

浙江省普通高校田径选项课教学现状与对策

尚志强

(浙江传媒学院 公体部,浙江 杭州 310018)

摘 要:通过对浙江省12所普通高校开设体育选项课的情况进行调查分析,结果表明:由于当前各高校不开设田径课面临着田径运动水平的下降,从而影响各高校举办田径运动会的质量和观赏性。就普通高校如何开设田径选项课提出相应的对策,以促进高校田径运动水平的发展。

关 键 词:普通高校;田径课;影响因素;教学现状

中图分类号:G820.2 **文献标识码:**A **文章编号:**1006-7116(2005)04-0085-02

Current situation of the teaching of optional track and field class in ordinary universities and colleges in Zhejiang Province

SHANG Zhi-qiang

(Department of Physical Education, Zhejiang Institute of Media, Hangzhou 310018, China)

Abstract: The author investigated and analyzed the situation of optional track and field class opened in 12 ordinary universities and colleges in Zhejiang province, and revealed the following finding: The quality and enjoyable nature of track and field games launched by the universities and colleges are affected, since the universities and colleges which do not open a track and field class currently are confronted with a drop of track and field sports level. Accordingly, the author brought forward corresponding countermeasures in relation to how ordinary universities and colleges should open a track and field class, so as to boost the development of track and field sports level in universities and colleges.

Key words: ordinary universities and colleges; track and field class; affecting factors; current situation of teaching

本文对浙江师范大学、中国计量学院、宁波大学、浙江万里学院、浙江传媒学院等12所普通高校学生进行问卷调查(共发问卷1200份,回收有效问卷1086份,回收率90.5%),并采用电话采访和走访对上述12所学校50名体育教师进行访谈,了解浙江省普通高校田径选项课的开展情况,通过分析找出问题,并提出对策。

1 开设田径选项课现状

当前浙江省普通高校中正常开设田径课的学校1所,占8.3%,而不开设田径课的学校8所占66.7%,设有田径课但因选课人数不足而停开的学校3所占25%,实际不开设田径课的学校总数为11所,占91.7%。有38名教师(占76%)赞同不开设田径选项课,而赞同开设田径课的教师有12人(占24%)。学生中,喜欢田径选项课的有388人,占35.73%,不喜欢田径选项课的有698人,占64.27%,有405人(占37.3%)同意保留田径选项课,有681人(占62.7%)同意取消田径选项课。上述结果表明,取消田径选项课已是事实,而大多数体育工作者只看到传统田径课存在的问题,却没有认真细致地对田径课的健身价值深入思考和研究或者说对

田径课健身功能还认识不足。

2 田径运动会记录

浙江省12所普通高校田径运动会破记录情况不是很好。男子短距离项目保持记录平均为9年,长距离项目为10年;田赛跳类项目和投掷项目均为9年,十项全能保持记录平均为8年。女子短距离项目保持记录平均为7年,长距离项目为11年;田赛跳类项目为9年,田赛投掷项目为10年;七项全能保持记录平均为7年。

3 学生不选田径课的原因

(1)新兴运动项目对田径运动的冲击。

随着经济的迅速发展和生活水平的提高,人们在休闲时投入运动锻炼的时间和经济支出越来越多,选择锻炼的内容多种多样。特别是新的休闲运动项目的开展越来越受人们喜欢,如体育舞蹈、健身操、轮滑等,造成许多大学生对田径课不感兴趣,特别是耐力跑,学生更不感兴趣,没有信心和毅力进行练习,投掷项目的情况也如此。

(2)体育课选项制使学生主体意识得到了张扬。

在众多高校实施的选课制中,都将乒乓球、羽毛球、网球、体育舞蹈、跆拳道等学生喜欢的运动项目纳入了体育课教学中,选这些项目的学生的人数均排在前几位,而田径选项课却遭冷落。据调查,浙江师范大学是我省实施选课制教学较早的院校,上课人数近万人,选择田径项目的学生仅有200人。其它部分高校由于选择田径项目的学生人数极少已取消了田径课。对于许多田径教师来讲,由于教学模式的改变和运动项目增多,也不愿意从事单调、枯燥田径教学,纷纷改行。因此说,选课制的实施对体育教学的发展和提高起着积极作用,但是对田径教学的冲击也是空前的。

(3)传统田径课教学内容的弊端。

田径课教学的真正目的是培养学生的健身意识、健身能力和健身习惯,然而多数田径课教学中忽视了健身教学,田径课教学中过于追求竞技运动的完整性、系统性,只重视跑、跳、投等技术动作的教学,而忽视了学生基本运动能力的发展和综合素质的提高。问卷调查发现不喜欢田径选项课的学生认为田径运动太累、难度太大、心理负担重、技术动作难,难以完成教学任务,且考试方式定量化,难达到指标。加上教师教学手段单一,教学内容简单重复,没有充分考虑学生的个体差异和调动学生积极性,使得学生在练习中处于被动压抑,学生的个性特征没有得到充分发挥,严重挫伤了学生学习的热情,因而使学生对田径课产生厌倦和恐惧。

