

第三章 校园体育文化

健康的校园文化需要高雅的学术活动作为支撑的骨架,更需要有生动活泼的体育活动作为血肉,作为校园文化载体的体育活动,以其特有的观赏性、挑战性、普及性而受到广大师生的喜爱与欢迎。

学习目标

1. 了解校园体育文化的概念及内涵。
2. 了解校园体育文化的活动内容。
3. 了解校园体育文化在培养学生综合素质中的作用。

知识窗



校园体育文化是一种促进大学文明的精神文化,是促进大学生身心健康发展的文化,是提高大学生审美意识的情感文化。

第一讲 校园体育文化概述

校园体育文化是以校园为空间,以学生、教师为主体,以身体练习为手段,以多种多样化的体育活动项目为主要内容,具有独特表现形式的一种校园文化。

一、校园体育文化的表现形式

校园体育文化可通过多种形式来体现,它独特的风格吸引全体师生来参与体育活动,从而起到活跃校园生活的作用(图3-1)。

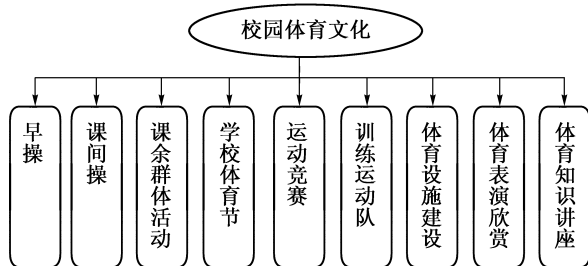


图3-1 校园体育文化表现形式

二、校园体育文化的特点

校园体育文化的生成和发展既受到社会文化特性的制约,但又有其自身的独特性,即与其他文化的明显区别,尤其是精神状态的特征。

1. 导向性

校园体育文化的导向功能就是通过文化的传递模式,将体育文化以间接渗透的方式,或以直接影响方式对学校声誉的提高产生作用。

2. 教育性

校园体育文化的教育性体现在学校体育教育和终身体育教育两个方面,关系着体育文化传播的继承性和延续性。

3. 竞争性

学校体育文化的竞争性对学生而言是一种安全的竞争。竞争不是目的,而是一种手段,是借助社会竞争的虚拟化,达成竞争意识与心理品质培养的目标。

4. 娱乐性

体育文化因其娱乐性具有很强的吸引力,它能使学生的娱乐活动与校园生活紧密结合,相互激荡;充分而有效地利用闲暇时间,使学校体育在形式、内容、结构、活动层次和组织方法等方面呈现生活化趋势,并让娱乐性有更大的发展空间。

5. 健身性

体育特有的健身功能其他文化活动所不能替代的,健身功能正是校园体育文化的价值内核。

三、校园体育文化对学生素质培养的价值

1. 思想精神价值

体育文化主要表现在个体和团队两个方面。作为个体,通过对体育活动的参与和观赏,能够培养吃苦耐劳、不怕困难、努力进取、顽强拼搏的精神,强化和提高个体的爱国主义精神。而体育团队精神,其意义有时甚至大于体育活动本身,会给整个社会带来整合效应。

如我国女排五连冠,五星红旗在国际赛场上冉冉升起时,人们情不自禁地喊出了“顽强拼搏,振兴中华”的口号,振奋了民族精神;申办2008年奥运会成功等,用这些典型事例来激发学生的民族自尊心、自信心和自豪感,并引导他们以热爱祖国、报效人民为最大光荣,以损害祖国利益、民族尊严为最大耻辱。

2. 学科教育价值

追求知识、崇尚科学是校园体育文化建设的宗旨。当代体育科学的发展,与整个社会的哲学、自然科学、社会科学、数学、思维科学的发展是同系的。学校体育文化的学科教育价值在于通过实施体育文化教育活动,让学生系统地了解相关学科基础理

论的研究成果,使他们真正掌握体育理论与科学锻炼的方法,学会和提高锻炼的实践能力,促进身心健康发展。

3. 生物学价值

体育文化活动的开展在人的全面发展过程中具有重要的生物学价值,这是体育特有的本质功能价值。体育科学研究表明,人经过一定的体育锻炼,能促进大脑皮层的兴奋,改善神经过程兴奋与抑制的转换;能提高大脑皮层的综合分析能力和中枢神经支配身体各器官系统活动的灵活性;能提高人的骨密质,使骨骼更坚实,骨骼的抗压性和抗折性增强等。

4. 心理学价值

体育活动中有人与人之间的情感交流和身心对话。这种特殊的交流,伴随在许多成功与失败的过程中,对人的身心健康、生长发育具有重要价值。如人与人之间的团结与协作、游戏和对抗比赛的获胜等都会让人回味无穷。在身心享受快乐的同时,也增强了自信心。反之,如果在活动中经历一些失败的磨炼,对提高人们战胜困难和挫折的勇气,提高心理承受力和适应力以及形成良好的心理品质都具有重大意义。

5. 生活、娱乐价值

体育文化对提高人们的生活质量有着积极的促进作用。在生活中,体育文化以健康为向导,使人们在体育实践中满足精神的需求,改进人们的生活方式,丰富人们的生活内容。体育文化在人类生活中有着特殊的价值。

体育文化使大学生学会生活,学会合理地使用闲暇时间去获取新知识、新技能,满足兴趣爱好,丰富校园文化生活,升华精神境界,促使自己生活得更充实,更有节奏,更富情趣,更加文明。学校体育文化通过教学、课外体育活动各种游戏和比赛活动等主渠道,在传授体育文化知识,锻炼身体过程中,给教育主体带来了娱乐和享受,从而陶冶了身心。体育文化的娱乐价值是现代学校体育课程教育的目标之一。学校应通过各种体育活动,科学编排和有效地开展某种情境的游戏、舞蹈、韵律操等活动,创造出令人愉悦的娱乐情境,发挥体育文化的娱乐功能和怡情价值。

6. 审美价值

学校体育文化内涵丰富,体育运动有很高的审美价值。学校体育文化的美,是通过人与人之间或人与物之间的互动过程而呈现出来的。学校体育文化的审美表现在多面,如自然和物化了的美,静态和动态的美,平面和立体的美等。这些美具体表现在体育场(馆)建设、器材制造和雕塑设计所表达的艺术内涵,运动服饰设计的艺术,体育教学与训练中语言表达的准确性、形体语言的表现力,组织形成和方法手段的科学性,以及比赛中对技术、战术的理解。体育与音乐和舞蹈的融合,游戏活动的内涵和组织艺术,体育艺术表演、体育媒体宣传,体育研讨的科学性、严肃性和艺术性,以及各级各类比赛的良好氛围等。这些美的熏陶对学生欣赏能力和审美观的形成具有重要的教育作用。

思考与讨论

1. 校园体育文化的概念。
2. 校园体育文化的特点。
3. 校园体育文化对学生人文素质培养的价值。

第二讲 体育俱乐部

一、体育俱乐部的地位

体育俱乐部是课余体育的组织形式,它在学校体育、社区体育与国民体育中有着不同的地位。

1. 在学校体育中的地位

在学校体育中,体育课是最基本的组织形式,俱乐部的组建不仅没有削弱体育课的地位,而且可以加强体育课的基础地位。学生在体育课上学习到了知识与技能,提高了才干,有利于参加体育俱乐部的活动。学生在体育俱乐部中参加体育活动和各项组织与裁判工作,有利于培养骨干,进一步促进体育课质量的提高。

体育俱乐部可成为课余体育的基层组织形式,体育俱乐部有两类:一类是在老师主持下开展的,学生报名参加,但不必自行承担主要的组织工作。这类俱乐部一般不和社會上的俱乐部挂钩,是学校独立组织的,如器械健美、健身、体育舞蹈等,这一类俱乐部适合体弱生和某些素质不足而需要加强的学生。另一类是所谓自由俱乐部完全由学生为主体建立起来的,教师起辅助作用,内容的选择方面更为灵活,完全在作息时间表规定以外的时间开展。这一类运动俱乐部既可与社會挂钩,有时还是社会体育的组成部分,更适合于那些有一定体育特长的学生。

2. 在社区体育中的地位

社区是指在一定区域范围内聚居的居民所构成的相对稳定的生活实体,在我国相当于城市的街道委员会和农村的乡所辖的区域。

社区是我国全民健身计划落实到基层的单位,开展社区体育也就成为推动体育改革的一项重要措施,这不仅是我国的经验,也是世界各国共同的道路。以社区为载体,不仅促进了社区全体居民的群众体育活动,也为学校运动俱乐部的活动提供了条

知识窗



体育俱乐部分类

一类是以发展学生体育特长,提高运动技术水平为目的的竞技体育俱乐部。

另一类是以健身、娱乐为目的的群众性体育俱乐部。

件,为学校体育走向社会提供了可能。

体育俱乐部是社区体育的主要组织形式,作为学校体育俱乐部,不仅可以充分地利用社区的体育设施,还可以利用社区的指导力量,使社区成为学校体育、家庭体育与社会体育的桥梁,也为学校体育的进一步发展提供了新的机遇。

社区体育的发展思路是学校设施向社区开放,社区设施向学校开放。这些体育设施不仅为本社区的公民服务,还可以为其他社区的公民服务。体育俱乐部是社区体育的基本组织形式;社区体育设施是为公众体育服务的,也拓展了学校运动俱乐部的发展空间,学校运动俱乐部走向社会也有利于推动学校体育的改革。

3. 在国民体育中的地位

体育俱乐部不仅是大众体育的组织形式,也是竞技体育的组织形式。一个大的专项运动俱乐部,可以分成若干等级,最高一级的当然是高水平的竞技体育俱乐部,基层的即为大众参与的运动俱乐部。学校体育俱乐部也包含这两种形式。

我国目前的俱乐部体制一般被认为是高水平的竞技体育组织。足球正在试行俱乐部体制,但是这些足球俱乐部并没有建立广泛的基层组织,也没有广泛的足球会员作基础,也没有与学校相关联。我国的部分高等学校已建立了专项运动俱乐部,但是,这些俱乐部制度尚不健全,它们仅是配合体育部(室)开展一些群众性体育竞赛工作,缺乏自身的发展方向和奋斗目标。我国的单项体育俱乐部的高水平竞技组织与大众体育组织是各自独立的,两者之间并无直接联系。

学校运动俱乐部理应包含高水平竞技和大众体育两个层次。因此,作为国民体育的各个领域,无论是竞技体育、大众体育还是学校体育,学校运动俱乐部均占有重要的份额,因此说学校运动俱乐部的建立和完善,将对整个国民体育产生很大的影响,从这一点分析,学校课余体育的改革其社会影响将超越体育教学改革。

二、体育俱乐部的教育功能

学校体育俱乐部,一般均为面向广大学生的以健身和康乐为目标的大众体育俱乐部。

重视体育俱乐部的教育功能,是教育和课程改革的必然结果。教育思想由知识为中心向以人为中心的人本主义教育转移,学校体育强调个性能力发展和向终身体育过渡的观念。

人本主义教育思想的一个重要特征就是对非正规课程、潜在课程或隐性课程的重视。既然校内外课余体育就是这一类课程的重要方面,世界各国重视这一类课程也就顺理成章了。

体育俱乐部的教育功能优于以班级为单位的体育锻炼,其中特点是:

