

# 新时期大学体育课程内容体系的改革与实践

陈邦军, 郑立红

(武汉工程大学, 湖北 武汉 430205)

摘要:根据教育部2002年8月12日颁布的《全国普通高等学校体育课程教学指导纲要》,从课程体系目标、课程体系内容结构、课程教学方法等方面进行改革实践,突出以学生为主体、健康第一的教育指导思想,优化体育课程结构,提高体育课程教育质量,构建适合新时期大学体育课程的内容结构体系。

关键词:体育课程;内容结构;实践研究

中图分类号:G642.0

文献标识码:A

doi:10.3969/j.issn.1674-2869.2010.04.025

## 0 引言

2002年8月12日教育部颁布了《全国普通高等学校体育课程教学指导纲要》(以下简称《指导纲要》)。该《指导纲要》是根据1999年全国第三次教育工作会议精神和《中共中央国务院关于深化教育改革全面推进素质教育的决定》,以面向世界、面向未来,同时又充分考虑现阶段我国学校体育教育的现状而制定。该《指导纲要》的颁布,对我国普通高等学校在新时期适应新形势,加强体育工作,提高全民族素质,对学生进行素质教育,培养学生的创新能力,进一步提高学校体育教学工作的质量和效果,优化体育课程结构,使体育教学更能满足大学生素质教育的要求、培养学生积极参与体育的行为及意识,突出“健康第一”的教育宗旨具有现实的指导作用和深远意义。《指导纲要》作为我国一个时期内普通高等学校进行体育教学的法定文件,对指导高等学校的体育教学改革,明确体育课程作为学校课程体系的重要组成部分的地位与作用发挥其特有的作用。该《指导纲要》从8个部分计23条对体育课程的性质、目标与任务、课程设置与结构、课程内容与评价进行了解释与定义,特别是课程目标的确定,全面体现了体育课程适应现代社会发展对素质人才培养的新要求。其指导思想突出了身体练习、身心健康及学生个性发展;教学组织形式实行学生在教师的指导下的“三个自主”,课程结构强调优化教学资源,拓宽课内外、校内外体育教学概念。课程内容的确定则根据各地区、学校的实际自由选择;充分体现了《指导纲要》的现实性和时代性。在深

入学习《指导纲要》的精神后,我们更进一步认识到新时期大学《体育》课程内容体系改革的方向,但是在进行大学《体育》课程内容体系改革中又有许多新的观念要通过实践才能证明其正确与否。为此我们从2003年开始对大学《体育》课程内容体系进行了改革与实验研究。现将研究结果进行报告。

## 1 研究对象与方法

### 1.1 研究对象

武汉工程大学《体育》课程内容体系。

### 1.2 研究方法

文献资料法<sup>[1-2]</sup>,教学研究实验法<sup>[3]</sup>。

## 2 研究结果与分析

武汉工程大学根据《指导纲要》,通过参加教育部组织的贯彻《指导纲要》学习班,领会《指导纲要》的精神实质,在2003年2月利用寒假组织学校及教务处、体育部领导和学校全体体育教育工作者参加学习《指导纲要》研讨会议,转变观念,统一认识,明确体育课程改革的方向,确立了武汉工程大学《体育》课程体系内容改革的方向与目标,以及保证体育课程内容体系改革的方向与目标得到认真实施的措施。通过两年的教学改革与实验,对新时期大学《体育》课程内容体系改革的方向与目标积累了一些经验,并取得了一定的成绩。

### 2.1 大学《体育》课程内容体系发展方向与目标的确立

2.1.1 对大学《体育》课程名称的重新认识 我国从1873年在山东兖州文会馆(教会学校)其课程设有体操课开始<sup>[1]</sup>,到1903年清政府颁布《奏

