

中外大学体育教学模式分析与我国大学体育教育的创新发展

李欣 韩新君

(北京工业大学 体育教学部 北京 100124)

摘要:通过对中外大学体育教学模式的比较、分析,揭示出我国大学体育教育工作存在的相关问题。以终身体育思想、学有所用为导向,提出了有效提高学生身体素质、优化体育课程设置、注重自主锻炼发展、提高师资水平、适应体育社会化趋势等推动我国大学体育教学创新发展的建议。

关键词: 中外大学 体育教学模式 分析 创新发展

中图分类号: G807.01 文献标识码: A 文章编号: 1007-323X(2015)06-0111-04

DOI:10.13830/j.cnki.cn44-1129/g8.2015.06.029

The Analysis of Sports Teaching Mode at Chinese and Foreign Colleges and the Innovative Development of College P. E. in China

LI Xin, HAN Xin-jun

(The Physical Education Section, Beijing University of Technology, Beijing 100124, China)

Abstract: Through the comparative study and analysis of the sports teaching model at Chinese and foreign colleges, the relevant issues are put forward in our physical education. As the guide to Lifelong sports thought and Learning to use. In order to promote innovative development of College Physical Education in our country, elaborated the related measures of improving students' physical quality effectively, optimizing sports curriculum, pay attention to self exercise, enhancing the level of teachers and adapt to the trend of sports socialization, etc.

Key words: Chinese and foreign colleges; Sports teaching mode; Analysis; Innovative development

体育课程是为了使学生获得身心全面发展以适应社会需要而设置的,它既包括体育理论知识的传授,也包括反复的肢体练习;既包括课堂教学,也包括了课堂以外的各种体育教学活动。大学体育教育是学校体育教育的最终阶段,也是奠定终身体育意识的最关键环节,强调体育对人的全面发展的重要性,改革创新我国大学体育教育,真正实施终身体育的思想,是培养高素质人才、乃至提高全民族文明程度的必然途径。

1 国外大学体育教学模式分析

由于教育制度、文化传统和经济发展水平等方面存在的差异,各国体育教学在目标、内容和评价上各具特色。不过,由于

体育教学发展本身所固有的规律性,各国体育教学在发展过程中存在着许多共同的特征。譬如:国外大学普遍重视竞技运动项目的教学,而教学内容的多样化和弹性化也是他们共同的特点。

1.1 国外大学体育教学的核心理念

健身体育及终身体育是国外大学体育教学工作的基本宗旨,贯穿于实施教育的全过程。国外高校体育教学注重学生的个性发展,尤为注重培养学生创新能力,满足学生的个性需求,在增进学生身体健康的同时,注意培养他们从事体育锻炼的意识、习惯和能力^[1]。在德国,每一学期开始时,大学都会对该学期的体育教育计划进行公示,以期学生根据自身喜好、兴趣、特

收稿日期: 2015-09-18

作者简介: 李欣(1963-),女,教授。

研究方向: 普通高校体育基础课、专业课教学及体育科研

长等选择合适的体育运动。体育教学的指导思想是内容丰富、项目多样,充分体现体育运动的特点。美国是体育教学内容弹性最大的国家之一,其教育理念为从学生身心特点出发,促进学生积极进取和团结合作精神的培养,同时加强体育教学内容与社会生活的紧密联系,令学生学有所用。培育学生的自主锻炼能力,使体育锻炼成为其生活方式,是美国大学体育教育的灵魂。基于上述理念,美国产生了较有代表性的四种体育教学模式:竞技体育教学模式、培养学生对个人和社会责任感的教学模式、体育健身教学模式和体育与其他学科相结合的教学模式。此外,美国的诸多院校设有专门的体育娱乐部门,这类部门主要负责组织校内体育运动活动,并且鼓励除学生之外的教员、家属、社区居民等参加,从而使体育运动的普及率和社会认知度显著提升。

面对社会经济飞速发展给人类健康所带来的诸多挑战,重视和有意识的强调快乐体育及人文体育已成为国外大学体育教育工作的又一重要特征。日本大学十分注重学生学习的自主性,强调体育教育要在满足学生学习需求的基础上,使其充分体验运动的乐趣,从而培养具备优秀知识能力、热爱运动的综合型人才^[2];新加坡非常重视体育教育对学生心理的影响,其大学体育教学完全采用俱乐部形式,学生可自由选择感兴趣的体育运动,大学还在校园内营造高雅的体育文化氛围,充分体现人文体育的精神。

