

## 中等体育运动学校运动训练专业的教学改革

虞重干<sup>1</sup>, 吴 瑛<sup>1</sup>, 邓林荃<sup>2</sup>, 姚 石<sup>3</sup>, 李广远<sup>4</sup>, 樊智军<sup>5</sup>

(1. 上海体育学院, 上海 200438; 2. 南京市体育运动学校, 江苏 南京 210001; 3. 朝阳市体育运动学校, 辽宁 朝阳 122000; 4. 烟台市体育运动学校, 山东 烟台 624005; 5. 北京市第二体育运动学校, 北京 100061)

**摘 要:**通过调查研究与专家咨询, 勾画了中等体育运动学校运动训练专业的现状和发展要求, 进一步明确了运动训练专业学制、培养目标及对知识、能力、技能、职业道德等要求, 提出了运动训练专业的指导性教学计划。

**关 键 词:**中等体育运动学校; 运动训练专业; 教学改革

**中图分类号:**G807.3 **文献标识码:**A **文章编号:**1006-7116(2001)04-0096-04

### Teaching reformation of sports training major in middle sports school

YU Zhong-gan<sup>1</sup>, WU Ying<sup>1</sup>, DENG Lin-quan<sup>2</sup>, YAO Shi<sup>3</sup>, LI Guang-yuan<sup>4</sup>, FAN Zhi-jun<sup>5</sup>

(1. Shanghai Institute of PE, Shanghai 200438, China; 2. Nanjin Sports School, Nanjin 210001, China; 3. Chaoyang Sports School, Chaoyang 122000, China; 4. Yantai Sports School, Yantai 624005, China; 5. Beijing No.2 Sports School, Beijing 100061, China)

**Abstract:** Though investigation, the paper understood the present condition and development of sports training major in middle sports school; further defined the school system, aim, knowledge, ability, skill, position morality and programme of the major.

**Key words:** middle sports school; sport training major; teaching reformation

为了贯彻落实第三次全国工作会议精神, 实施“职业教育课程改革和教材建设规划”, 教育部职业教育与成人教育司发布了“面向 21 世纪职业教育课程改革和教材建设规划”研究与开发项目。国家体育总局组织了由上海体育学院虞重干牵头的 10 所体育运动学校组成的课题组, 承担了中等体育运动学校重点建设专业教学改革方案, 研究即“运动训练重点建设专业整体教学改革方案”项目。项目于 2000 年上半年经国家教育部职成司批准立项。

### 1 中等体育运动学校运动训练专业现状及发展要求

#### 1.1 中等体育运动学校运动训练专业现状

中等体育运动学校(亦称体育中专校)作为我国中等职业教育体系的组成部分, 最初产生于 50 年代。目前的大多数中等体育运动学校均具有较完善的教学和训练设施, 集中培养本地区的竞技体育后备人才。由于管理体制和地区性历史背景不同, 有的地区由一所中等体育运动学校承担大部分或所有运动项目, 有的地区则由几所中等体育运动学校分别承担部分运动项目, 在校生由一二百名到七八百名不等, 还有的中等体育运动学校直接管理本地区的部分一线运动队, 实现了一二线运动队动态管理。由于各个地区的社会和

经济发展水平不同, 各所中等体育运动学校的发展水平存在着较大差异。

对 107 所体育学校的情况调查统计得到: 学校校均占地 81 亩; 建筑面积校均 17 557 m<sup>2</sup>; 教职工校均 90 人; 专职文化教师校均 23 人; 专职教练校均 24.7 人; 高级讲师、高级教师 628 人占总数的 17.6%, 校均 5.8 人; 讲师、一级教师占总数的 43%, 校均 14.8 人; 高级教练占总数 22%, 校均 5.6 人; 教练员占总数的 51%, 校均 12.7 人。专业教师本科以上学历占 48.6%, 专科学历占 41.4%, 中专学历占 5.7%, 其它学历占 4.3%。学校在校生校均 495 人(含附设班)。周期人才培养走向: 向上输送 12.9%, 教育工作 39.6%, 从事社会体育骨干 15%, 自谋职业 13%, 待业 19.5%。

统计可知, 学校具有独立的微机教室 95 所, 占学校总数 88%; 586 型以上机型 74 所, 占总数 69%; 建校园网 19 所, 占总数 17.7%; 有多媒体教室和语音室的 15 所, 占总数 14%。统计得知, 1993 年前通过国、省、市检查评估合格单位 107 所, 省级重点学校 43 所, 国家重点学校 10 所。

我国体育运动学校专业课程体系在 1984 年、1991 年、1997 年 3 次修订教学计划、教学大纲, 呈现出不同时期的阶

• 收稿日期: 2001-01-05

作者简介: 虞重干(1946-), 男, 浙江鄞县人, 教授, 博士生导师, 副院长, 研究方向: 体育社会学, 运动训练。

段性特征。从整体上分析,一是课程设置划一并强调专业教育的纵向深入,必修课偏多,选修课不足,限选课多,任选课少,也就是说国家指导性计划、地方创编计划、学校自编计划结合不够;但从运动训练专业的专业特征看,必须安排足量的专项训练课时,同时为了保证素质教育的实施,也必须安排足量的文化课时。二是课程内容滞后于中等体育人才的发展,课程设置缺乏整体性,教材更新速度慢等。