1. 学习由被动向主动的转移

班级体育锻炼是由学校行政组织的,并由体育教研室统一安排活动内容,而体育

俱乐部是以学生为主体,通过学生自己的力量组织起来的,组织形式和活动内容由学生自主确定。作为一个学生,“要我锻炼”和“我要锻炼”是绝然不同的,很明显,前者是被动的,而后者是主动的。

2. 行为角色的不断变化

学生参加班级体育锻炼始终担当的是学生这一特定的角色,虽然有时参加一定的组织服务和裁判工作,也是在教师授权的条件下接受的,并没有真正独立地转换其角色。在体育俱乐部中,学生在活动、竞赛中担任了组织、服务、裁判等不同的角色,在角色转移中增加了自我学习和自我锻炼的机会,这对提高学生的才干有很大的作用。

3. 团体环境的优化

班级体育锻炼是以教学班为单位,这种按年龄和文化课水平为依据的班级划分并不是体育学习的最佳组织形式。参加体育俱乐部是以学生爱好的专项为根据而形成的团体,具有共同的爱好容易互相接近,互相交流,有利于提高团体的凝聚力。

4. 师生对应关系的变化

班级体育锻炼一般是在体育教师的指导下开展。而体育俱乐部是在对某一专项有特长的教师帮助下建立的,不仅减轻了辅导员的工作负担,而且改变了学生和教师的对应关系,一个在辅导员眼中的落后生,在体育教师的帮助下,很容易成为体育专项领域的优秀生,这种对应关系的改变是有利于挖掘学生优点的,也是有利于发挥教师专长的。

5. 爱好的适应和个性的发展

班级体育锻炼一般为统一安排活动内容,学生无法选择,会造成兴趣爱好受阻;体育俱乐部是学生根据自己的爱好参加的,在满足其兴趣爱好的条件下,无论是知识技能还是技术战术,他们均能主动地参加学习,即使兴趣发生转移,也可以改变项目,因此为发展学生的个性提供了舞台。

6. 运动行为能力的提高

班级体育锻炼一般均在校内进行,限制了学生的活动范围,而体育俱乐部和社会联网,还是社区体育的组成部分,进一步拓宽了学生的实践范围与认知视野,对学生运动能力的提高具有促进作用。

7. 终身体育观念的养成

体育俱乐部是学生参与组织的主动活动,有利于养成自觉锻炼的习惯,并把这种习惯延伸到工作以后,实现学校体育向终身体育的过渡。体育俱乐部活动不仅满足了爱好,掌握了技能,更提高了组织活动与社会实践能力,这些能力的提高也保障了学生在毕业以后,可以继续坚持锻炼,并使学生从实践中,逐步地形成和加深终身体育锻炼的观念。

思考与讨论

1. 试述体育俱乐部在学校体育中的地位?
2. 试述体育俱乐部的教育功能?

第三讲 学校竞技体育

竞技体育进入学校体育领域,是当代世界体育的一大特点。竞技体育正式成为教育的内容,并列为学校体育的主要教材。竞技体育是教育社会成员克服现代社会文明病的侵扰,恢复人类运动能力的重要手段,在竞技体育中所表现的价值观念和现代社会是相吻合的,如竞争、开放、民主、民族等观念,都是现代人所必备的心理品质,也是现代社会应具备的社会心理和民族精神。竞技体育能够使人的身体和精神全部参加运动,充分体验到人体运动的乐趣,培养人们在从事工作时竭尽全力进取的习惯,竞技体育对人类和社会的价值是多方面的。

一、竞技运动的概念及内涵

1. 竞技运动的概念

在对关于竞技运动概念诸学说进行分析考察、汲取诸学说之长和共同点的基础上,对竞技运动概念定义如下:竞技运动是一种具有规则性、竞争性和挑战性、娱乐性和不确定性的身体(身体性)活动。

2. 竞技运动的内涵

竞技运动的内涵把竞技运动说成为一种身体活动,这就从“概念”上明确了竞技运动与其他活动例如政治活动、经济活动、军事活动、宗教活动等的区别。同时,竞技运动也不同于游戏、舞蹈、戏剧、杂技、劳动等身体活动。因为竞技运动是具有规则性、竞争性和挑战性、娱乐性和不确定性的身体活动,这就从“种差”上划清了竞技运动同其他身体活动的界限。正是这些“种差”从整体上反映出竞技运动区别于其他身体活动的本质属性。具体地说,“规则性”是指竞技运动中双方必须遵守的各种规定;“竞争性”是指竞技运动中双方在体力、智力、技术、技能和战术等方面的较量;“挑战性”是指鼓动他人与自己比赛以及向自己、运动器械和自然等做某种新的尝试;“娱乐性”是指人们在竞技运动中可以体验到快乐;“不确定性”是指竞技者要根据运动中的各种变化随时采取相应的技术、战术,不可能事先知道对方的意图以及结果。

应当注意的是,虽然上述的诸属性从整体上确定了竞技运动概念的本质内涵,但是这并不意味着在任何情况下,竞技运动中的这些属性所表现的强度都完全一样。在不同项目、不同类型和不同场合的竞技运动中,诸属性的表现强度是不一样的。例

如,在高水平的竞技运动中竞争性表现的比较突出;而在大众竞技运动中娱乐性则表现的比较突出等。但是,我们不能以某种属性表现的强弱来判断其有无,这是两个根本不同的问题。

二、竞技运动在学校体育中的地位和作用

1. 地位

确定竞技运动在学校体育中的地位,其关键是首先要明确竞技运动在体育中的地位,弄清了这一问题,竞技运动在学校体育中的地位问题也就迎刃而解。

(1) 竞技运动在体育中的地位。虽然体育与竞技运动是两个范畴不同的概念,不能相互代替和混同,但是包括竞技运动在内的身体文化和身体运动并不是与体育全然无关,而是有着不可分割的关系。具体地说,竞技运动是构成体育的重要内容之一。

(2) 竞技运动在学校体育中的地位。明确了竞技运动在体育中的地位,实际上也就解决了竞技运动在学校体育中的地位问题。顾名思义,学校体育就是在学校这一特定的场所中进行的体育。它与工厂体育、农村体育、机关体育、部队体育等共同构成体育的外延。由于学校体育与体育之间存有概念上的属种关系和相同的内部结构,因此竞技运动也完全可以成为学校体育的重要内容。事实上,作为一种身体活动,比起游戏、舞蹈等身体活动,竞技运动已经在体育教学中发挥着巨大作用。

(3) 现代学校体育不能缺少竞技运动,而竞技运动也只有在教育之中,才能充分发挥其本身的文化机能。以教育作为形式和以竞技运动作为内容的竞技教育在学校体育中将占有越来越重要的位置。从学校体育的现实和发展趋势来看,作为体育教学的主要内容,竞技运动将会越来越多地进入学校体育,这是不以人们的主观意志为转移的历史必然。

2. 作用

(1) 唤起学习欲望,提高学习兴趣。把竞技运动作为体育教学的主要内容可以唤起学生的学习欲望,提高学习兴趣。竞技运动是一种具有娱乐性、竞争性等属性的身体活动,这些活动特性尤其适合学生的求知欲、好奇心以及冒险精神的心理特征,因此以竞技运动为体育教学内容,比起其他身体活动对学生具有更大的吸引力。

(2) 有效地增强学生的体质。以竞技运动作为体育教学内容可以有效地增强学生的体质。众所周知,无论是田径还是球类,无论是体操还是游泳,所有这些竞技运动项目都是要求大肌肉群参与的全身运动。只要教学方法得当,运动量和运动强度安排合理,通过竞技运动就可以增强学生的力量、速度、耐力、敏捷等,促进人体正常地生长发育,提高人体器官的各种生理机能,从而达到增强学生体质、增进健康的

目的。

(3) 有助于提高学生的整体素质。通过体育教学掌握各种竞技运动项目的基本知识、基本技术和基本技能,有助于提高学生的整体素质,并为学生将来走向社会做好准备。激烈的竞技运动培养了学生公平竞争、顽强拼搏的精神,这是现代人最应具备的基本素质。那些在运动技术技能方面有特长的学生,也越来越受到社会各界的重视。仅从目前一些重点院校和企业在同等条件(甚至在文化分数略低的条件)下,愿意招收一些有运动特长的学生入学、就业这一点上,就可以看出社会对学生运动素质的重视程度。同时,在现代社会中,竞技运动又是人们进行社会交往的重要手段之一,掌握了某些竞技运动项目的技术技能,甚至有一技之长,就可以通过这种形式扩大社会交往的范围,同周围的人们建立起良好的社会关系,从而加速学生走出校门后的社会化进程。

(4) 丰富学生的课余活动。竞技运动可以丰富学生的课余活动。人的一生最富有生气和精力的时期莫过于学生时代。在学生时代仅靠一周1~2次的体育课根本不能满足学生的运动需求。因此课余活动就成了学生参加运动的重要形式,而在课余活动中学生们最喜爱、最经常参加的运动则是像足球、乒乓球、篮球、长跑、跳远等各种各样的竞技运动项目。利用课余时间开展各种各样的竞技运动,不仅巩固了体育课所学的内容,丰富了学生的课余文化生活,同时还可以通过这些活动锻炼学生的意志和陶冶情操。

(5) 运动会中展现体育竞技。运动会是学校体育工作的重要一环。在我国,从小学到大学一般每个学校每年都定期举行一次学校运动会,而运动会的大多数项目都是竞技运动项目。通过各年级、各院系之间的比赛,不仅可以促进学校竞技运动的开展,同时还可以培养学生的集体主义精神。

(6) 担负着培养重任。作为学校教育一部分的学校体育责无旁贷地担负着培养的重任。尤其是通过学校竞技运动的开展,可以及时发现竞技运动人才。实践证明,高水平竞技运动的基础在学校,我国的著名运动员无一不是通过基层学校脱颖而出、走向成功的。从长远的观点来看,学校体育不仅担负着发现运动人才的重任,同时还肩负着培养运动人才的使命,竞技运动与教育相结合将是未来我国竞技运动发展的必由之路。

三、学校体育竞技运动的主要特征

竞技运动的主要模式是对学校竞技运动的客观要求,因此,我国学校体育中的竞技运动,大致有以下几个主要特点:

1. 内容的多样化

学校体育为了培养学生的健身意识,使学生养成终身参加运动的习惯,在保证基本教学内容的前提下,在体育教学中有计划地向学生介绍更多的竞技运动项目。这

样不仅能唤起学生的学习兴趣,还可以使学生从众多的竞技运动项目中选择自己爱好并适合自己的运动项目,以便能够使运动持之以恒。

2. 环境的自然化

学校体育使学生有更多的机会,在空气新鲜的自然环境中进行运动,例如,爬山、游泳(江、河、湖、海)、越野跑等。学生通过接触大自然不仅能够增强体质,同时还可以陶冶情操。

