ::::

- [关于举办第二期全国..](#)
- [欢迎报考上海交通大..](#)
- [2007双百评选评选结..](#)
- [2007双百评选网民投..](#)
- [2007双百评选资料上..](#)
- [全国教育科学规划办..](#)
- [2007双百评选网上接..](#)
- [《2007双百评选》候..](#)
- [“2007年全国百名中..](#)
- [教育部直属高校体育..](#)

:::: 友好链接 ::::



成果的主要内容：

随着“以人为本”理念不断深入人心，北师大研究与实践了“健康与文化并重的公共体育课程建设与改革”方案。方案以学生的身心发展为本，尊重学生个性差异和个性选择，旨在强健学生体魄、增强体育品位、健全健康习惯，真正实现为国家健康工作五十年、幸福生活一辈子的目标。主要成果如下：

(1) 高质量完成了校级重点教改立项“健康与文化并重的公共体育课程建设与改革”（主持人：毛振明，资助金额1万元，2002年1月-2003年6月），构建了“三位一体”的公共体育课程格局，建设了有特色的“体育文化课”、“健身健美课”和“三自主教学课”课程新体系。

①建设“体育文化课”创新课程，提高学生对体育的鉴赏能力，引发学生对体育经济和体育文化现象的观察思考，激发学生参与体育和健身的热情。由国内体育名流和校内外专家共同设计教学内容、担任课程联合主讲人，受益学生已经超过4000人（占北师大全部在校本科生50%）。组织校内外专家对教学内容进行了论证，编写了讲义，并在实践中不断融入主讲人的新思想，编写教材《大学体育文化教程》，于2004年8月由北京体育大学出版社出版。

②推出“健身健美课”特色课程。“健身健美课”包括“男子健美”和“女子形体”两部分。在知名专家的直接指导下，创编特色内容组织教师培训，培训后由人事处、教务处、体院共同组成专家组进行上岗前的聘任考核，此举已为社会所关注，多家媒体对此做了报道。

③设计“三自主教学”的整体课程方案，允许学生依据个性自主选择锻炼项目、自主选择任课教师、自主选择运动时间。方案包括适应北师大校情和学情的28个选项，编辑了各门项目课的教学大纲，制定了统一的体能考核内容及学生日常体育锻炼管理方案，开发了能适应“三自主教学”的服务系统和软件。同时，针对“三自主教学”需要，培训教师，以提高教师的教学技能，保证教学质量。

(2) 以大教育观构建与课内体育课程相配套的课外体育活动体系。公共体育重在其全员与全程性，实现大学体育四年不断线，与终身体育对接。本成果体现课内-课外有机结合，在课外体系中加强了环境建设、器械建设、组织建设，营造重视健康的氛围。

①在全国高校率先启动了“宿舍体育计划”，连续向两届新生发放了7000余件宿舍体育器材，并组织了宿舍间的体育比赛，把体育教育引入学生的日常宿舍生活。

②开设了20个学生自主性健身俱乐部，初步形成了自主化、自管化、自营化体育教育新的组织体系。

③设计了“北师大学生健身路径”；举办富有特色的、9000人参加的“全员性学校运动会”，并开始向北师大体育节发展。

(3) 加强体育教育教学研究, 确保课程建设与改革的科学性、可行性和可持续性。

北师大的公共体育课程建设与改革具有良好的学科基础。2002年成立的体育与运动学院, 体育教育、体育经济、体育心理等学科力量雄厚, 在学科建设、教学研究等方面, 完成了一批高质量教改科研成果, 如著书和教材: 《新体育运动项目与体育教学内容改革》、《学校心理拓展训练》、《大学体育文化教程》; 论文: “体育教学内容编排理论”、“体育锻炼心理健康效应研究的分析与展望”、“关于体育教科书的功能与用途”、“论高校体育的改革与发展”等, 上述研究成果还获得第二届中国学校体育科学大会一、二等奖、第七届全国大学生运动会科学论文报告会二等奖和在第七届全国体育科学大会作主题报告。