法国、比利时、奥地利等国家,由于受杜威教育思想影响,在教学模式方面与美国接近,以学生为中心,重视发展学生的主动性、创造性,培养学生的独立思考能力和表现力、创造力,教师则主要起帮助和辅导学生的作用。

1.2 典型国家大学体育教育的课程设置

在美国,各州制定教学大纲,部分学校实行两年制体育必修课,后两年为选修课,大部分学校实行一年制必修课。各州的高校体育课程目标设置不尽相同,但总体上围绕以下内容进行^[3]:提高运动技能,增进体质健康水平;培养终生体育意识,养成良好体育习惯;培养学生对体育的良好态度。在注重学生的个性化发展和创新能力培养的同时,有意识的降低运动项目难度和运动负荷对不同学生群体的影响,使项目更加适应学生身心特点,便于其参与,实现开发学生行为能力的教学目的。



图1 德国的体育课程模式

图1列出了德国不同学派的三种体育课程模式。模式一是开展多种多样体育项目的课程模式,这种模式基本上不改变原有运动项目规划和要求,但学生可以从中选择自己喜爱的项目,以这些运动项目为教学内容;模式二着力于开发运动行为,使这些运动项目的强度和运动负荷降低以适应学生的个体特征与兴趣爱好;模式三强调体验、参与、学生的身心完善及社会

实践,重视交际能力的提高,对学生参与的重视程度远高于对技术技能的要求。在教与学的关系上,尤其重视学生引导作用的发挥。不同学派的三种课程模式都是重视以人为本,着重强调学生课内外的体验和参与。

英国体育课程标准强调:体育课程要在精神、道德、社会、文化、技能等方面促进学生的学习和发展。既重视学生的个性发展,又重视学生的基础训练,最终要达到发展学生个性与能力的目的。英国高校体育课程的设置内容一是与体育专业高度关联;二是注重科学研究能力的早期培养,锻炼塑造学生的研究能力,在提高学生体育专业素质前提下逐步开展教学活动;三是强调技术与实践的结合,在下一项内容练习之前安排必须进行课程理论方面的讨论和总结,先用脑、再动手。

1.3 国外大学体育教学模式的特征分析

国外大学体育教学模式灵活多样、针对性强,与我国不同的是,对能力的培养是其显性目标,即体育能力的培养不再仅仅依附在动作技能传授的背后作为附属目标而存在,而是作为体育教学的直接目标放在了教学的最前沿。

1.3.1 学生积极参与为主、以培养能力为中心

注重以学生为本,强调运动体验与感受。围绕着“增进健康、增强体质、通过体育道德教育发展学生个性、形成良好的社会行为、增加学生体育兴趣和体育能力”着手制订体育教学内容,使教学指导思想及课程目标体系日趋完善且内容不断充实。德国的斯图加特大学为满足2万余名学生学习、参与体育活动的需要^[3],将学校体育划分为4种类型,设置了近六十个项目,其中竞技类项目22项,为36.67%,格斗类项目11项,为18.33%,闲暇类项目8项,为13.33%,健身类项目19项,为31.67%。这些举措正是学生积极参与为主、保证能力培养的具体体现。

1.3.2 课程内容多样化,注重学有所用

纵观各国体育课程设置,无不体现出学有所用的教学思想,通过学校体育培养学生学有所用的意识,发展学生的健康体质,已成为各国共识,而教师所起的作用,是不断鼓励和帮助学生进行探索,为促进学生对运动项目与兴趣的全面性,教学活动不限于课堂而是延续到课外,突破课堂教学的常规,向多样化、实用化方向发展,使学生真正感受到学有所用。为学生选择适合他们的运动项目和运动方式,使学生能够充分享受并且体验到体育学习中的乐趣,并能在工作和生活实践掌握、展示、运用他们所学到的体育基本技能。

1.3.3 筑牢终身体育的基石

国外大学体育教育普遍形成了这样一种观念,体育教学内容中应融入大量具有终身体育性质的项目,也就是说:注重体育教学对身体健康的促进作用,是各国在选用体育教学内容时考虑的首要因素,其主要目的,无疑是为了让学生们养成终身体育的良好习惯。