3. 运动的科学化

随着科学的进步、经济的发展以及对学校体育经费投入力度的加大,先进的教学手段和仪器设备被大量地吸收到学校体育的教学和训练之中,因此可以随时监测学生在运动过程中和运动后身体状况的一些生理、生化指标,为更加科学地安排教学、训练中的运动量、运动强度以及学生的健康管理提供科学依据,从而使学校竞技运动更加科学化。

4. 水平的多层次

在学校体育的竞技运动中,出现了各种不同层次并存的局面。既有通过体育教学掌握“三基”的一般水平的竞技运动,又有通过练习在某个运动项目上表现突出的较高水平的竞技运动,例如,班级或系的代表队等,还有高水平的竞技运动,例如,参加全国比赛的学校代表队或学校竞技运动俱乐部等。

5. 交流的社会化、国际化

学校体育中的竞技运动随着人们生活水平的提高和交通运输的现代化,不同地区、不同省份学校之间的交流机会明显增多。同时,学校竞技运动与社会竞技运动的联系会更加密切。随着我国改革开放的不断深化,社会的国际交流更加频繁,“友好城市”、“友好学校”之间的互访范围进一步扩大,学校竞技运动作为校际国际交流的主要形式之一将发挥更大的作用。

四、竞技体育的分类

竞技体育的分类方法很多。依照竞争的目的,可分为技巧动作竞技、几率竞技、记忆竞技等。按照参加人数可分为单人的、双人的、团体的三种。按照活动空间可分为陆上、水上、冰上、空中等。此外,还可以按照运动项目、项群进行分类。

1. 非正规竞技体育

非正规竞技体育,指参加者为了娱乐健身而进行的游戏性的身体活动。这些活动都有一定的规则指导,但某些条款却是由参加者临时协商制定的。这类活动组织松散,不一定有裁判,不一定有明确的功利目的,多数人不是为了达到较高的运动技术水平而参加的。这类竞技体育包括学校班级间的非正式比赛、邻里间的竞赛、大众体育中的初级竞赛活动以及工矿企业中的小型运动会等。

2. 组织化的竞技体育

组织化的竞技体育与非正式的竞技体育的区别在于:前者有一个基本的社会组织存在。为了能够做到更加公正平等地进行比赛,它有正规的球队、团体和成文的章程、规则以及有关组织体系,并提供运动设施、管理人员,在争议时可以出面仲裁,还为参加者提供训练和比赛的资格和机会,维护参加者的合法权益。我国的优秀运动队(体工队)、运动学校、业余体校、厂矿企业和高等学校办的高水平的运动队,也都属于这一类。这一类组织是在竞技体育的基本宗旨和原则指导下开展的,是社会发展高水平竞技体育的主体。

五、竞技体育的文化价值

1. 竞技体育的礼仪文化

在各种社会文化活动中,竞技体育总是和国家民族的礼仪庆典活动同时出现。除了要升国旗、奏国歌外,还要点圣火、发誓言、鸣礼炮、敲洪钟、放鸽群、撒鲜花、授勋章。在户外竞技时,有的还要进行分列式检阅,有时国家元首、宗教人士、社会名流还要亲临讲话,主持授奖。大型运动会还要组织数以万计的青少年做团体操、音乐舞蹈表演。各种礼仪活动的规模大大超过了其他社会文化活动。

2. 竞技体育的人体文化

竞技体育每项新的成绩、新的纪录、新的高难技术的诞生,都标志着人类运动能力方面又向前推进了一步。竞技体育特有的竞争性,促进每个参加者都要不断运用训练科学和技术方法的新成果去发掘自己最大的潜力。因此,竞技体育不仅完整的记录了人类潜在能力的开发过程,也记录了社会经济、政治、科学、教育等的发展程度,及其与人体能力之间的相互关系。从某种意义上讲,对竞技体育实力的综合评价,常常可以构成对社会文明程度的说明。

3. 竞技体育的道德规范文化

竞技场上的体育道德是社会公德的主要组成部分。运动员道德又是一种对大学生影响至深的职业道德。竞技体育所传播宣扬的奥林匹克精神、奥林匹克原则、体育道德,都具有很高的社会理想价值。竞技体育中树立的公正、民主、竞争、协作、团结、友谊、谦虚、诚实等道德观念,是社会不可缺少的规范文化,对青少年乃至全体社会成员,都具有教育意义。

4. 竞技体育的审美意识、情感文化

竞技体育是大多数人娱乐文化活动的一部分。在对竞技体育比赛的观赏中,人们得到健康美、服饰美、形体美、道德美的欣赏。这种欣赏可以净化社会情感,提高社会的审美情趣,陶冶社会心理。与这一欣赏同时发展繁荣起来的体育新闻报道、体育文学、体育摄影、体育影视、体育邮票、体育纪念品、运动服装、体育建筑等文化形式,都从不同角度丰富着社会的情感文化。

思考与讨论

1. 竞技运动在学校体育中占有怎样的地位?
2. 学校体育竞技运动类型及主要特征。
3. 试述竞技体育的文化价值。

第四讲 校园体育物质文化环境

体育物质文化环境建设是经过人对自然物质的组织改造与利用从而形成的文明形象,是开展体育活动的基础,学校中体育建筑、运动设施、场地器材等物质氛围的建设都必须经过设计,进行组织改造和利用,构成物质文化活动的新的环境。

一、体育环境的概念及构成

1. 概念

体育环境是自然环境和社会环境的中介之物,是人类更好地进行体育健身、体育娱乐和体育竞赛而主动利用环境、适应环境、改造环境的产物。体育环境是人类主动选择、有效利用、不断创造的自我适应的体育活动空间领域。因此,对于体育环境概念的界定,就必须从自然、社会、体育等层面整体考察。体育环境是指以人类体育运动为中心的自然环境和社会环境以及与体育运动相关要素的总和。

2. 体育环境构成

体育环境是由自然环境、人工环境和社会环境三个系统构成的(图3-2)。

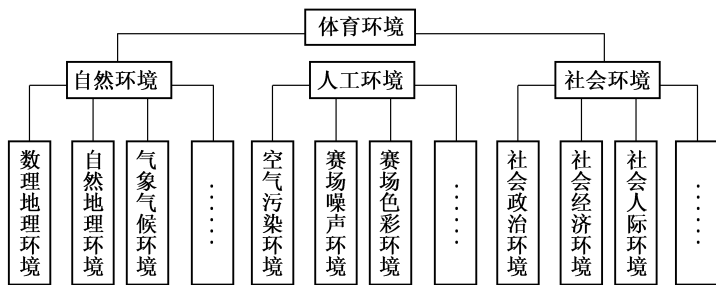


图3-2 体育环境的构成

(1) 自然环境

体育自然环境是指体育运动赖以形成、存在和发展所必需的各种自然物质条件的总和。它可以分为数理地理环境、自然地理环境和气象气候环境等。

(2) 人工环境

体育人工环境是指人们为了更有效地发展体育运动和提高体育健身与娱乐的效

果,在自然环境的基础上为改造环境而创设的新的体育运动所需要的活动空间,以及对体育活动发生影响的其他一些人类活动的产物。

(3) 社会环境

体育运动是人与大自然互相交融、互相作用所表现出来的一种文化活动,依赖于一定的社会条件和文化氛围,构成了体育的社会环境,包括政治环境、经济环境和人际环境等。

二、意义与作用

1. 意义

学校体育的基础设施建设,作为校园体育物质文化的形态,是人类智慧的结晶,对大学生的情感发展起着潜移默化的作用,是培养大学生体育文化素质的重要途径。

(1) 作为一种依托,承担着学生体育锻炼的实践,增强体质和提高大学生参加体育学习和锻炼积极性的作用。

(2) 作为一种交流的环境,是培养学生适应能力、竞争能力、人际交流能力和缓解大学生因学习紧张而造成的精神压力的重要场所。

(3) 作为被拓宽的学习时间和空间,又充分地发展了学生们的兴趣爱好和培养着他们的创造性的学习能力。例如:宏伟高大的体育场馆,能够激励大学生的感觉器官,而产生跃跃欲试的积极性;整齐明亮的乒乓球室,能够激发他们亲身尝试一下的主动性;色彩鲜艳、线条清晰的塑胶跑道,能够促进学生们去努力拼搏和获取胜利的欲望;而功能齐全的联合健身、健美器材,则能够激起学生们对健康美的新追求;还有松软的沙坑、海绵包和宽广的运动场以及篮球、排球、足球场地等,都能够极大的调动同学们投身于其中,拼力一搏的自强心理。所以,现代化的高校体育基础设施,不仅能够有效地拓宽大学生自觉、自主和自主学习体育的时间和空间;而且也有利于充分调动大学生学习体育的兴趣和积极性,有利于增强他们的信心,锻炼他们的意志,培养他们的能力和全面提高他们的整体素质。

(4) 有利于高水平运动队的训练和学校竞技水平的提高。竞技体育进入学校体育领域,是当代世界体育的一大特点。生源、教练、基础设施、管理等是影响和制约高水平运动队发展的“瓶颈”。强化学校体育教育经费的投入,完善学校体育基础设施建设,在实质上就是能否在学校招收或兴办高水平运动队,加速与国际大学生体育竞赛接轨,以提高我国大学生竞技运动水平的基本条件。

2. 作用

学校体育基础设施是运动场、体育馆、游泳池以及体育器材设备等的总称,它是学校体育部门最重要的固定资产,它在高等体育教育乃至整个高等教育中具有极其重要的作用。

(1) 学校体育设施是保证学校体育课堂教学和课余体育锻炼的重要物质技术条

件。学校体育课堂教学和课余体育锻炼是建立在一定的体育设施基础上的,没有一定数量的基础设施条件,学校体育教学和课余体育锻炼就不可能得到进一步的发展。现代化的体育基础设施条件,是体育教育获得迅速发展的重要物质技术因素,它为增强学生的体质、发展心理素质、培养体育运动能力、增强体育文化意识、提高运动技术水平以及全面提高大学生的整体素质提供了不可缺少的物质保证。

(2) 学校体育基础设施建设的状况水平是衡量学校综合教育能力的重要标志。学校体育基础设施建设与高等体育的发展有着密切的联系。世界各个教育强国高等体育教育发展的历史表明,教育愈是向前发展,体育教育也就愈是发达,学校体育基础设施建设也就更为先进和完善;学校教育和体育发达的国家,无一不是体育基础设施先进、完善的国家。如果一个国家、地区或学校的体育基础设施十分落后,它就很难成为世界教育强国(地区或学校),体育强国(地区和学校)。所以,学校体育基础设施作为发展学校体育运动的重要物质技术因素,它的建设状况,在很大程度上反映了一个国家(地区或学校)的经济、教育和体育的发展水平。