以学术研究为基础, 建立了“北师大大学生体质健康研究咨询中心”和体育网页, 在学生活动区设立体育展板区, 以丰富体育文化信息, 建设体育图书室, 加强体育文化信息传播等。

成果的创新点:

(1) 通过“三位一体”的体育课程构建, 扩大了体育教育的范畴。该课程充分发挥了体育的功能, 强化了为学生终生体育服务的作用, 体现了“以学生的身心发展为本”的新的课改理念, 使高校体育内涵中的“心”、“身”、“技”、“美”在“文化”、“健身”和“传技”的三个发展中有机地协调起来。

(2) 创建了新的课型和教学内容。表现在: ①“体育文化课”课型为北师大的首创, 教学内容充满新意, 教学内容新、范围广、层次高、体育文化韵味强, 邀请体育界的知名人士、学者和著名运动员讲授, 学生与名人互动, 效果很好; ②“健身健美课”课型为北师大的首创, 教学内容充满新意, 很适合北师大的学生特点; ③“三自主教学”教学内容具有新意。

(3) 扩展了课程概念, 实现课内外的有机结合。“健康与文化并重的公共体育课程”是以课堂教学为核心、辅之以课外多种形式的大课程。课内、课外相衔接的一体化课程体系, 保证了学生在每周参加2学时课堂学习的同时, 还要参加两小时的课外锻炼, 形成了“四年运动不断线”。

(4) 创建许多课外活动的新形式和新场所。如: “学生宿舍体育工程”、“全员性学生运动会”、“北师大大学生健身路径”、“北师大大学生体质健康研究咨询中心”、“学生课外体育锻炼的管理制度和软件服务系统”、“体育网页”、“学生体育展板区”、“体育图书室”等或是全国首创或是全国领先。

(5) 探索了相应教师培训制度和聘任制度。“体育文化课”和“健身健美课”的教师培训制度和聘任程序都是全新的, 该组织考核形式还引起社会的极大关注。

(6) 形成了全校共建体育课程的新机制。“健康与文化并重的公共体育

课程”是在教务部门的领导下，由体育与运动学院为主体建设单位，由许多相关部门进行协同建设的集体成果，学科建设部门、人事部门、计算机部门、基建部门等多单位协同攻关，形成了全校共建体育课程的新机制。

成果的应用情况：

“健康与文化并重的公共体育课程”的教学成果不但在北师大的体育教育中起到了良好的教学效果，受到了学生的一致好评，而且对全国的公共体育课程改革起到了不小的推动作用：

(1) 该成果受到许多兄弟院校高度关注，吉林大学、苏州大学、华东师范大学、陕西师范大学、南京师范大学、东北师范大学、山西大学、河南师范大学、鞍山师范大学邀请本研究的完成人前往介绍课改经验，现哈尔滨师范大学、绵阳师范学院也提出邀请介绍经验。

(2) 成果完成人作为专家参加了2004年8月教育部在上海大运会期间组织的“全国高校体育工作座谈会”，期间就我校“健康与文化并重的公共体育课程”整体改革进行了大会发言。

(3) 本成果完成人作为专家参与起草了教育部近期发布的文件《关于进一步加强高校体育工作的意见》，“健康与文化并重的公共体育课程”的主要思想和做法被体现和列入该文件。

(4) 本成果完成人发表了与本课题相关的著书一本、教材一册、论文20余篇，其中一些论文在“第二届全国学校体育科学大会”、“第七届全国大学生运动会科学论文报告会”上获一等奖和二等奖。

(5) 本成果完成人应邀在“2004年东北华北体育协作区领导工作会议”上介绍“健康与文化并重的公共体育课程”建设的情况，该课程的改革思路和做法得到兄弟院校的赞赏。