收稿日期:2009-09-16

作者简介:陈邦军(1960-),男,湖北监利人,教授。研究方向:高等学校管理、高等体育教育与教学。

定学堂章程》规定所有学校都设体操科;1923年北洋政府参照美国学制公布了《新学制课程标准》正式把“体操科”改为“体育科”,使我国学校体育发生了重大变革,近代体育课程向前迈进了一大步<sup>[3]</sup>。而后,随着近现代各种体育思想和教育观念对体育课程的影响,我国普通学校体育课程名称不断发生变化,且都带有一定的时间和行为特征:体操科—体育课—军体课—体育课—体育与健康课。其相应的教材则有《体育》、《军事体育》、《体育与健康》、《体育学》、《大学体育》等。反映出不同的社会时期教育目的和指导思想的变化影响体育课程名称的变化,反映出学校体育课程从基本概念、目的任务与作用、课程内容体系还混淆不清,随意性大<sup>[4]</sup>。这是影响体育课程长期在学校课程体系中得不到正确认识的原因之一,也影响到体育课程在学校课程体系中的发展。1979年的“扬州会议”是我国学校体育全面走向实用、科学、健康发展的里程碑<sup>[2]</sup>。2002年教育部颁布的《全国普通高等学校体育课程教学指导纲要》,将体育课明确表述为“体育课程”。其课程的性质规定为“增强体质、增进健康和提高体育素养为主要目标的公共必修课程;是学校课程体系的重要组成部分”“是寓促进身心和谐发展、思想品德教育、文化科学教育、生活与体育技能教育于身体活动并有机结合的教育过程”。“体育课程不是一门学科的课程,是全面发展教育的一个方面的课程”<sup>[5]</sup>。这是新时期我国学者和教育行政管理权利机构对学校体育课程的科学定义。大学《体育》课程名称的确立,说明了体育是一种文化的教育,是一种具有身体、心理及现代科学文化知识相融合的特殊的教育<sup>[6]</sup>。

2.1.2 大学《体育》课程内容体系发展方向与目标的确立 在《指导纲要》颁布以前,我国大学《体育》课程没有明确的课程目标,只有学校体育目标(学校体育目的):增强学生体质,培育学生的体育能力和良好的思想品质,促使其成为具有现代精神的德、智、体、美全面发展的社会主义建设者和保卫者。2002年颁布的《指导纲要》,第一次明确规定了大学体育课程目标,并根据大学生的实际情况,确定为基本目标和发展目标,分别从运动参与、运动技能、身体健康、心理健康及社会适应等5个领域目标提出了不同的要求,充分体现了现代体育教学对人的全面发展的作用,为体育课程内容体系的构建和内容目标的确定提供了科学依据。

## 2.2 大学《体育》课程内容体系结构的构建

2.2.1 大学《体育》课程内容体系的构建应突出人体“健康” 《中共中央、国务院关于深化教育改革全面推进素质教育的决定》和《关于进一步加强和改进新时期体育工作的意见》以及《学校体育工作条例》《全国普通高等学校体育课程教学指导纲要》,旨在适应新形势,加强体育工作,提高全民族素质,对学生进行素质教育,培养学生的创新能力,进一步提高学校体育教学的质量和效果,优化体育课程结构,使体育教学更能满足大学生素质教育的要求、培养学生积极参与体育的行为及意识,突出“健康第一”的教育宗旨<sup>[7]</sup>。它们是我国一个时期内普通高等学校进行体育教学的法定文件。大学《体育》课程内容体系的构建首先就是根据突出“健康第一”的指导思想,对学校体育课程内容体系按传统运动项目模块、现代健身休闲运动项目模块、民族传统运动项目模块、现代体育理论教育模块等进行构建,贯穿大学一、二年级体育教学过程,使学生通过体育课教学热爱体育运动,通过体育运动养成自觉锻炼的习惯,完成体育课程学习目标,达到身心健康的目的。

2.2.2 大学《体育》课程内容体系的构建应反映时代性 现代社会是知识信息社会,科学技术飞速发展,人们的闲暇时间越来越少,身体活动的机会也在减少,传统的体育竞技运动项目受到人们的喜欢,但由于客观环境条件影响到人们的参与面。而许多新兴的休闲运动健身项目蜂拥而出,颇受人们的喜爱。大学《体育》课程内容体系的构建一定要体现时代的特征,要有创新,才能吸引学生参加,达到提高学生身心健康和社会适应目标。武汉工程大学在构建《体育》课程内容体系的时候充分考虑到体育的科学性、时代性,将具有时代特征的定向越野、桥牌、软式排球、拳击等项目列入《体育》课程内容体系。