(3) 学校体育基础设施建设是改善和提高大学生文化生活的重要条件。现代化的校园体育设施是学生进行人际和文化交流的公共设施,也是他们参加体育活动、政治活动和文化活动的重要场所。强化学校体育基础设施的建设,不仅可以为培养学生的适应能力、人际交往能力以及对体育美的欣赏能力提供重要的物质条件,而且也能提高他们的爱国主义精神、体育文化素养和终身体育思想等,以及为改善他们的物质文化生活提供可靠的保障。

(4) 学校体育基础设施建设是全面推进素质教育向纵深发展的物质保障。学校体育负有全面提高学生整体素质和积极推进素质教育向纵深发展的历史重任。而学校的体育场、馆、器材、设备则是完成和实现这一历史重任的最根本的条件。这是因为高校体育基础设施的完善与合理布局,直接涉及学校体育教学环境的优化,而教学环境的优化又是激发学生学习情感、创造灵感和提高教学效果的重要因素。所以,强化高校体育基础设施建设,既是引导学生找到适合自己的活动的位置,也是促进学生全面发展、协调发展和完善发展的重要物质技术保障。

(5) 学校体育基础设施是学校体育教育部门进行体育教育生产与交换的重要场所。体育教育也存在着投入与产出的问题,因而,它也属于第三产业的范畴。这是因为高等院校投入的基础设施建设包括了人力、物力、财力以及消耗的体育教师的服务劳动;产品则体现在大学生的身上,即特殊形式的产品——体育素质得到了提高的学生。而随着人才商品化的发展,经过多年高等教育训练培养的学生,也将进入人才市场进行交换,从而表现出自身的经济功能和经济价值。在目前条件下,国家还不可能拿出更多的财力来投资高等体育教育,因此,应牢固树立高等体育教育作为特殊产业的新观念,充分利用现有的基础设施条件,适应市场经济的需求,发挥自身的“造血”机能,积极探索高等体育教育产业化的发展道路。

三、创造新的体育文化环境氛围

1. 利用自然环境,开发体育资源

要将体育、休闲的功能融入校园内的景点建设,大力提倡体育设施与校园园林景观点相融合。现代人的生活理念是回归自然,通过户外活动,经常沐浴阳光,接触自然,充分利用校园内现有的自然景观,江河湖海、山峦、沙漠、森林、绿地等一切自然资源。在开发它所具有的体育功能的同时,提高组织化程度。

2. 加大投资力度,完备教学设施

校园体育文化中的物质文化是指经过人对自然物质的组织、改造与利用从而形成的文明现象。在校园文化环境的构建中,物质文化是基础、前提和保障。课内教学和课外活动都需要物质条件的支持,体育建筑、场地、设施是学生进行体育锻炼的硬件物质设施。因此,在学校体育活动的场(馆)设施的建设上,应将学校体育器材纳入教学仪器供应计划,诸如体育馆(包括多用球类馆、综合健身馆、形体练习馆)、体操馆、电教室、田径场、游泳池、校园绿化雕塑、报栏、橱窗等物质环境,都可以经过设计,进行组织、改造和利用,从而构成物质文化环境。

3. 休闲健身一体,充实业余生活

现实生活中,体育文化为人们营造了文明、健康的文化氛围,为人们健康生活方式的形成起到了重要的作用。体育突破了旧的教育学原理,成为人类积极、健康、文明的生活方式。在校园的学生生活区域内添设固定的锻炼器材和设备,修建健身园地、活动长廊,创建各具特色的寝室体育文化环境,为学生锻炼提供便利、可行的条件。

四、校园体育环境的维护与管理

科学而有效的管理是体育场馆发挥积极作用的基础。体育场馆要提高使用效率,体育场馆的领导和各个层次的管理人员就必须树立科学管理思想,运用科学管理方法,熟练地履行科学管理所要求的基本职能,同时参加体育运动的师生也应主动维护学校体育环境。

1. 建立体育场馆管理规章制度

要根据体育场馆的实际情况构建内部机构,充分发挥和实现体育场馆的各项功能,便于组织、指挥和协调体育场馆的各项工作,做到各部门职责明确、任务清楚、人员精干。

要建立健全体育场馆内部各类规章制度,并狠抓落实。建立健全各类规章制度、规范体育场馆各项管理和活动,是衡量场馆管理是否规范的硬指标。通过制定体育场馆各项规章制度,将每一个岗位、每一个职工的服务行为规范化、制度化,并人手一册。使每个职工都做到工作目标明确,有章可循,照章办事,工作有计划、有标

准,检查有章法。

2. 加强体育场馆的设备、设施的维护与管理

我们学校的体育场馆都是由国家投资建立起来的,体育场馆的各项设备、设施(包括场地)都是国家财产,属于国有资产。体育场馆的管理者如何使国有资产保值不流失,是体育场馆管理者的头等任务。

3. 加强对维护体育场地的教育活动

维护学校体育文化活动的场地、设施,是每一位师生应遵守的基本道德,大力的宣传对公共体育设施的爱护,实际上就是一种社会公德教育。

思考与讨论

1. 校园体育环境建设对培养学生人文素质有怎样意义?
2. 学校体育设施建设对推进校园文化的作用?
3. 应怎样维护校园体育物质环境?

第五讲 体育节——校园体育文化的独特形态

体育节可开展全校性体育讲座、体育知识竞赛、体育表演、体育比赛、体育游戏等,一般是结合有意义的节日或重大国际、国内的体育活动,利用一天或半天时间,开展专题性的体育主题活动,进行体育教育和锻炼。

“体育节”活动能提高学生的体育兴趣,调动学生参加体育锻炼的积极性,对增强学生的体育意识,提高体育素养,扩大知识面,培养能力等方面都有重要意义。

一、体育节的产生与发展

当今,体育娱乐热潮正席卷世界许多国家和地区,无数的男男女女投身于诸如登山、棋类、体操、球类、自行车、游泳等体育活动。人们从事这些体育活动已不是以取胜为目的,而是大众化了的娱乐体育。生产力的高速发展为此创造了雄厚的物质基础,同时也提供了时间。体育节就是在这种形势下得以更快发展的,使其足迹遍布世界各个角落。目前,据不完全统计,世界上已有 20 多个国家有自己的体育节。

1. 国外体育节

(1) 夏威夷玛卡黑奇体育节和希腊奥林匹克节

玛卡黑奇体育节和奥林匹克节都与宗教崇拜有关。在奥林匹克宙斯神庙举办的每 4 年一次持续 5 天的奥林匹克节已成为希腊的一种传统,而夏威夷的玛卡黑奇体育节则每年举行一次,持续 4 个月,是一个庆丰收或新年的节日。

无论希腊还是夏威夷,这个节日期间都要停战。在希腊,神圣的休战期要持续一个月以便举行奥林匹克运动会,参赛选手可以不带武器经过敌方区域去参加训练和

比赛;在夏威夷,频繁的战事几乎成为日常生活的一部分。但在玛卡黑奇季节,所有战争和个人敌对行为都被禁止。可以这样想,在这样的社会里战士们是非常希望有一个和平时期的,可以利用这个时期恢复体力,为下一场战争做准备。同时,节日里的宗教崇拜可祈求神灵帮助来增加力量,保佑其在未来的战争中能活下来。

从参赛目标和价值来看,古希腊的奥林匹克节与夏威夷的玛卡黑奇节有明显的不同。奥林匹克运动会是为了体育精神和取胜的荣誉而竞赛的。为的是赢得一个很普通却比任何财富都珍贵的桂冠。而夏威夷的玛卡黑奇体育节则是一个以游戏为主的民间体育活动。

奥林匹克节和玛卡黑奇节是相同的。而在活动目标和价值方面则又不相同,这也许是由于不同教育、不同的文明、不同的社会、不同的政治和经济结构而导致的。

(2) 新加坡体育节

新加坡体育节活动内容十分丰富,形式多样,总的目的在于动员、宣传、鼓励更多的人参加体育活动以养成健康的生活方式。其体育节项目多达312项,除奥林匹克运动项目:田径、游泳、羽毛球、乒乓球、网球、篮球、排球、体操、击剑、射击、帆船、柔道等项外,还举办象棋、女子足球、英式女篮、橄榄球、门球、空手道、拳道、马来武术、印度武术、藤球、小型赛车、摩托车赛(自行车、汽车),还有群众游泳大会、全国跑步和竞走、全车自行车赛等。其中规模和影响大的有田径赛——第55届新加坡田径公开赛,有印度、日本、澳大利亚、泰国等10个国家的选手参加。整个比赛活动和体育活动从7月开始,一直延续到10月末,规模之大,时间之长,实属空前。

体育节的另一个重要内容是健康生活运动。该运动将每年10月1日揭开序幕,人民一起做操将持续1个月。这项活动由卫生部主持。卫生部宣布10月1日为“全国健康生活日”。这一天在政府大厦的大草场上,身穿运动服、头戴鸭嘴帽的2.6万多人做操(运动服、帽子免费提供);全国所有公共游泳池为公众开放,人人汇合在大草场上,举行韵律操、跳绳、现代舞、武术、拳道、空手道、马来武术、印度武术、藤球、三个制篮球、门球等活动的表演。全体在现场做完体操后,在大草场上举行网球、棒球、足球、橄榄球等小型比赛。

体操运动节由新加坡体能指导员协会和新加坡体育理事会联合设计。运动简单,只需在原地做,适合由7~70岁以上的人。整套体操运动包括下肢、上肢和全身运动,共4节,每节重复做8次,费时不多,全家老小一起做,其乐融融。

(3) 俄罗斯的“奔跑节”——“爱的节日”

每年的9月11日是俄罗斯传统节日——“奔跑节”,还有一个动听的名字叫做“爱的节日”。这一天,年轻人从四面八方涌向自己所在市镇或村镇的广场,然后,参加各种形式的奔跑、长跑、短跑、接力跑等。男女青年在一起奔跑,在俄罗斯人的心中以上是爱的象征。年轻姑娘和小伙子就是在每年的奔跑节上互相认识,发展情谊,最

后结成秦晋之好的。同时许多订婚青年是在奔跑节举行婚礼的。他们以这种形式象征爱情的纯洁、高雅和健康。

(4) 加拿大的夏季牛仔赛

加拿大卡加利市镇上历史悠久的牛仔赛——全称“田园牛仔大赛”，是一个与牛马有关的传统体育节日，在每年7月头一个星期开锣，一连举行9天，热闹非凡。牛仔赛源自1520年已有的牛仔节，后来还出现了专为此节庆而创作演出的牛仔舞。至今除了骑野马、驯野牛的比赛外，也有土著人的民族歌舞表演，热烈奔放。还有画牛画马的美术展览。

(5) 世界其他各国的体育节

世界上还有不少国家和地区，以有关国际体育组织为核心利用体育日、体育节的方式，推动体育运动的发展。

据不完全统计，目前举办体育日、体育节活动的国家还有朝鲜、德国、保加利亚、日本、缅甸、印尼、马来西亚、法国、智利、墨西哥、科威特、土耳其、马里、尼日利亚、加纳、孟加拉和沙特阿拉伯、也门等。各国都有自己规定的时间和特点。

