

【高等教育研究】

# 21 世纪中国大学体育教学的改革与发展

许同海

(长安大学 体育部, 陕西 西安 710061)

**摘 要:** 从反思传统体育教学内容和课程体系入手, 用辩证发展的观点确立大学体育课程内容选择和体系建立的标准, 以建构适应未来中国大学体育教育发展的新模式。

**关键词:** 大学体育; 教学内容; 课程体系; 改革; 发展

**中图分类号:** G807.01 **文献标识码:** A **文章编号:** 1671-6248(2002)01-0074-03

## Reform and Development of Teaching of Chinese High Institution P. E. in 21<sup>st</sup> Century

XU Tong-hai

(Physical Training Department, Chang'an University, Xi'an 710061, China)

**Abstract** By thinking over the teaching contents and curriculum system of traditional P. E., we used the dialectic and developed viewpoint to establish the standard of choosing teaching contents and setting up curriculum system of Chinese high institution P. E., in order to construct the new mode which will be fit for the development of Physical Education in universities in China.

**Key words** high institution P. E.; teaching contents; curriculum system; reform; development

随着 21 世纪的到来, 中国高等教育的改革与发展步入全球性教育的行列, 正在向现代化和国际化迈进。作为高等教育重要组成部分的体育教育的改革与发展, 也引起了广泛的关注。由于中国高等体育教育长期受计划经济和前苏联体育教育模式的影响, 严重滞后于中国经济和其他学科教育的发展。尤其是教学内容和课程体系的改革成效不大, 教材知识陈旧, 内容重复, 课程体系老化等状况远没有得到解决。教学内容和课程体系是高等教育的核心, 是影响人才培养的关键。本文试以 21 世纪人才综合素质的培养为立足点和出发点, 研究、探讨与中国高等教育发展相适应的大学体育教学内容和课程体系, 充分发挥大学体育教育在人才培养质量与培养规格方面的功能和作用。

### 一、对传统体育教学内容和 课程体系的反思

传统体育作为一种完整的文化构体, 与当时的

教育环境及社会制度、人文精神发生着普遍而深刻的联系, 在此基础上形成了自身独特的生存机制和发展模式, 为 21 世纪的发展准备了条件。中国大学传统体育教育以传授体育知识、技能、技巧为主, 课程体系和教学内容单一、陈旧, 缺乏全面性和时代感; 片面强调统一、服从、规律和共性, 而排斥多样性、选择性、主动性和个性; 过于注重对学生完成动作质量和数量的身体练习, 而忽视体育在文化、教育、娱乐等方面的功能。其结果不利于学生个性的张扬和人格的健全, 也不利于学生优秀品质的形成和创新精神的培养。

传统的体育教学内容和课程体系尽管对当时人才的培养起到了积极的作用, 但随着大学教育整体改革与发展, 以及中国加入 WTO 以后世界文化广泛交流的新格局下, 那种忽视学生的心理需求和社会需求, 追求“技艺性”的传统课程体系便暴露出它的弊端。究其原因, 传统的体育课程过多地强调本学科的独立性和特殊性, 而没有把体育真正看作是对

世界优秀文化筛选、传递、活化的过程。因此,它难以与 21 世纪大学生的知识层次和对体育文化内涵的追求保持同步,也无法满足这一群体强烈的求知欲和创造欲。这种严重的滞后性势必影响对新世纪人才综合素质的培养。

## 二、体育教学内容和课程体系的建立与选择标准

现代大学体育教学内容和课程体系的建立与选择,应根据 21 世纪高级人才素质结构和具有鲜明时代特征的素质教育的要求,能直接反映育人目标以及教育改革和发展的综合化趋势为标准