2.2.3 大学《体育》课程内容体系的构建应以人为本 人的本质在其现实性。当今社会是机遇与挑战并存,社会需要的是敢于面对成功与失败,面对荣誉与批评,面对顺利与挫折,还能超越前人和自己,永远保持积极向上的生活态度的人。大学《体育》课程内容体系的构建必须与学校培养目标紧密相连,在注重学生目前情况下更要着眼学生未来工作与生活,使学生在体育教学过程中真正感受到体育培育人的感情,改善身体机能,养成正确分析问题和坚决果断、沉着冷静解决问题的能力。并且体育教学的知识还能影响学生一辈子。同时,学校《体育》课程内容体系的构建,也规范了

教师的教学行为,规范了《体育》课程的设置,规范了体育教学管理。

2.2.4 大学《体育》课程内容体系 武汉工程大学从2003年秋季开始,根据面向全体学生,全面发展学生的身心健康,突出“健康第一”的教学指导思想,按照《体育》课程内容体系构建的原则,制定了《武汉工程大学〈体育〉课程内容体系》。其内容包括如下几个方面:

#### 2.2.4.1 体育技术教学内容

(1)特色项目:健美操(女生)、武术(男生)、桥牌、游泳。

(2)基本内容:田径、篮球、排球、足球、网球、乒乓球、羽毛球、手球、健美操、形体(女)、艺术体操(女)、体育舞蹈、定向越野、武术、拳击、散手、游泳等。

#### 2.2.4.2 体育理论教学内容

(1)当代大学生体育意识的培养:学校体育的目的任务;现代大学生应完成的体育学习任务;体育与健康的关系。

(2)体育科学文化知识:学校体育与竞技运动;奥林匹克运动。

(3)体育锻炼的方法:体育锻炼的基本知识;科学体育锻炼的原则、内容与方法;科学体育锻炼的计划。

(4)卫生保健知识:体育锻炼的卫生知识;运动损伤的预防与处理;体育锻炼的自我监督。

(5)各专项体育理论:项目简介、锻炼价值及意义;基本技、战术理论、项目竞赛规则及裁判法。

(6)补充教材:运动医疗保健知识及康复体育疗法;武术、游泳等基本知识。

### 2.3 实施大学《体育》课程内容体系的结果

武汉工程大学从2003年秋季开始进行大学体育课程内容体系改革的研究与实践,历时2年取得了比较好的效果,主要表现在以下几个方面:

#### 2.3.1 进一步明确了大学体育课程的目的任务

通过学习《指导纲要》,制定《体育》课程内容体系,使学校有关部门和领导进一步提高了对体育课程的认识,保证体育课程教学时数。为实施《体育》课程内容体系,实现体育课程教学的基本目标和发展目标及5个领域目标提供了组织保障。与此同时,全体体育教师也感到体育教学的责任重大,在对大学生进行身体与运动知识、技能、技术教学的同时,还要根据以人为本的思想,加强对大学生创新能力的教育,加强对学校体育和体育教学的研究。从2003年到2006年,学校体育教师共发表体育教学方面的论文98篇,全体体育教师更加充分地认识到一名好教师就要不断地学习与提高。

2.3.2 完善了大学体育课程的教学管理 实施《体育》课程内容体系后,加强了体育教学工作的管理,促进了教学质量的提高。《体育》课程内容体系制定后,我们编写了“武汉工程大学体育课程教学大纲”“武汉工程大学体育课程教学计划与进度”“武汉工程大学体育课程建设规划”等文件。对体育课程教学实行过程管理,保证课程教学的质量和效果。体育课受到学生及学校有关管理部门的一致好评。

2.3.3 促进了教学条件的改善 为了保证《体育》课程内容体系的认真实施,学校加强了体育教师的教育与培养,2年内派出12名教师进修提高,接受5名硕士研究生来校工作。现在学校体育教师中有硕士学位的14人(占44%);同时学校投资近1个亿建成体育场2个,体育馆1个,游泳馆1个。有效保证《体育》课程内容体系的认真实施。

2.3.4 教学质量得到提高 实施《体育》课程内容体系后,学校体育课程建设得到快速发展,教师教学效果明显提高。2004年《体育》课程评为学校优质课程,2006年学校《体育》课程被评为湖北省精品课程。体育教学专家、国家体育教学指导委员会委员、武汉大学教授易勤对学校《体育》课程的评价:“该校的《大学体育》课程已达到省内同类课程的先进水平”。学校教学督导专家评价:“体育课程管理规范,教学形式活泼,内容丰富,教学效果优秀。”在学校组织的每学期学生评教结果是:《大学体育》在学校各门课程中排名一、二名。