为了推动世界各国各阶层更多人员参加体育锻炼，联合国教科文组织政府体委特设委员会于1981年12月召开会议，提出组织“体育为一切人世界周”（简称体育周）的建议。世界体育周虽未实现，然而不少国家和地区的体育日、体育节都在蓬勃地开展着，有些国家的体育节历时一周，甚至数月。

2. 中国古代清明节与体育节

阳春三月，春风习习，草长莺飞，春光融融，鸟语花香，让人感到格外清新明丽，真是“晴日清明暖，长河柳色匀”。

清明，是我国老的民间体育节日，踏青、春游、荡秋千、放风筝、拔河、射柳、踢足球等是其主要节俗活动，给人以无穷乐趣。据《晋书》记载，自魏以后，每年清明节，人们要到郊外踏青春游。

荡秋千：唐代诗人李山甫《寒食》诗，既描写人们清明荡秋千的动人场面，又写了其他体育活动。

踢足球：踢足球是民间清明节必不可少的体育活动，连皇宫中也很盛行。唐诗人王建语：“两人对踢为白打，三人角踢为官场，胜者有彩”。

放风筝：放风筝是一项独到的健身娱乐活动，仰望晴空，风筝飘忽，另有一番情趣，这项活动自唐以来，代代久传不衰。

拔河：清明拔河历来很盛行。拔河起源于战国时期楚国训练士兵的一种军事体育项目，当时使用的挽绳是竹子制成，唐代以后改为麻绳，长达四五十丈，可供成百人比赛。

射箭：射箭是清明节中另一项体育活动。唐代以后，射柳是人们用箭射装有鹌鹑的葫芦，葫芦挂在百步外的柳树上，矢中葫芦，以鹌鹑飞的高低决定胜负。

郊游:春光明媚,作郊野之游,开展荡秋千、踢球、放风筝、拔河、插柳等体育活动,是一种有益身心的健康的活动。试想,在过去生活并不富裕的情况下,为了追求生活的乐趣,人们通过各种方式来表达自己的情感,娱乐身心。而今天,我们更应回归大自然,利用大自然的风光来增强体质。

3. 古代“体育节”的文化背景

在中国古代体育史上,娱乐体育有着极其丰富的内容,它是中华民族文明的重要组成部分和优秀的历史文化遗产。

(1) 收获激情的宣泄导致原始娱乐体育

在生产力极端低下的原始社会初期,他们的主要任务虽然是狩猎和采集,但也不是贯穿始终的单一劳作。当他们猎获大型猎物或采集到大量的果实之后,就禁不住为内心兴奋所动。为了宣泄这种激情,他们就手舞足蹈。这些原始初期的舞蹈,无表演目的,却起了以下两个方面的作用:一方面表达人的生理上的欢愉;另一方面导致整个集体的和谐,使他们感到了集体社会的融融之乐。这种既有情节,又有节奏和运动量的原始舞蹈,在今天看来正是中国娱乐体育的最早起源。这类娱乐性的活动发展到氏族社会时,已与宗教、艺术、医疗、军事等相结合,进一步增加了内容和扩大了功能。

(2) 宗教典祭利用体育娱乐表达情感

由于人们对自然现象的不理解,开始产生了原始的宗教观念。他们为自己的和部落的生活向上苍祈祷吉祥。在典祭仪式上,他们也用舞蹈来表达自己的感情,其出发点主要是为了向神表达自己的崇敬和虔诚之心,但与艰难枯燥的狩猎、采集活动相比,这种活动具有浓厚的娱乐色彩,祭祀之礼所含的歌舞既是体育的源头之一,也是娱乐体育的重要组成部分,同时也是我国早期传统节日体育活动的主要内容。

(3) 由于政治军事影响形成娱乐体育

私有制社会里,娱乐体育活动主要是同政治、军事活动结合在一起,如西周时的礼射、武舞以及后来的游水、骑射等。有些活动的发展还相当成熟,如礼射在西周的教育中就分为“大射、宾射、燕射、乡射”,舞分为“大舞、小舞、文舞和武舞”许多种类。另一种是统治者所钟爱的活动如田猎、角抵、蹴鞠、击鞠、围棋、投壶等。这些活动多半是集体从事的,所以影响较大,流传久远。民间的诸如秋千、飞鸢(风筝)、竞渡等活动也有开展但规模不大,内容简单。

(4) 封建时代的豪华型体育娱乐

在中国封建时代,最惹人注目的是宫廷的豪华型娱乐体育和民间形式多样的百戏。比如球类活动,汉高祖时宫廷里就有了,到唐代出现了充气的球和球门以及多种多样踢法。宋代民间出现蹴鞠的专门组织“圆社”、“齐云社”,明清时蹴鞠的娱乐性非常鲜明,已经不是军中之戏了。唐时击鞠也盛行一时,文人墨客、皇帝大臣、宫中女子都跨鞍挥杖。两晋南北朝时期,由于受文弱之风的影响,棋类、投壶等游戏活动得

到了最大限度的发展。民间百戏主要有绳技、桩技、掷倒技、争交、跳绳、秋千、弄潮、冰嬉等,呈现出百花齐放的局面。

4. 我国古代“体育节”的基本特征

(1) 娱乐性

古往今来,促使人们从事这类体育活动的动因都是因趣而动,动中有趣。宫廷贵族开展的最具代表性的古代娱乐体育中,绝大多数都是直接或间接、有意无意地追求这一目的。在实现这一目的的过程中,在精神欢悦的背后,蕴藏了体育的根本属性——健身性。

(2) 自发性

在这方面,比较典型的是民间的,百戏。“凡人之性,心和欲得则乐,乐斯动,动斯蹈,蹈斯荡,荡斯歌,歌斯舞”,符合人体的生理现象,也是对这一特性的客观总结。

(3) 由简到繁,内容极其丰富

我国古代的娱乐体育活动,由原始社会的舞蹈、石球戏到封建社会的百戏,从无到有,创造了丰富的娱乐体育活动内容。这种发展过程反映了事物发展的基本规律。

(4) 鲜明的历史继承性

大多数的娱乐体育一经产生,就被后世继承下去而且不断充实和完善。例如足球(蹴鞠)、杂技(绳技、掷倒技)、摔跤(角抵、争交)、舞蹈、棋类都是这样,具有历史文化的继承性。

(5) 时代地域性

我国古代的体育与社会时代背景和地域息息相关。奴隶社会的初期,只有简单的舞蹈、游戏、礼射、秋千等活动,而且都与政治、军事等结合在一起。三国时期战乱频繁,娱乐性体育也随着跌入低谷。隋唐是封建社会的繁荣时期,娱乐体育表现出前所未有的繁盛。由于社会风气的不同,南方以静为特点的围棋、礼射等活动见长;北方主动,提倡力量型的角抵、缘竿、骑射等活动,体育也表现出分与合的趋势。

(6) 节令性

一些娱乐性的体育活动主要是在节日里举行。例如隋代“都邑百姓,每至正月十五日,作角抵之戏,递相夸竞”。清明踏青,端午龙舟竞渡、重九登高,十五观灯,彝族“火把节”举行摔跤、赛马,傣族泼水节跳象脚舞等。节日的消闲时间相对增多,为开展娱乐体育提供了便利条件。

5. 我国少数民族“体育节”

我国少数民族的传统体育活动,与民族的传统节日有着十分密切的关系,可以说,少数民族的传统体育活动,是民族节日中不可缺少的重要内容。了解、认识和研究少数民族传统节日与体育活动之间的关系,将有助于民族传统体育的继承和发展,也有利于我国体育节的开展。

(1) 祭祀性质的节日活动

这类节日形成的时间较早,那时自然科学尚不发达,人们对一些自然现象还不能科学道理加以解释,于是就通过舞蹈、模仿自然界及用动作来表达图腾,以示对祖先的崇拜,对万物的敬仰,取悦神灵,以期神灵祛除人世间的灾难,保佑人畜平安、五谷丰登。如:“龙船节”,节日期间还举行跑马、斗牛、踩鼓等体育活动;“六月节”是哈尼族的传统节日,又称“若扎扎”;“五年祭”节、“朝山节”等宗教性质的节日活动,都有体育活动的內容。

(2) 纪念性质的节日

大都是各民族为纪念本民族历史上的重大事件和缅怀民族英雄人物确立的,一般都有准确的日期。例如锡伯族的“杜因拜专扎坤”节,也叫“四·一八”节,节日的由来是纪念历史上锡伯族的迁居活动。

(3) 庆贺性质的节日

最典型的莫过春节、藏历年、开斋节、傣族的泼水节、哈尼族的十月节等。许多民族和汉族一样,以春节作为自己的主要节日,节日期间的民俗活动体育活动形式多样,异彩纷呈,构成了节日活动中的喜庆氛围。

(4) 社交娱乐性节日

因为少数民族多居住在边远的山区或是莽莽大草原上,由于居住分散,交通不便等原因,他们平时很少能够交往。所以,只有规定的固定日期和地点,使大家能够有个社交和经济、文化交流的机会,也包括青年人的谈情说爱等内容。当然,文体活动也是必不可少的。例如壮族地区都要举行歌圩。布依族每年正月初一到二十一要举行传统的“跳发会”节。白族的“绕三茆”,也属于这个范畴。

“花炮节”是贵州、湖南、广西相毗邻的侗族地区最为热闹的传统节日,但举行日期各异。

在广西壮族聚居的地方,每年都要举行有名的体育盛会“陀螺节”。

在贵州黎平地区的侗族中,每年农历二月十五和三月十五日为“摔跤节”。

苗族的“爬山节”,又称“爬坡节”。还有一些节日,虽然不以体育项目命名,但其中糅进了较多的体育成分。例如:“马奶节”是内蒙古锡林郭勒地区牧民的盛大节日,在每年秋高气爽的农历八月底举行。

总之,几乎在所有的民族节日中,都伴有体育活动的內容。可以说,中国少数民族传统体育与民族节日活动是我国现代体育节的雏形。

二、校园体育节

1. 校园体育节活动内容

(1) 广播操比赛

广播操是根据人体生理规律和使身体各主要部位都得到活动的原则编制的,它

动作简单易学易练。广播操每做一遍约需5分钟,做操时心率和呼吸频率较安静时增加近一倍,从而加速血液循环,促进新陈代谢,可以消除疲劳,提高学习和工作效率。做操时认真领会每节操的动作要领,加大动作幅度,坚持质量标准,必然会收到良好的锻炼效果,因此,广播操是学校体育节的主要内容之一,它可以全校性地进行,也可以班为单位进行。

(2) 健美操和体育舞蹈

健美操是根据练习者的身体特点,发展身体各部位的要求,把体操和舞蹈中的简单动作组编成操,在音乐的伴奏下进行的一种体育锻炼。而体育舞蹈又是一种艺术性较高,技术性较强的表演性和竞技性舞蹈,是一项体育与艺术完美结合的运动,健美操、舞蹈动作简单易学,讲求实效,造型优美,动作连续,它练习密度较大,融健身、健心与健美为一体,对增强体质,塑造健美体型的强烈愿望,特别是女生更是如此,学校可以普遍采用和推广健美操健身法,是学校体育节的主要内容之一。