### (一)体现高级人才的培养目标和素质结构

21 世纪大学体育教育目标应由单纯的生理性目标、技术性目标向多元化发展,成为自然性、社会性、文化性、经济性,以及认知、情感、意志、行为等方面高度结合的统一体。因此,未来的大学体育课程体系改革应注重现代教育目标和现代人才素质构成的八点要素:(1)健壮的体魄与全面发展的机能;(2)合理的知识结构与现代的思维方式;(3)积极的进取精神与强烈的竞争意识;(4)创造性的思维能力与勇于开拓的精神;(5)顽强的意志品质与良好的心理素质;(6)较强的预测能力与适应各种复杂环境的应变能力;(7)较高的组织才能和联络才能;(8)高尚的道德情操和善度余暇生活的能力。

课程体系由现行的基础课、专项课、选项课、理论课,重新设计为集群式结构体系,即:(1)理论与欣赏;(2)娱乐与健身;(3)技术与技能;(4)竞技与训练;(5)康复与保健;(6)单项俱乐部。

### (二)体现现代学科发展和课程设置普遍综合化的趋势

现代大学教育改革的深入发展,各学科在高度分化的基础上出现了高度综合的趋势,各个学科之间相互交叉、相互渗透,越来越紧密地联系在一起。大学体育改革与发展的必然趋势,也是向社会各个方面渗透,与相关学科紧密结合在一起,不能认为只是单纯的身体练习。因此,大学体育教育应当转变以体育学科为中心的思想,加大理论课的比重,实施包括生理卫生、心理健康、身体锻炼、生存自救、文化与欣赏、休闲与娱乐等教育内容为主的综合化的体育文化素养教育和健康生活方式教育。

### (三)体现体育教学内容与素质教育的紧密结合

素质教育是现代社会人才培养的重要手段,也是现代教育改革与发展的必然趋势。现代高等体育

教育是一门融生理学、心理学和社会、行为科学为一体,即兼有自然、社会、人文等科学的综合性学科,它必然渗透于对大学生综合素质的培养。如何将 21 世纪大学体育教学内容的改革融入素质教育之中,笔者认为应考虑以下几点因素

1. 弘扬奥林匹克精神,提高大学生的思想素质。作为奥林匹克思想体系的主要内容,互相了解、友谊、团结和公平竞争的精神一直为奥林匹克运动提供着一种崇高的文化氛围和精神境界。更快、更高、更强的格言,一直激励着各国运动员和全世界的青年去拼搏、去奋斗。如今,这种精神已成为全世界的共同财富。如果将奥林匹克运动的起源、演变、发展的过程与其思想体系的精髓纳入大学体育课程的理论教学内容,就可以在弘扬奥林匹克精神的基础上,培养学生祖国至上的爱国精神、忘我牺牲的奉献精神、百折不挠的拼搏精神、整体作战的协作精神和不断进取的创新精神,大力提高学生的思想素质。

2. 发挥主体优势,培养学生的创新精神和实践能力。创新和实践是体育的重要特征之一,从一定意义上讲,体育就是在创新和实践中发展的,新的体育教学内容、方法、手段和新的运动项目不断涌现,都是创新的结果,没有创新和实践就没有体育。没有创新和实践,就没有体育的发展,就没有今天如此恢宏壮观的奥运大聚会,就没有魅力四射,吸引十几亿人如痴如醉地观看和欣赏的“大力神杯”足球赛。大学体育的创新不仅十分丰富,而且十分生动,在教学实践中,改变动作的形式、路线、时间、程序、数量、组合等,都具有创新的意义。因此,在 21 世纪大学体育教学内容的创新和设计中,吸取国外体育教育的经验,根据学生的心理需求,并在其参与和设计下,因地制宜,运用改变规则,扩大或缩小场地、器材等手段,同一目标采用不同的方法和途径去实现。这就给学生提供了丰富的想象和广阔的创造空间,而这种创造既在运动实践中进行,又在运动实践中受到即时的检验,发挥了主体优势,培养了学生的创新精神和实践能力。

### (四)体现体育教学内容的娱乐性、合作性和社会价值

现代大学体育教育既是精神文化,又是物质文化,其教学内容的选择在继承民族性、竞技性、健身性的基础上,更应注重它的健美性、娱乐性、合作性和欣赏性,注重社会价值(体育舞蹈、艺术体操、交际舞、跆拳道、球类项目等)。具有浓厚的娱乐性、趣味性和合作性的教学内容,更容易使学生产生愉快、兴