完成人序号： 1

完成人姓名： 毛振明

完成人性别： 男

出生年月： 1957年6月

最后学历： 研究生

参加工作时间： 1976年7月

高校教龄： 10

专业技术职务： 教授

现任党政职务： 院长

工作单位： 北京师范大学体育与运动学院

联系电话： 010-58808042

现从事工作： 学校体育学研究

电子邮箱： zhaoli1010@yahoo.com.cn

通讯地址： 北京师范大学体育与运动学院

邮政编码： 100875

曾受奖励： 2002年获教育部高校青年教师奖

负责人：

主要贡献：

1. 主持设计了“健康与文化并重的公共体育课程建设与改革”的总体方案：该方案包括课程的指导思想、各项具体教改内容和相应的目标、各项教改之间的相互关系、各项教改的条件准备和实施步骤等。

2. 主持设计了“体育文化课”、“健身健美课”、“三自主教学”三项课程框架。

3. 对“体育文化课”的教学内容进行论证和审核：主审了《大学体育文化教程》，安排“体育文化课”的任课教师，并担任该课的第一讲“什么是体育”。

4. 对“健身健美课”的教学内容进行论证和审核，主持了该课任课教师的培训和聘任工作。

5. 对“三自主教学”的教学内容进行论证和审核，协助建设了该教学的选课体系软件，主持制订了该课程的体能评价方法体系。

6. 主持设计了“全员运动会”的项目，并指导制订了运动会的比赛规程，担任运动会的总指挥工作。

7. 设计了“学生健身路径”的25个项目，主持建设的招标工作和对建设方案提出建议。

8. 主持和具体落实“宿舍体育”的建设，主持和具体落实发放“宿舍体育器材”的工作。

9. 对外宣传“健康与文化并重的公共体育课程”的改革情况，曾到十几所院校介绍该课程改革的情况和经验。

完成人序号： 2

完成人姓名： 杨国庆

完成人性别： 男

出生年月： 1954年10月

最后学历： 本科

参加工作时间： 1971年9月

高校教龄： 22

专业技术职务： 教授

现任党政职务： 分院党委书记

工作单位： 北京师范大学体育与运动学院

联系电话： 010-58808037

现从事工作： 学校体育教学与研究

电子邮箱： Yangguoqing@tyx.bnu.edu.cn

通讯地址： 北京师范大学体育与运动学院

邮政编码： 100875

曾受奖励： 2002年10月两篇论文获第二届全国学校体育科学大会二等奖

2003年12月一篇论文获北京市高校论文一等奖

2003年12月一篇论文获北京市高校论文二等奖

负责人：

主要贡献：

1. 参与组织“健康与文化并重的公共体育课程建设与改革”的总体方案设计。

2. 组织设计了“大学体育文化课”方案：该课程方案内容新、范围广、层次高、体育文化韵味强；主讲人由校内外体育领域知名人士组成（如校外知名人士，何振梁、张发强、马国立等）。

3. 主编大学体育文化课教材《大学体育文化教程》（该教材已由教育部全国高等学校体育教学指导委员会审定通过为普通高等院校公共体育课教材）：首先组织编写大学体育文化讲义，并在实践的基础上形成正式教材，2004年8月由北京体育大学出版社正式出版。该教材共分四篇，即：体育文化篇、健康知识篇、锻炼健身篇、运动赏析篇。其主要特点是：(1)体现了“健康第一”的指导思想；(2)突出了体育文化特征；(3)突出以人为本，满足学生个体发展的需要；(4)对学生自主锻炼具有实用性和可操作性；(5)内容版式新颖。正在编写与制作《大学体育文化教程》电子教案和讲义。

4. 组织策划了课外学生俱乐部的组织建设与日常管理工作：包括俱乐部在体育大课程中的位置，与公共体育课的关系，具体实施中的管理方法，各专项俱乐部条例，学生参加活动的管理形式等。