2 国内高校公共体育教学模式分析

新的《全国普通高等学校体育课程教学指导纲要》,引领了大学体育课程在课程性质、课程设置、课程结构、课程目标等方面不断加快改革步伐,如:指导思想向“健康第一”的转移,“学科中心论”向“人本主义教育理念”的转移,学生由“被动学习”

向“主动学习”的转移等。十余年来,我国高校公共体育教学工作取得了长足的进步。但是,众多问题的存在是不容回避的。

2.1 国内高校公共体育教学的负面特征

2.1.1 改革方向偏失

一方面,体育课程目标务虚过多,特别是缺乏对体育课程本质的专注度;另一方面,推广健身体育及终身体育易出现极端化,甚至有“以军代体、以劳代体”现象,将大学体育教学庸俗化。

2.1.2 教学指导思想偏离

教师对体育教学理念的领悟存在相当差距,片面强调“终身体育”、“快乐体育”导致教学指导思想中忽略“以运动技能为基础”的基本准则要求,学生不愿掌握并也掌握不了最基础的运动技能,无法培养学生的表现力和责任感,既达不到学有所用,更谈不上终身体育。

2.1.3 学生主体性发展、学生的独立性和创造性受到限制

教师主导体育课,在教学过程中居绝对统领地位,学生被动的接受,忽视了学生体育能力和个性的培养,学生的主动性和积极性被极大地压制。

2.2 影响国内高校公共体育教学的问题因素分析

上世纪50年代起,我国体育教学几乎全盘照搬前苏联的凯洛夫教学模式,直至80年代,以凯洛夫教学模式为基础、融入传统体育思想与方法,形成了所谓的“混合型”模式并占绝对主导地位。上世纪90年代后,体育教学改革不断发展,特别是新课标的实施打破了以单一思想和理论一统天下的体育教学局面,初步建立了体育锻炼与卫生保健教育相结合的教学体系。但是,我国大学生身体素质水平逐年下降已是不争的事实,如:肺活量水平、速度、爆发力、力量耐力素质水平连续20余年下降,高校体育教学存在的诸多“瓶颈状”问题愈发呈现。

2.2.1 客观因素分析

受高校教学体系的影响,公共体育课教学时间短且承担众多课程目标,一周两学时教学基本不能满足需求,教学效果可想而知。基于我国的特殊国情,大部分学生在中小学阶段的体育基础很差,进入大学时,身体素质发展的灵敏期大多已经过去,体育运动的可塑性受到很大限制;就业、出国等功利性教育需求的误区也使得学生对体育课的兴趣不大,形成不了“自觉体育”的氛围。

2.2.2 主观因素分析

陈旧思想和传统观念是影响当前高校体育教育改革创新发展的另一重要原因。首先,体育课程标准距“立足学科本质功能、结合实际”尚有较大差距,给出了中、美体育课程目标的比较情况^[5]。(见表1)

美国的五条目标非常具体的围绕身体活动描述,对经受体育教育后,学生在基础知识、运动能力、运动习惯方面应该取得的进步提出了明确要求,也体现了以学生的需要作为出发点、“以人为本”的教育理念。反观我国的新课标,在目标描述上缺乏足够的体育学科特色和要求,实际指导意义不够,也缺乏操作指导性。譬如“具有良好的心理品质,表现出人际交往的能力与合作精神”之类的要求,无论对教师的课程设置还是学生的体育实践指导,都显得极为牵强。

其次,忽视基础理论知识,教学内容形式单一。现阶段我

国高校体育教学中,轻视基础理论知识的现象相当严重且具有普遍性,这也导致了学生接受知识的随意性和盲目性。另外,教学内容呆板、千篇一律,既达不到实际可用,也使“健身体育”、“终身体育”都成为一纸空谈。

再者,几十年沿袭下来的传统观念和方式,其本质就是否定与排斥自然主义体育思想和体育的娱乐性。体育教育作为促进大学生德、智、体全面发展的一个重要内容,一方面要培养学生良好的组织纪律性,但更重要的,是要凸显体育自身拥有的活泼、兴趣、灵活、自信等特点,全方位的促进学生的身心健康。无论是师资水平低、教学方法陈旧,还是过于强调运动精英,用运动水平高低衡量学习效果,其结果都是导致相当一部分学生对体育教学产生厌倦情绪,完全不适应于当今国家的发展与人才培养。