(3) 田径比赛

田径运动是学校体育节开设的主要项目,在学校体育占有较大的比重。由于田径比赛项目多种多样,内容丰富,既有个人项目,也有集体项目,能激发参加者的积极性。

(4) 各种球类比赛

球类项目也是开展学校体育节的主要内容,球类项目竞赛不仅具有激烈的竞争性,而且具有游戏的特点,能发展学生的协调性、灵活性、速度和力量,尤其能培养学生团队精神,公平、公正的竞争精神,它深受广大学生欢迎,已成为丰富学校社会文化生活的主要组成部分。

(5) 体育知识讲座

体育是万古长青的事业,为了推动体育运动的深入发展,在学校开展全民健身运动,让每个学生都能意识到它的重要性,激发其参加体育锻炼的积极性,在全校范围内开展有关体育目的任务、体育的社会价值、体育的健身价值等方面的知识讲座是必要的。但是组织一次成功的体育知识讲座是不容易的,必须具备以下三个因素:一是所选主题是否当前热点问题;二是讲座内容是不是与本校学生的实际情况相适应,被学生所接受;三是讲演者是不是具有“名人效应”和较高的学术和演讲水平。因此在组织体育节期间讲座时,应争取请到校内外的知名体育专家或具有较高人气的运动员。

(6) 体育知识竞赛

体育知识竞赛可以促进学生对体育知识的掌握和理解,也是加强体育知识学习的重要途径。它把体育的竞争性用到知识竞赛中,具有较大的吸引力。

(7) 体育教学表演

每逢体育节或其他假日由老师组织体育教学效果好的班级,进行某一体育项目

的教学表演,以展示学生学习效果,丰富文化生活。

体育节作为世界性的文化,已受到各国的重视,学校体育节是学校开展体育活动的重要表现形式,学校体育节是校园文化的重要组成部分,在校园文化建设中有很重要的作用。

2. 校园体育节的文化价值

校园体育是一种群体文化,它有赖于群体的共建,同时又反馈作用于每个个体,使个体把这种集体的行为风尚内化为自我要求。因此,在客观上它对学生的行为方式必然产生一种学校“规范”和“约束”的效果,对学生体育锻炼行为习惯的养成产生规范约束的作用。

(1) 校园体育节是一种促进社会文明的精神文化。文明孕育体育,体育促进文明。作为校园文化一部分的校园体育,一方面对学生个体自身文明素质的培育与提高产生积极作用;另一方面还会通过多种形式和传播载体,对家庭体育、学校体育、社区体育乃至社会体育的内容、形式及风气产生直接或间接的影响。

(2) 校园体育节是促进学生身心健康发展的人体文化。校园体育是通过身体运动的方式进行的,它要求人体直接参与活动,这是校园体育活动最本质的特点之一,它决定了校园体育具有促进学生身心健康的功能。

(3) 校园体育节是提高审美意识的情感文化。校园体育节对提高人们的审美意识有很好的促进作用。体育本身是一种健与美的统一。体育锻炼能使学生体魄强健,体型匀称,姿态端正,动作矫健,这些既是健康的标志,又是人体美的表现。

3. 校园体育节的组织与开展

搞好学校体育节必须抓好制订方案、思想发动、组织实施几个基本环节。

根据活动的工作环节、内容等具体要求,先由学校领导层拟定一个基本框架,然后由承办部门(体育教研室)拟定实施方案。实施方案分三个层次,制定总实施方案是其中的关键。总的实施方案应包括以下内容。

(1) 组织领导。建立以主管体育校长挂帅,有宣传、体育、共青团、保卫等有关部门负责人参加的体育节领导小组。下设活动组织组(部)、新闻宣传组(部)、安全保卫组(部)等办事机构,并由领导小组副组长中的秘书长具体负责各办事机构的工作协调和落实领导管理工作。

(2) 活动形式与时间。总体实施方案中,要确定体育节整个活动的具体时间,并对采取的组织形式作出具体的规定。学校体育节的形式有:各种体育比赛、体育表演、体育讲座、体育知识竞赛等。开展范围有全校性的、以系部为单位的、以班级为单位的等。

(3) 制定活动规程。体育节活动规程的主要内容有:

基本事项:首先应明确本次活动的目的任务、主办单位、活动日期和地点、参加单位及级别等。这些内容根据组织方案决定。

活动内容:应根据体育节的性质、规模、参加级别、参加者的实际水平情况来设置比赛项目,对有关项目的比赛规则、器械的重量和规格应作相应的要求,不能同运动员比赛一样,应体现其普通学生参加体育比赛的特点。

领导小组对各基层组织进行此项活动提出原则要求。其中包括组织领导、宣传发动、安全教育与组织。在体育节期间,利用校广播电台讲话和讲座等活动,加强体育节的宣传活动,掀起全校性群众体育锻炼热潮。

提出学校体育活动总的效果要求。

思考与讨论

1. 体育节在国外的主要表现形式。
2. 我国体育节的产生和发展原因。
3. 校园体育节的文化价值。

第六讲 课余群众体育活动

课余体育是学校体育的一个重要领域,也是学校教育的组成部分,不定期是校园文化建设的重要内容。它是学生在课余时间进行的体育活动及与体育有关的一切活动的领地。课余体育是学校体育课的延伸部分,是实现学校体育目标任务的基本途径之一。课余体育与体育课相互配合共同达到完成培养学生健康体质和品格,培养终身体育思想,发展个性的目的。

一、课余体育活动概念及内涵

1. 概念

课余体育是指学生在课余时间,运用各种身体练习的方法以发展身体、增强体质、活跃身心、提高运动技术水平和丰富业余文化生活为目的而进行的体育教育活动。它主要包括早操、课间操、班级体育活动、课余训练、课余竞赛以及校外体育、家庭体育等多种组织形式和内容。

2. 课余体育与体育课的关系

课余体育和体育课两者互相联系、互相补充。体育课为课余体育的开展奠定一定的身体和技术基础,为课余体育提供有关的知识和技能准备;课余体育为学生提供了一个检验体育课学习效果的活动场所。有关体育知识技能要靠学生去体验、运用和掌握;勇敢顽强的意志品质、优良的体育道德作风更需要学生通过在课余体育的实践中去磨炼和培养。

3. 地位

课余体育在学校教育中具有一定的地位,是学校教育的重要阵地。学校教育不

仅包括写在课表上的各门课程,而且还包括大量的各种有益于身心发展的课外活动,如文艺活动、科技活动、体育活动等。这些活动也属于学校教育的范畴,是潜在的教育课程,也是校园文化建设的重要内容。各种课外活动与各种教学活动相互配合,互为补充,构成完整的学校教育课程体系,共同去实现学校教育的目标和任务。

二、课余体育活动的特点

1. 活动内容、空间广泛

课余体育的内容丰富多彩,远远超出了体育教学大纲所规定的内容,从自发松散的游戏活动到仪式正规的运动竞赛,从娱乐性体育活动到竞技性运动项目等,无所不包。课余体育的活动空间非常广阔,从环境幽雅的校园到校外广阔的空间、从拥挤狭窄的家庭、街道到空气清新的大自然,到处都是体育活动的场所,处处可见进行课余体育活动的学生。

2. 活动形式多样,活动方法灵活

课余体育活动的形式多种多样,方法灵活多变。例如:课余体育的早操、课间操、班级体育锻炼、运动队训练及校外、家庭体育等组织形式。可以个人活动、小组活动、班级活动;也可以年级甚至全校的方式进行。还可以共同兴趣小组、各种学生社团等组织形式开展课余体育活动。

3. 以学生为主体、教师指导为辅助

教师在课余体育活动中只起到指导咨询的辅助性作用,这就为学生提供了一个充分发挥自己在体育活动中的积极性、主动性和创造性的良好机会,有利于培养学生的运动才能、组织才能和创造才能,使学生主体地位和作用得到了充分的体现和发挥。

4. 活动开展法定、学生参与自愿

学校课余体育活动是国家法律明文规定的必须开展的体育教育活动,具有法定活动的强迫性质。其中某些活动形式(如早操、课间操)是学生必须参加的属强迫性体育活动,但课余体育中的绝大多数活动形式是属于学生自愿参与的趣味性很强的自主性活动。如轻松愉快的课间体育活动、自主松散的朋友相约远足以及自由自在充满乐趣的家庭郊游等。

5. 群众锻炼与培养精英相结合

课余体育中的大多数活动都体现出参与对象的群众性。如早操、课间操、群众性体育比赛等,不仅参加的学生人数多,而且参加组织的人员也多,有校领导、班主任、体育教师、行政干部、团组织干部等,学校各方面协调配合,才能组织好有关的体育活动。但课余体育中也有少数人参加的运动队训练,少数有运动才能的青年通过课余体育训练,提高运动技术水平,努力创造优良运动成绩,为竞技体育培养优秀后备人才。

6. 是体育课堂的延伸,又能自成体系

体育课的学时有限,很难满足学生身心两方面对运动的需要。因而,课余体育活动能够补偿学生体育课运动的不足,它是体育课堂教育的延伸,是体育教育的第二课堂。但是,课余体育相对于体育课来说,又具有相对独立性,它并不是体育课完全的延伸,也并非纯粹是体育教育的“第二课堂”。课余体育具有自己的体系和自己相对的独立性。

三、课余体育活动在校园体育文化建设中的意义

课余体育活动作为学校课外活动重要形式和内容,始终在校园文化建设中,担任着非常重要的角色,它对于建设校园文化的意义是多方面的。

1. 生动、丰富的课余体育活动能增强校园文化的凝聚力

生动而丰富,是所有优秀文化的必备物质。而校园文化则尤其需要具备生动丰富性——包括内容和形式的多样性。单一呆板、乏味枯燥、死气沉沉,不但不符合青少年身心发展的要求,而且必然导致校园文化自身素质的退化。

青年学生最富于朝气和活力,对生活充满美好的憧憬和新奇感受。他们不但需要课堂学习,而且需要娱乐,需要友谊,需要发展自己的兴趣爱好,需要情感和精力的宣泄。而课余体育活动恰恰是满足青年学生这些需要的最灵验、最有效的方式之一。因此,大力开展课余体育活动充分利用体育运动的自身特点,丰富校园文化建设,创造出校园文化的多样性,创造出紧张严肃与生动活泼相统一的、丰富而生动的文化氛围,从而为满足广大青少年学生多方面的情感需要,提供一个广阔的空间和适宜的环境,充分焕发人命关天青春朝气与活力。反过来,这样又能给校园文化注入勃勃生机,使校园文化更加丰富而生动,形成一个良性循环,校园文化也会因此而产生更加强大的凝聚力和吸引力,使更多的青少年学生参加到课余体育活动中来,使他们的剩余精力得到合理的释放,既锻炼了学生的身体,陶冶了他们的情操,又提高了他们的审美情趣,培养了他们的高尚品德。此外,还可抵御社会有害文化的侵袭,净化校园环境。