5. “大学体育文化课”主讲教师之一：积极进行教学内容和教学方法的改革，制作了球类教学的CAI课件，注重理论联系实际，大大提高教学效果，已为数千名学生授课，受到学生好评。

6. 教学与科研相结合：结合体育教育专业与普通体育教学研究，本人承担了全国教育科学“十五”规划教育部重点课题“体育教育专业课程设置评价体系研究”，并发表相关论文，使公共体育课师资培养更有针对性、更能发挥水平。

成人序号： 3

完成人姓名： 殷恒婵

完成人性别： 女

出生年月： 1963年5月

最后学历：研究生

参加工作时间：1984年9月

高校教龄： 20

专业技术职务：教授

现任党政职务：副院长

工作单位： 北京师范大学体育与运动学院

联系电话： 010-58805083

现从事工作： 体育运动心理学、运动与健康教学研究

电子邮箱： yinhengchan@tyx.bnu.edu.cn

通讯地址： 北京师范大学体育与运动学院

邮政编码： 100875

曾受奖励： 2002年在北京市教育创新工程活动中被评为教育创新标兵（北京市总工会）

2002年10月4篇论文获第二届中国学校体育科学大会二等奖

2003年12月2篇论文获北京市高等学校体育科学论文报告会一等奖

负责人：

主要贡献：

1. 参与组织“健康与文化并重的公共体育课程建设与改革”总体方案设计。

2. 组织设计了“大学体育文化课”方案：该课程方案内容新、范围广、层次高、体育文化韵味强；主讲人由校内外体育领域知名人士组成（如校外知名人士，何振梁、张发强、马国立等）。

3. 主编大学体育文化课教材《大学体育文化教程》（该教材已由教育部全国高等学校体育教学指导委员会审定通过为普通高等院校公共体育课教材）：首先组织编写大学体育文化讲义，并在实践的基础上形成正式教材，2004年8月由北京体育大学出版社正式出版。该教材共分四篇，即：体育文化篇、健康知识篇、锻炼健身篇、运动赏析篇。其主要特点是：(1)体现了“健康第一”的指导思想；(2)突出了体育文化特征；(3)突出以人为本，满足学生个体发展的需要；(4)对学生自主锻炼具有实用性和可操作性；(5)内容版式新颖。正在编写与制作《大学体育文化教程》电子教案和讲义。

4. 设计并组织实施了学生“宿舍体育”健身计划工程：针对男、女大学生健身特点，合理为其配置“宿舍健身体育器材”，并组织购买发放。为学生营造了良好的体育锻炼氛围，受到学生好评。

5. “大学体育文化课”主讲教师之一：积极进行教学内容和教学方法的改革，制作相应的教学课件，注重理论联系实际，大大提高教学效果，已为数千名学生授课，受到学生好评。

6. 注重教学与科研的结合：结合运动与健康的教学与研究，本人承担并主持了全国教育科学“十五”规划教育部重点课题“体育运动与大学生心理健康发展的研究”项目，并在核心刊物等发表相关论文7篇，同时将这些科研成果及时转化，指导教学实践，使教学更具针对性和实效性。

完成人序号： 5

完成人姓名： 姚明焰

完成人性别： 女

出生年月： 1964年12月

最后学历： 研究生

参加工作时间： 1986年8月

高校教龄： 18

专业技术职务： 副教授

现任党政职务： 院长助理

工作单位： 北京师范大学体育与运动学院

联系电话： 58807842

现从事工作： 学校体育教学与训练

电子邮箱： ymy1964@sohu.com

通讯地址： 北京师范大学体育与运动学院

邮政编码： 100875

曾受奖励： 2003年一篇论文获中国学校体育科学大会二等奖

1995年北京师范大学青年教师教学基本功比赛一等奖

负责人： ..