4 开设田径选项课的对策

(1)从宣传入手,重塑田径运动项目的形象。

在选课期间,教师应加强田径选项课的宣传工作,并加强体育基本知识和锻炼价值的教育,使学生充分认识通过田径运动不仅能增强体质,为学习和生活打下良好的基础,同时也为走向社会继续参加体育锻炼提供科学的锻炼方法。

(2)提高田径课教学的趣味性,吸引学生参与。

田径运动因其基础和技术动作的单一性,使学生上课的积极性没那么高。但教学是人安排的,只要趣味性、娱乐性增加了,学生选课的人数就会增加。因此在具体的教学实践中,笔者认为应做好以下几个方面的工作:第1,将游戏与田径课有机结合起来。如在短跑中,可以用接力跑或叫号快速跑游戏来活跃课堂气氛和提高学生反应与奔跑能力;在跳跃的辅助练习中可以用跳橡皮筋和竹竿跳的游戏来提高学生的弹跳力;在跨栏教学中,可以组织学生进行跨障碍比赛;在铅球教学中,可以组织学生进行铅球投准比赛等等。第2,将其它项目融于田径教学中。各种球类、健身操等项目的内容都有跑、跳、投的动作,有其不同特点,如足球的带球跑、篮球的运球上篮、健美操跳跃动作等等既有助于提高学生的跑跳能力,还有助于活跃课堂气氛。同时可以使一些身体条件欠佳的学生有能力参与并有机会获得胜利的喜悦。

(3)突破传统教学模式,运用新的教学模式开展教学。

田径教学的改革关键是对教材、教法、课堂组织形式进行改革,要改变教学主导思想,使其与素质教育相结合。素质教育要求“依据人的发展和社会发展的实际需要,要以全面提高个人的基本素质为根本目的,以尊重个人主体和主动

精神,注重开发个人的智慧和潜能,注重形成健全个性为根本特征,形成个体之间的良性协同合作,培养个体、群体或民族优良品质的教育”。高校传统的田径教材内容、课堂组织形式、教学方法、教学指导思想正是缺乏这方面的理念,使得田径项目变得单调、僵化、枯燥。要改变这种情况,就必须摆脱传统的运动技能教学模式,采取启发式教学模式、选择制式教学模式、领会式教学模式、小群体教学模式、课内外一体化教学模式、情景教学式模式等,激发学生主动参与田径项目的意识,以学生为主体,把接受田径项目的学习变成学生的需求,倡导学生在体育方面的一般发展和特殊发展相结合,提高学生体育文化的修养。

(4)田径选项课应突破传统的体育教学内容,将竞技体育与健身体育相结合。

突破传统的体育教学内容首先要从改变教学目标入手。教学内容和教学目标是紧密相联系的,教学内容是完成教学目标的基础和保证,田径术科教学内容应服从教学目标,田径课程要及时调整教学目标,尽可能地满足大学生的心理和生理需求,从促进学生的健康利益出发,主动适应社会体育的需要。其次,要突破传统的教学内容,将竞技体育与健身体育融合在一起。作为田径课的教学内容是田径运动社会化的健身需要,教学应改变以竞技项目为主的编排形式,而改以运动技术掌握规律进行设计,以竞技原理作为教学重点的教学模式,有意识的从掌握以竞技项目为主转向传授田径运动健身原理和方法上来,开拓田径运动领域的新天地,挖掘田径运动的健身潜力,创编出更有趣味性、娱乐性、健身性的田径项目,使学生乐于接受,终身收益。

(5)进一步完善高校体育课程的选课制度。

高校体育课程选课制的实施,推动了高校体育教学的改革。但是,田径课选择人数少是摆在我们面前的问题,也是急需解决的问题。因此,高校必须对选课制进行改进,如,选项时可规定主副选课制度,选择主项一项,副项3~4项,其中副项中可规定一项必须选田径项目。因为田径运动是其它项目的基础,通过田径项目的学习能促进其它项目的发展,如果是自由选课,选择田径课的学生人数就会太少,田径课就会无法开课,这不利于促进学生身体的全面发展。

参考文献:

- [1] 彭中东,王霞.普通高校田径专项课面临的困境及措施[J].武汉体育学院学报,2001,35(6):103-104.
- [2] 许万林,黄峰.高校田径课中面临的问题及对策[J].四川体育科学,1999(3):40-43.
- [3] 孙德友,单涛.普通高校选课制对田径教学的冲击与应对[J].沈阳体育学院学报,2001(3):61-62.
- [4] 张建宁,王雪.我国学校体育教材内容改革初探——竞技运动项目教材化的改造分析[J].体育与科学 2000,21(3):55-57.
- [5] 陆作生,刘昕.学校体育课程改革思考[J].中国体育科技 2002,38(9):58-61.

[编辑:李寿荣]