2. 课余体育有助于冲破校园文化的封闭性,增强开放性

校园文化应保持一般社会文化的某种超然性,但也要加大对社会的开放,加强与社会文化的交流。为保持校园文化的纯净性而闭门锁园,搞孤岛似的校园文化,不但是徒劳无益的,而且是有极大弊端的。封闭式的校园文化培养不出具有现代思想和创造能力的现代人,只能造就出一批“两耳不闻窗外事,一心只读圣贤书”的“书呆子”似的“人才”。这些人无法适应越来越开放社会的需要。因此,校园文化建设必须在正确的原则指导下,加强其开放性。

而课余体育活动,正是加强这种开放性的重要途径之一。首先,通过学校之间、学校与社会之间频繁而广泛的以体育为内容的交流和接触,增进学生对社会的了解,

开阔学生的眼界,吸取社会文化中的有益成分,弥补校园文化的不足。其次,体育运动具有较强社会性,可以使学生在体育活动中,培养社会交往能力和适应社会能力。此外,学生通过参加学校的各种课余体育活动(如参加运动会、体育知识竞赛等),往往可以在这些活动中崭露头角,显示出校园文化的雄厚实力,提高校园文化的威望。

3. 课余体育有助于弘扬校园文化的创新精神

课余体育,首先,为学生的体育运动才能的发挥和创新,提供了有利条件,使青少年学生有机会发展体育运动的特长和爱好,从而弥补了课堂教学统一要求、以分数来衡量学生才能的唯一尺度的不足;其次,体育运动有一个重要特征,那就是鼓励和要求不断地创新,因为,只有不断地创新才能在体育竞赛中,立于不败之地。学生在体育运动中自始至终有一个信念在支撑着自己,那就是“努力拼搏、战胜对手、成为强者”。正是这种精神激励着参加体育运动的人,战胜各种困难,超越对手,越超自己,创造了一个又一个新的纪录。“鼓励创新”是体育文化的文化物质,这种文化物质正是校园文化建设中必不可少的灵魂,也是现代教育所要追求的不变神韵。

思考与讨论

1. 课余体育活动的特点。
2. 课余体育活动的主要体现形式有哪些?
3. 课余体育活动在校园体育文化建设中的意义。

第七讲 体 育 课

体育课程教学是校园体育文化最重要的组成部分,它以最直接的方式向学生传播体育文化及综合知识,以促进学生身体正常发育,增强体质,增进健康为最根本的目标;注重体育文化知识、卫生保健知识的传授,结合身体练习,形成体育、卫生保健教育相结合的新体系;强调培养学生体育能力和锻炼习惯;重视学生的全面发展,为培养新型的现代人服务。

一、体育课性质

(1) 体育课是大学生以身体练习为主要手段,通过合理的体育教育和科学的体育锻炼过程,达到增强体质、增进健康和提高体育素养为主要目标的公共必修课,是学校课程体系的重要组成部分,是高等学校体育工作的中心环节。

(2) 体育课是促进大学生身心和谐发展、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,是实施素质教育和培养全面发展的人才的重要途径。

二、体育课目标

1. 运动参与目标

积极参与各种体育活动并基本形成自觉锻炼的习惯,基本形成终身体育的意识,能够编制可行的个人锻炼计划,具有一定的体育文化欣赏能力。

2. 运动技能目标

熟练掌握两项以上健身运动的基本方法和技能;能科学地进行体育锻炼,提高自己的运动能力;掌握常见运动创伤的处置方法。

3. 身体健康目标

能测试和评价体质健康状况,掌握有效提高身体素质、全面发展技能的知识与方法;能合理选择人体需要的健康营养食品;养成良好的行为习惯,形成健康的生活方式;具有健康的体魄。

4. 心理健康目标

根据自己的能力设置体育学习目标;自觉通过体育活动改善心理状态、克服以下障碍,养成积极乐观的生活态度;运用适宜的方法调节自己的情绪;在运动中体验运动带来的快乐和成功。

5. 社会适应目标

表现出良好的体育道德和合作精神,正确处理好竞争与合作的关系。

三、体育课设置与结构

1. 体育课设置

在大学一年级开设以全面发展身体素质和基本活动能力、改善身体形态机能、增进健康为主的基础课;在二年级开设以掌握 1~2 个项目科学锻炼的基本知识和技术、技能,培养学生锻炼兴趣为主的选项课;在高年级开设以提高学生体育理论水平和体育实践能力,能为终身体育奠定基础为主要内容的选修课;在不同年级对少数身体异常和病弱学生开设以康复、保健体育为主的保健课,重新构建新的体育课程体系。

2. 体育课结构

(1) 为实现体育课目标,应使课堂教学与课外、校外的体育活动有机结合,学校与社会紧密联系。要把有目的、有计划、有组织的课外体育锻炼、校外(社会、野外)活动运动训练等纳入体育课程,形成课内外、校内外有机联系的课程结构。

(2) 合理设置体育课的实践课、理论课、健康课、多媒体课等内容,充分利用课程系统内部相互联系、相互作用所产生的特殊作用,有效提高体育课程的整体功能。

把有目的、有计划、有组织的课外体育锻炼、校外(社会、群体)活动运动训练等内容纳入体育课程,形成课内外、校内外有机联系的课程结构。

体现出灵活性和选择性以满足学生对体育课程多样化的需求,“打破原有的系别、班级建制,重新组班上课”,开设体育普修课、选项课与体育文化素质选修课,都是课程结构选择性创新的突出体现。

发挥学生的主体作用和教师的主导作用,在教师的指导下,学生具有自主选择课程内容、自主选择任课教师、自主选择上课时间的自由度(图3-3)。

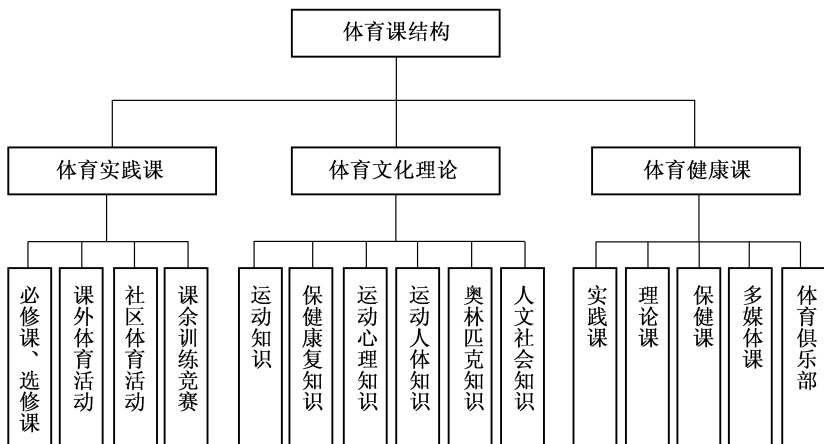


图3-3 普通高等学校体育课结构体系

四、体育课内容特点

在教学内容方面,突破竞技运动结构的约束,强调根据学生实际情况,科学地选择教学内容,以满足不同层次、不同水平学生的需要。针对体育教材中过于强化的竞技运动技术,按照高校的教学目标,根据学生的体质、技术水平和可接受能力,经过实践探索,逐步建立起适合增强大学生本质、完善学生身心发展的快乐体育课程内容体系。

1. 内容的现代化

课程内容现代化就是融科学性、实用性和趣味性于一体。科学性是指高校体育的学科特性在高校体育教育中充分发挥作用,实施素质教育和培养现代化人才的突出表现,也是衡量现代化高校体育课程内容是与否的一把尺子;实用性是指要使学生掌握那些现代社会最有用、最基本的体育知识和技能,并为增进学生健康、培养体育能力和从事身体锻炼打好全面的基础;趣味性则是指老师要重视体育文化修养教育和注重启发式教学,让学生了解体育、认识教材、明确体育知识的重要性和体育锻炼的价值。

2. 内容的综合化和多样化

多功能、高综合的高校体育课程目标,决定了课程内容的综合化和多样化的加速

发展。虽然这种设置课程内容的指导思想在我国高校体育教改中研探的时日尚短,但在发达国家,综合化、多样化的课程内容设置已经十分普及。如余暇运动、网球、射箭、高尔夫球、保龄球等项目引入高校体育的内容,尤其是体育文化、体育思想教育的强化和教学时数的增加,都明显提高了高校体育教育的整体功能。

如试行的“体育基本知识+体育文化教育讲座+体育技、战术应用和欣赏能力辅导”的体育文化课教育方法和把培养个性、发展心理素质同增强体质、运动技术、战术训练紧密结合的课程内容形式,就是利用系统整体中各种项目相互联系、相互作用所提供的信息而构建的课程内容模式。

3. 内容的弹性化、自主化

发展个性,激发大学生潜在创造力,提高体育能力和整体素质,是现代高校体育教育的又一个发展趋势,也是我国 21 世纪高校体育课程目标规划研究中的关键问题。必须在体育课程内容的实施过程中充分地体现出来:① 在教学组织形式上,坚决克服“一个模式、一种程序”的以班为群体分组轮换的机械形式。② 在教法上,坚决革除“一刀切、齐步走”的陈旧观念。这是因为大学生的自尊心、自信心以及在体育活动中取得的成就感联系极为密切,稍有疏忽就会损害他们的自尊心,进而影响他们完成技术动作的自信心。而灵活多样、个别选择式的教法形式,就可以把共性与个性有效的兼顾起来。既可增强他们自强的信念,也能促进他们自我意识的发展,同时也利于根据大学生心理发展特征提高其创造性的思维能力。是深化改革在教学目标实施过程中“一个标准,一种规格”的设计和操作要求,这是因为 21 世纪对人才的需求是多层次、复合型、全方位的。而“一个标准,一种规格”的目标设计,不仅限制了大学生的个性和能力的发展,也扼制了大学生潜在创造力的闪现。因而,必须致力于探索和构建灵活多样、个别选择的,扩大学生学习自主权和自由度,强调学生在教师引导下自觉、自主和自由学习的高校体育课程内容。

4. 健身性与文化性相结合

由于增进学生健康,增强学生体质是我国学校体育的首要目标,为此,我们在选择和确定学校体育内容时,必须首先考虑活动内容(含体育教材)的健身性,即健身价值。

为了提高体育锻炼的科学性与实效性,丰富学生健康生活的知识和提高学生的体育文化素养,我国学校体育的内容在突出其健身性与实践性的同时,也重视其文化性。一方面重视体育和保健知识的传授,另一方面我们也重视学校体育内容的文化含量。