表1 中、美体育课程目标的比较

中国新课标颁布后的课程目标	美国《美国国家体育标准》修订稿
通过体育与健康课程的学习,学生将: (1) 增强体能,掌握和应用基本的体育与健康知识和运动技能; (2) 培养运动的兴趣和爱好,形成坚持锻炼的习惯; (3) 具有良好的心理品质,表现出人际交往的能力与合作精神; (4) 提高对个人健康和群体健康的责任感,形成健康的生活方式; (5) 发扬体育精神,形成积极进取、乐观开朗的生活态度	通过体育与健康课程的学习,学生将: (1) 展示多种运动技能和运动形式,以适应进行各种体育活动的需要; (2) 展示对于运动的概念、原则、战术和策略的理解,从而使其应用于体育活动的学习和演示; (3) 定期地参加体育活动; (4) 达到并保持一种不断增进健康的体育健身水平; (5) 展现有责任感的个人和社会行为,在体育运动过程尊重自我和他人。

3 我国高校公共体育教育的创新发展

产生于不同体育教学思想和体育教学实践的中外体育教学模式,各有其自身的独特属性。理性地“拿来”国外体育教学模式的合理成分、积极因素和进步之处,无疑可助力于我国高校公共体育教育的创新发展。

3.1 将有效提高学生身体素质作为首要任务

目前我国相当一部分中小学的体育基础教育不完善、不规范,造成大学生在中小学阶段未能养成良好的体育习惯且身体素质较差。人在18-21岁时,身体素质的发展已进入缓慢增长期,身体的各部分形态也发生了较大变化,加上心理因素的影响,学生参加体育锻炼的兴趣、积极性普遍不高,这种状况已成为制约我国高校公共体育教学有效性和创新性的桎梏。

有效提高学生身体素质,要注重实践性、灵活性、综合性及全面性的合理衔接。首先要保证教学计划和课堂安排的大多数时间用于体育活动实践;其次是灵活性,根据教材的性质和学生达成学习目标的状况等,对教学内容和课时比例进行适当调整;再者是综合性,一方面重视学生运动技能和知识的掌握,另一方面要关注学生适应能力的提高;最终是全面性,在综合提高学生运动能力基础上提高学生身体素质。国外在提高大学生身体素质方面有许多好的范例,美国一些高校中采用了“结合项目运动实施素质训练”的教学方法,如:用半节篮球课来练习速度,方法为体能、体型状况接近的两人一组,教师抛

球,学生抢球,即便把球抛远点,学生也会很努力地去追,没抢到球的学生心甘情愿按课程规则去跑一圈篮球场,这样的教学效果远高于单纯的30米加速跑。学生在整节课里能达到一定的运动量与强度(包括运动的持续时间、练习的密度、强度等),也是提升其身体素质的有效途径。在一节羽毛球课中,学生能有30分钟以上的时间在激烈的对抗中练习(如高远球练习、结合步伐的前后场球练习等),其身体素质提高是指日可待的。

3.2 优化体育课程设置,注重自主锻炼发展

教学模式是在一定的教学思想和理论指导下,围绕着某一主题及涉及的各种因素和关系对教学结构的组合方式。目前我国推行的体育课仍是强制性的“1+2”教学模式(每周1次体育课,2次课外体育活动),课外体育活动虽具有自主锻炼的因素,但缺乏场地、器材的保障及教师的指导。如何优化课程设置,达到素质教育的“整体育人”效应,德国大学的健身体育教学模式呈现了很好的范例。

德国大学的健身体育教学模式包括了各种各样的体育活动和锻炼者的自我调节、自我控制能力培养^[4],教学方式开放、宽松,学生可根据身体状况、兴趣爱好、运动能力、愿望要求等,划分健身训练小组或混合组,因人而异、区别对待。这种课程设置方式也便于教师发挥专长、因材施教进行有效的指导。体育场馆设施的适用性是健身体育教学的基础,德国大学的设施以小型为主,实用性且多功能,利用率非常高。此外,夏季体育、冬季体育、假期体育是德国学校体育的又一闪光点,其不仅延续了学校体育活动,满足了锻炼者运动的愿望和需求,同时也避免了学校体育场馆、器材设备闲置的现象。