2.3.5 学生课余体育活动蓬勃开展,运动竞技水平不断提高 武汉工程大学长期坚持开展学生课余体育活动,以小型多样的体育竞赛吸引广泛的学生参加体育活动。通过体育教学和课余运动训练相结合、以教学促进运动训练水平的提高,使学校的运动竞技成绩不断上升。在2003年湖北省第八届大学生运动会上,学校运动员在10个比赛项目中取得好成绩,夺得了“校长杯”;2004年获全国竞赛奖5项,其中获得全国大学生第一届桥牌比赛女子团体第7名;省级比赛获奖12项,其中省大学生田径运动会获女子标枪第1名,省高校女排团体第3名,男排团体第5名。2005年获全国奖7项,其中获得全国第二届桥牌比赛女子团体第4名;省市级比赛奖9项。2006年在湖北省第九届大学生运动会上,学校运动员在11个比赛项目中取得好成绩,以团体总分第5名的好成绩,再次夺得了“校长杯”。学生女子桥牌队在第三届全国大学生桥牌锦标赛上获得女子团体第2名,双人赛第1名。

### 3 结论与建议

#### 3.1 结论

(1)根据《指导纲要》构建的大学《体育》课程内容体系,经过2年的实验,效果很好,受到学生的普遍欢迎与同行的肯定。

(2)大学《体育》课程内容体系的构建具有时代性、科学性,充分利用了学校教学资源,拓宽了体育课程范围,适应学校发展的形势并取得较好的成绩。

(3)实施大学《体育》课程内容体系改革,对教师的教学水平提出了更高的要求,有利于教师不断地接受新知识、新技术。

#### 3.2 建议

(1)各高等学校应根据《指导纲要》构建适应学校特色的课程内容体系,突出“健康第一”的教学指导思想,全面提高学生的身心健康水平。

(2)实施《指导纲要》,构建大学《体育》课程内容体系,要取得学校领导及学校教务管理等职能部门的支持,制定好学校体育课程目标、教学计划和实施办法。

(3)构建大学《体育》课程内容体系,能加强学校体育教学条件的改善,提高体育教学设备数量

和质量,使学校体育教学状况得到根本改变。

(4)构建大学《体育》课程内容体系,要充分考虑利用现代化教学工具,为学生提供更多的体育信息知识,拓宽知识面。

(5)加强大学《体育》课程教学的过程管理,积极拓宽体育教学结构和内容,使校内外体育活动有机地结合起来,促进学生课余体育活动的蓬勃发展。

#### 参考文献:

- [1] 王华偉.中国近现代体育课程史论[M].北京:高等教育出版社,2004:35.
- [2] 潘志琛.对我国近现代学校体育思想发展演变的研究[J].体育科学,1990(2):10-12.
- [3] 李晋裕,黄明教.学校体育大辞典[M].武汉:武汉工业大学出版社,1994:20.
- [4] 陈邦军.21世纪普通大学体育教育发展趋势的研究[J].武汉体育学院学报,2002(7):59-60.
- [5] 于小霞.学校体育教育手册[M].天津:天津人民出版社,1999:371-372.
- [6] 陈邦军.对体育课程的再认识[J].长春工业大学学报,2005(3):9-10.
- [7] 李浩智,黄静.普通高校公共体育理论教学现状与对策[J].武汉工程大学学报,2009(10):92-94.

## Reform and practice of university physical education curriculum content system in the new period

CHEN Bang-jun, ZHEN Li-hong

(Wuhan Institute of Technology, Wuhan 430205, China)

**Abstract:** The authors have been to further reform from the objectives of curriculum system, content and structure of curriculum system, and teaching methods of curriculum according to the “Instruction Outline of National Physical Education Curriculum Teaching in Universities” that promulgated by Ministry of Education in August 12, 2002. It highlighted the guiding ideology of student-centered and health education first, optimized the physical education curriculum structure, improved the quality of physical education curriculum for constructing the content and structure system of university physical education in the new period.

**Key words:** physical education curriculum; content and structure; practice and research

本文编辑:吴晏佩