学校体育内容的健身性与文化性之间具有高度的相容性,许多内容既有很高的健身价值,又有很高的文化价值。

5. 选择性与实效性相结合

在课程内容方面,我们选择了健身效果好,符合我国高校体育的运动项目,易于组织开展和符合大学生身心发展特点的内容,如:田径、篮球、排球、足球、乒乓球、羽毛球、游泳、体操、武术及其他一些民族传统与具有地方特色的体育项目。然而,由于我国幅员辽阔,教育发展水平也不平衡,各地的办学条件,气候条件,体育的基础设施条件差别较大,因而统一的体育教学大纲必须具有较大的灵活性。如在普通高校,推行的体育课程指导纲要,就是在统一基本任务与要求的原則下,给予各级各类高校更多灵活性和自主权,以便选择那些实效性強,深受大学生欢迎,能丰富高校体育活动内容和活跃大学生的体育文化生活的,具有强烈时代气息的高校体育课程内容。并根据各校的具体情况,不同形式的活动内容,不同的参与对象,尽可能给学生提供较多自主和自由活动与锻炼的时间和空间。

6. 科学性和可接受性相结合

“学校教材要反映中国和世界的优秀文明成果以及当代科学技术文化的最新发展。”我国的高校体育课程内容,在继承和发展的基础上,也力求反映时代的特点,如近年来引进的健美操、韵律操、艺术体操、舞蹈、网球等,向学生介绍娱乐体育、休闲体育、竞技体育、体育欣赏、奥林匹克运动、锻炼与营养、心理健康与体育锻炼、自我监督与身体评价等知识。这些内容都具有强烈的时代气息,受到学生的热烈欢迎,大大地丰富了学校体育的内容,活跃了大学生的体育文化活动。

高校体育课程内容,应与科学发展相适应并力求反映本学科的新进展、新成果。同时,还要以人为本,遵循大学生的身心发展规律和兴趣爱好,既要考虑主动适应学生个性发展的需要,也要考虑主动适应社会发展的需要,为学生所用和便于学生课外自学、自练。

7. 民族性与世界性相结合

民族性与世界性相结合,是社会文化发展的又一重要特征,体育文化是人类创造的共同财富,是没有国界的。一切优秀的体育文化,都具有强大的生命力,能被各国人民所接受。我国近现代学校体育的内容,绝大部分是引进、吸收国外的,如田径、球类、器械体操、艺术体操、健美操等。

与此同时,我们也重视自己民族传统体育内容的教学,特别是近十多年来,以武术为主的包含导引养生传统体育的内容有所加强,如少年拳、青年拳、健身拳、五禽戏、八段锦、剑术、马术棍术、太极拳、太极剑等。此外,还有一些具有地方特色的体育活动内容,如游泳、冰雪运动、踢毽子、踩高跷、荡秋千、跳绳、跳方格、滚铁环以及各式各样的体育游戏等,在我国各级各类学校也被广泛采用,有的还被许多学校作为选用教材进行传授。

五、编写新颖、健康的体育课教材

高质量的教材是积累知识、训练技能、启发智力和提高素质的重要工具,应用、编写教材要按照“与时俱进”的要求策划、设计完善素质教育,强化健康观念,更新专业知识的题材,注重教材的导向性和实用性。高校体育教育教材体系,必须同时具有三个特点:其一是教材内容现代化。它要求对教材内容的选择必须融科学性、实用性和趣味性于一体。其二是教材范围综合化、多样化。它要求覆盖体质、生理、心理、文化、道德、营养、人口、生物、哲学、健康乃至更大的内容范围。其三是教材的项目组合弹性化、灵活化。它要求按照不同内容、不同方法、不同形式、不同功能、不同项目进行组块,且保持互相联系、互为作用、系统整体的功能。

六、体育教师队伍知识结构高层次化

在体育课程体系改革中,首先要抓师资队伍的建设。目前,体育教师数量多而质量较差的问题很突出。我们可以通过拓宽师资补充渠道,充分利用现代技术手段、积极组织在职体育教师的继续教育和学习、培训,营造良好的科研氛围等方法来解决。培养一支层次高、素质好的复合型教师队伍,以适应当前的需要。教学内容应当淡化竞技,注重健身,贴近未来职业,确立终身体育意识,从更新体育教师的知识结构、提高知识创新意识出发,使体育教师自身所储备的体育健身内容、方法、艺术更能满足学生的需要,以适应现代化社会对我们日益提高的要求。

七、我国学校体育教学特色

1. 指导思想方面的特色

(1) 社会需要与主体需要相结合。任何一个国家,即便公开申明教育只是为了发展学生的个性,当他们在确定教育、教学目标和内容时,都离不开国家和社会对教育提出的要求。

(2) 育体与育心相结合。所谓育体,就是对学生进行身体教育,这是由体育学科的性质所决定的,是一般规律,是世界各国所共有的。所谓育心,就是在学校体育过程中,结合不同内容与形式的身体练习,对学生进行思维品德教育和心理素质的培养,达到愉悦身心,陶冶感情,完善个性的目的。

(3) 增强学生体质与为学生终身体育打基础相结合。增进学生健康,增强学生体质,是学校体育的本质功能,也是近半个世纪以来我国学校体育的首要目标,是评价我国学校体育工作的主要依据。

在发展学生身体,增强学生体质的实践过程中去培养其从事体育运动的意识、兴趣、习惯和能力,并把两者有机地结合起来。这种结合是学校体育区别于社会体育的重要体现。

2. 体育教学方法的特色

在体育教学方法方面,以提高体育教育效果、实现学校体育目标为目的,体现了如下特色:

(1) 统一安排与自主活动相结合。为了保证学校体育目标的实现和学校各项体育活动的有序进行,各级各类学校都对体育教育、早操、课间操、课外体育活动、运动会、体育节、远足、夏令营等,做出统一的安排,并由学校或班级统一组织进行。但各种不同形式的体育活动,又都根据不同的情况和不同的对象,安排一定的时间给学生进行自主活动。

(2) 严格的组织纪律与营造生动活泼的体育氛围相结合。严密的组织与严格的纪律,是我国学校体育显著的外部特征,它不仅是培养学生良好的学习作风和组织纪律性的需要,而且也是安全的需要和保证学校体育各项目标实现的需要。一个生动活泼的体育氛围的形成,是以和谐的师生关系为基础,以科学的组织方法为手段,以激发学生的情感为标志的,它要求体育教育具有较高的文化素养和教育艺术,在体育教学和其他体育活动过程中宽严有度,张弛有度,统分合理,师生协调。

(3) 激发学生的体育兴趣与培养学生刻苦锻炼的精神相结合。在学校体育中,我们既反对“兴趣中心主义”,反对“一切从学生的兴趣出发”,但我们又十分重视在各种体育活动中,培养和激发学生的体育兴趣。兴趣是学生从事体育活动的内驱力,培养学生从事体育活动的兴趣,是培养学生终身体育意识和能力的前提,是实现学校体育目标的需要。为此,我们强调要根据不同学段学生的身心特点,选择学校体育的内容、活动方式和组织方法,对某些竞技运动项目进行必要的改造,把内容的健身性与娱乐性结合起来,把方法的实效性和趣味性结合起来,千方百计地培养和激发学生从事各种体育活动的兴趣。在强调要重视培养和激发学生体育兴趣的同时,也十分重视培养学生刻苦锻炼的精神,教育学生把刻苦锻炼,作为磨炼自己意志的过程。

(4) 课内与课外相结合。体育课是实现学校体育目标的基本形式,但不是唯一的形式。学校体育除体育课外,还有早操、课间操、课外体育活动等其他形式。不同的形式,有其不同的特点,在实现学校体育目标上有其不同的侧重。但这种侧重不是相互割裂的,而是相互联系、相互补充、相互促进的。

(5) 校内活动与校外活动相结合。各项体育活动基本上在校内进行。20世纪80年代以后,随着改革开放政策的实施和社会的进步,学生校外的体育活动逐渐地活跃起来。首先是,户外体育活动得到加强。由于我国是一个独生子女众多的国家,青少年学生的生活条件大都比较优越,家庭对其又都比较溺爱,加之于学校教育的偏颇,因而造成他们吃苦精神、竞争意识和独立生活能力较差。为了改变这种状况,广大学校体育工作者都强烈地意识到,要通过学校体育加强对学生的意志力、竞争力及自我心理调节能力等心理素质的培养。其次是,校外体育竞赛不断增加。校际体育

竞赛日趋活跃,乡镇与县市的学校运动会每年都举行,省、自治区、直辖市与全国大中学生运动会也定期举行,而且我国还积极组队参加世界大学生运动会和中学生的各种单项比赛。这些竞赛活动极大地推动了我国学校课余体育训练的开展和运动技术水平的提高。最后是,校外体育欣赏和体育信息的获得增多。我国学生直接或间接(通过电视)观看和欣赏各种体育比赛与体育表演的时间和次数大大增多,而且基本上是在校外进行的,并通过各种媒体获取自己感兴趣的体育信息。

追求知识,崇尚科学是校园体育文化建设的宗旨。体育课不是单纯的运动上的竞技,而是一门多学科的课程体系,当代体育科学的发展,与整个社会的哲学、自然科学、社会科学、数学、思维科学的发展是同系的,如体育与自然科学的关系就涉及运动解剖学、运动生理学、运动保健学、运动生物力学、生物化学等。学校体育文化的学科教育价值在于通过实施体育文化教育活动,让学生系统地接受人类科学知识和优秀体育文化成果,使他们了解相关学科基础理论的研究成果,为全面发展奠定了良好的体育学科教育基础,使他们真正掌握体育理论与科学锻炼的方法,懂得体育原理,学会和提高锻炼的实践能力,促进身心健康发育,提高体育综合素质和能力水平。

思考与讨论

1. 目前我国学校体育课程结构是怎样的?
2. 现代体育课程内容的特点如何?
3. 我国学校体育教学的特色。

参考文献

- [1] 金钦昌主编. 学校体育学[M]. 北京:高等教育出版社,1994
- [2] 李晋裕,等. 校体育论文选集[M]. 北京:高等教育出版社,1992
- [3] 吴志超,等. 代教学论与体育教学[M]. 北京:人民体育出版社,1993
- [4] 体育学院通用教材编写小组. 运动训练学[M]. 北京:人民体育出版社,1990
- [5] 王则珊主编. 学校体育理论与研究[M]. 北京:北京体育大学出版社,1996
- [6] 杨文轩. 体育原理导论[M]. 北京:北京体育大学出版社,1996
- [7] 李伟民主编. 青少年健身之路[M]. 南京:江苏人民出版社,1996
- [8] 宋继新. 竞技运动学[M]. 长春:吉林人民出版社,1998
- [9] 曲宗湖,等. 几个国家学校体育的比较[M]. 北京:北京体育大学出版社,1987
- [10] 刘绍曾. 当代学校体育的发展趋势[J]. 学校体育,1998(1)
- [11] 体育学院通用教材编写小组. 学校体育学[M]. 北京:人民体育出版社,1991

-
- [12] 体育学院通用教材编写小组. 体育概论[M]. 北京:人民体育出版社,1989
- [13] 王道俊,王汉澜主编. 教育学[M]. 北京:人民教育出版社,1988
- [14] 卢元镇. 体育的社会文化审视[M]. 北京:北京体育大学出版社,1998