奋的积极情绪,并使学生的体能和情感得以淋漓尽致地挥发。美国心理研究人员通过动物实验发现,喜欢在滚轮上走动的老鼠,其大脑内的海马体上会长出新的细胞。研究人员认为,人们如果能够愉快地、坚持不懈地参加运动,就能促进大脑内的海马体上生长更多的细胞,这些细胞会给人的思维、感觉、反应等提供物质基础,从而使人变得更灵敏、更聪明。如果这种在练习中形成和完善的情绪情感积极而有效地影响整个活动,并成为个体心理过程的一个重要方面,就能使学生具有开阔的胸怀,热烈而丰富的情绪情感,活泼而开朗的个性,使之心理更健康,人格更健全。

(五)体现体育教学内容的竞争性、刺激性和对抗性

在教学内容的选择上,还应注重融竞争性、刺激性和对抗性为一体的集体项目(篮球、足球、手球、橄榄球、冰球、游戏等)。其激烈竞争的过程,就象是一场场活生生的成人社会的预演,参与者在与同伴的团结协作和融洽相处中,在发挥个人的潜能和智慧的过程中,通过自身和集体的努力取得竞争的胜利,品尝着成功的喜悦,经受着失败的痛苦,挖掘着自身的潜能,宣泄着内心的不快,体验体育的精神、价值和乐趣,从而获得一种深层次的心理成就感,并通过“内化”对身心活动的物质基础加以强化,在加速机体自觉构建、改造和完善的同时,促进学生综合素质的协调发展。

综上所述,21世纪中国大学体育教学内容和课

程体系的改革与发展,必须适应未来人才的综合素质和创造能力的要求,充实和完善大学体育的内涵和功能,重视和弘扬学生的主体性,建立和追求教学内容的实用性、娱乐性、健身性、文化性和兴趣性的现代学科体系,才能改变以竞技技术为中心的传统体育;只有立足系统设计、科学选择、整体推进,才能实现21世纪中国大学体育教育的现代化和国际化。

### 三、结 语

21世纪的大学生是中国可持续发展战略所需要的重要人才资源,其综合素质的提高,将对中国国民整体素质的提高产生深远的影响。建立适应21世纪中国大学体育教学内容和课程体系是一项复杂的系统工程,也是一项长期、艰巨的任务。因此,通过体育教育扩大学生学习的范围和领域,提高他们的体育文化素养和综合素质,乃是当前中国大学体育教育改革与发展的重点。

参考文献:

- [1] 黄力生.大学体育进行整体改革的探讨[J].学校体育科学,1998,(2).
- [2] 毛振明.关于体育教学目标讨论的思考[J].学校体育科学,2000,(1).
- [3] 周登嵩.21世纪初中国学校体育教学的发展趋势与对策[C].第六届全国体育科学大会论文摘要汇编,2000,(1).

(上接第67页)

务部门要建立教师德育培训档案,制定配套的培训计划和方案,把师德培训纳入教师职业培训计划,使全体教师在德育要求和规范方面有一个再学习、再认识的培训机会。对新上岗的新教师举行二周的培训,以社会主义市场经济条件下师德要求和师德规范为切入点,进行师德教育;同时建立新教师的带教制度,配备带教老师,把师德教育寓于教师业务培养之中。另外,在中青年教师和学科带头人的培养中,

应及时地加强师德培训的内容,使这些骨干教师和学科带头人不仅成为业务上的尖子,而且成为以德修身的标兵和德高望重的楷模。

参考文献:

- [1] 孔丘.论语[M].上海:中国书店,1982.
- [2] 蔡元培.中学修身教科书·教员[A].蔡元培全集(第二卷)[C].北京:中华书局,1984.
- [3] 荀况.荀子[M].上海:中国书店,1982.