主要贡献：

1. 负责管理北京师范大学公共体育课程建设与改革方案的实施。
2. 组织并参与特色健身健美课程方案的设计、教学内容的创编、教师培训及教材编写：创编了特色健身健美课程“女子基本姿态”及“身体基本律动”两大部分4套动作，并在教师岗前培训中圆满完成教授任务。《特色健身健美教程》教材目前正在编写中。
3. 负责“学生体质健康研究咨询中心”的建设：结合“健康与文化并重的公共体育课程建设与改革”的精神和要求，研究设计北师大本科学生9项特色指标，组织并参与本科学生体质健康的测试和研究工作，建立了本科学生体质健康数据库，为长期动态观察学生体质健康状况奠定基础，并为公共体育课程建设与改革提供参考。
4. 16年不间断地担任公共体育课程的教学工作：主讲课程为健身健美课和“三自”教学课的女生形体健美课。教学上，本着“科研促教学”和“健身

育人”的指导思想，积极进行教学内容、教学方式和方法的改革与研究，教学成效显著，同时撰写并发表相关论文如“关于高师女生形体课教学模式的探讨”、“健身健美操影响学生锻炼行为及形态素质的实验研究”、“表象演练在健身健美操教学中的应用”等。该课程深受学生的喜爱并获得好评，学生对该课程的评价成绩平均为4.7分。

单位序号： 1

单位名称： 北京师范大学

主管部门： 教育部

联系人： 李艳玲

联系电话： 58801806

传真： 58807845

电子信箱： bell@bnu.edu.cn

通讯地址： 北京师范大学教务处

邮政编码： 100875

添表时间： 1899-12-30 ..

主要贡献：

北京师范大学体育与运动学院在体育主管校长和教务处的具体指导下负责对北师大体育与健康课程进行整体设计和组织实施，体育学院主要完成以下工作：

1. 设计“体育文化课程”的内容并聘任教师，组织教学。
2. 编写出版了《大学体育文化教程》教材。
3. 设计“健身健美课程”，培训教师聘任上岗，组织教学。
4. 设计“三自教学”，安排授课内容，组织实施，制定评价内容和体能考试的内容与标准。
5. 组织学生自主锻炼的管理体系，协助设计有关电子管理系统。
6. 设计宿舍体育内容，选购宿舍体育器材，设计宿舍体育比赛与评比内容。
7. 设计全员运动会比赛项目、规程并组织实施。
8. 设计“健身路径”的项目并组织实施。
9. 开设学生运动俱乐部并进行管理。
10. 建立体育图书馆与体育网页。
11. 建设学生体质健康研究咨询服务中心并进行日常管理、测试、研究和咨询工作。

共有0条留言

笔名: [会员登录后才能留言! 不是会员请先注册!](#)

留言:

提交

留言由版主[审核后](#)才发布, 请不要重复留言!

相关文章:

- [高校教材](#)
- [体育经纪导论](#)
- [球类运动——乒乓球 手球 垒球 羽毛球](#)
- [保健体育](#)
- [体育史学习指导书](#)
- [大学体育健康基础理论与实践教程](#)
- [休闲娱乐体育](#)
- [《体育与健康·高中》第五册](#)

热门文章:

- [关于举办第二期全国学校体育教师定向运动..](#)
- [浙江省高职高专体育课程教学改革与特色建..](#)
- [欢迎报考上海交通大学体育教育训练学研究..](#)
- [关于申报2007年全国学校体育场馆向公众开..](#)
- [关于做好2008年初中毕业升学体育考试工作..](#)
- [教育部办公厅 国家体育总局办公厅 共青团..](#)
- [关于“双百”评选活动的郑重声明](#)
- [2007双百评选评选结果公示](#)

• [投票调查](#) • [交通路线](#) • [关于本站](#) • [本站动态](#) •

[教育部全国高等学校体育教学指导委员会](#) [全国中小学体育教学指导委员会](#)

版权所有© 2004 沪交ICP备05064