与发达国家相比,我国学校体育场所、器材的人均资源严重不足。优化体育课程设置,注重自主锻炼发展,在充分发挥体育教师的指导作用和学校体育团体的组织作用,营造和谐健康的体育氛围同时,必须加强学校体育场馆设施的建设、维护及管理,扩展运动空间,提高利用率,延长使用寿命。此外,在尽可能的条件下,高校应加大体育经费投入,或者寻求利用社会体育场所设施的途径及措施。

表2 上海35所本科院校分学科教师职称及比例

类别	专任教师数量	正高级人数 (相应比例)	副高级人数 (相应比例)	中级人数 (相应比例)	初级人数 (相应比例)
所有学科	37490	6191 (16.5%)	11479 (30.6%)	16332 (43.6%)	3488 (9.3%)
教育学	3235	246 (7.6%)	726 (22.4%)	1605 (49.6%)	658 (20.4%)
大学体育	1094	56 (0.5%)	298 (27.2%)	559 (51.1%)	181 (21.2%)

3.3 提高师资水平、适应体育社会化发展趋势

要使“以人为本”的理念和“健康第一”的指导思想在体育教学实践中落到实处,拥有一支对事业有高度责任感,知识结构、教学水准符合社会化创新发展要求的师资队伍是必不可缺的。

表2是上海本科院校大学体育师资配备与职称方面的统计对比情况^[6]。由此得知,尽管体育教师的中级职称和副高职

称比例接近其它教育学科,但在正高级职称方面相差悬殊,一方面表明大学体育教师在个人发展方面遭遇瓶颈,另一方面也说明最高层次的体育师资培养远远落后于其他学科,这种现象绝非上海一个城市独有,任其发展下去,我国高校公共体育教育的创新发展只能是一句空话。

大学体育教师的师资水平主要体现在两个能力上:一是从事体育教学工作的研究及综合应用能力,即体育教学能力;二是从事体育学科的研究和综合应用能力,即学科学术能力,二者相辅相成、相互促进,缺一不可。但目前体育教师的考核、职称晋升中,更多的是强调参加科研与发表论文、专著等情况,教学水平的高低反而不被重视,这是必须要加以纠正的。

提高师资水平,就是要提高教师在教学、科研、训练等活动时所表现出来的发现和综合应用的能力,要从“体育教学过程的互动性、教学方式的启发性、教学方法的多样性和教学手段的现代化”等方面有效提高体育教师的履职水平。此外,有计划地开展各类体育教学研究活动,加强体育教学质量监控,组织校外专家对教案和实际授课开展同行评价,开展教案评比、教学成果展和教学比赛等活动,都是提高师资水平的有效举措。

大学体育的社会化体现在服务社会的有效性、多样性等方面。校际间的传统体育赛事,像具有悠久历史的牛津、剑桥赛艇会,突破了只从事学生公共体育课的教学和课外体育活动的狭小空间,对社会发展和人文素质的提高产生了很大的影响;我国部分高校借鉴美国NCAA的做法,开展社会化的阳光体育活动竞赛体系建设,也对社区体育文化建设起到了很好的推动作用。高等学校拥有比较完备的体育设施和教学、训练、科研等方面的专业人才,在学校体育与社区体育一体化方面,可以尝试建立多样化的社会培训、咨询指导、赛事组织平台等;在体育科研服务方面,应积极开展创新研发和技术服务;在学校体育产业发展方面,可着力打造属于自己的品牌赛事,为社会创造更丰富的价值。

参考文献:

- [1] 潘玉梅. 中外大学体育教育的比较[J]. 经济研究导刊, 2012(25): 286-287
- [2] 付占国, 习羽, 李强, 等. 美、澳、加、日学校体育与我国中外合作办学体育的比较及启示[J]. 中国成人教育, 2011(15): 102-104
- [3] 范春来. 中外高校体育课程目标及实现途径的比较分析[J]. 黑龙江高教研究, 2008(6): 73-74
- [4] 王海源, 刘政潭. 德国大学健身体育的特点及对我国学校体育改革的启示[J]. 山东体育学院学报, 2006(10): 104-105
- [5] 冯海波, 杨国庆, 刘文魁. 中外体育课程目标比较分析[J]. 运动, 2010(15): 78-79
- [6] 朱询韬, 陈林华. 我国大学体育发展战略研究[J]. 体育文化导刊, 2013(2): 104-105