### 1.2 存在的主要问题

(1)学校在校生人数少,年龄、学历跨度大。

(2)由于办学时间较短,教师、教练的文化结构层次偏低,进而导致职称结构层次偏低。

(3)由于专业性质太强(金牌、输送),因此重视运动训练的投入,忽视文化基础教学投入。教学上的必备专业教室如:三室、二馆(人体解剖实验室、物理实验室、化学实验室、电教馆、图书馆)、微机、多媒体教室等质低且面积不足。

(4)招生日益困难。

(5)课程设置单一,毕业生难以满足社会需求。

(6)就业渠道不畅。

(7)经费、师资不足制约了进一步发展。

### 1.3 新时期的发展要求

通过近20年的发展表明,中等体育运动学校这种人才培养形式目前以及今后一段时间内是符合我国国情的,它有效地解决了在业余训练阶段制约高水平体育后备人才培养的诸多不利因素,在国家“奥运争光计划”和“全民健身计划”的实施中都起到了不可替代的作用。新的历史时期,随着我国竞技体育人才培养体系的建立和完善,中等体育运动学校作为业余训练工作中高水平体育后备人才培养龙头的作用必将得到巩固和完善。目前办学中遇到的一些困难通过体育教育改革和发展是应该可以克服的。

(1)办学体制要创新。1986年原国家体委、国家教委颁发《体育运动学校办学方案》使体育运动学校得到了迅猛的发展,在训人数迅猛增长。1987年国家教委确定了216所中学为培养优秀体育人才试点学校,1985年原国家教委确定了56所高水平运动队试点高校,体委和教委系统都有自己训练和人才培养网络及基地。当时计划经济条件下就业制度使运动学校一时走俏,随着时代的变革,毕业生因文化基础知识不足,退役后就业择业困难。因此,应该重新审视、构架两系统之间的联系,在中等体育学校与青少年业余训练应该回归到文化教育的母体中去,“体教配合——体教结合——体教校合一”将成为体育运动学校的发展趋势。

(2)办学模式要创新。巨大的人口压力,激烈的择业竞争,竞技体育市场尚不发达,不可能吸纳大量的青少年运动员,升学就意味着就业机会的保障,中专学历已不能满足学生的要求,应积极探索新的办学模式,要不断地在体校结合上做文章,采取“上挂下延,横向联合”的方式活化办学体制。

(3)专业及专业课程设置要创新。体育运动学校要摆脱招生就业难的困扰,就必须改革专业设置。专业设置过于单一,专业课程缺乏活力,是体育运动学校创新不可忽视的重要方面。要根据自身优势进行专业的拓宽和结合,建立新的

课程体系和与之配套的教材体系,强化技能训练,提高复合型水平,确保专业的拳头优势,办出专业特色,适应市场经济的需要。

(4)人才特色要创新。达到人才培养的特色主要包括突出专业特色、强化管理特色、创建设施特色几个方面,并且要充分发挥特色效应,培植一批有一定社会声誉的“拳头”项目和“人才”。运动训练专业的人才培养目标为“培养德、智、体全面发展的,具有高中文化水平的各级各类运动员,特别是优秀运动员的后备人才”。在新形势下,这一培养目标是运动训练专业的立足之本。

## 2 运动训练专业学制、培养目标及对知识、能力、技能、职业道德等的要求

### 2.1 学制

运动训练专业的学制为3年。

### 2.2 运动训练专业培养目标

培养德、智、体全面发展的,具有高中文化水平的各级各类运动员,特别是优秀运动员的后备人才。

前几年,运动训练专业所覆盖的岗位主要是竞技体育运动员和小学体育教师。随着形势的发展,社会主义市场经济的确立,教育改革的深化和市场对人才需求的变化,中等体育运动学校培养的人才已不适应继续担任小学的师资。

以往,全国多数体育运动学校只有一个专业,即体育运动训练专业。学生的流向主要是4个方面:上一级优秀体育运动队和体育俱乐部;大学高水平体育运动队和高等体育院校;基层运动队;从事其它工作。如北京什刹海体校、北京二体校、河北省体校等体校的学生,1/3输送到上级优秀运动队,1/3上大学(大学高水平运动队),1/3从事其它体育工作。根据30所学校调查统计,地市一级体校前两方面人才小一点,只能占35%~40%,而相当部分的学生流向其他工作,甚至待业。这主要是以往专业设置过少造成的。随着体育运动学校专业的增加,人才培养的细化,今后体育运动学校运动训练专业的学生主要面向上一级优秀体育运动队、体育俱乐部、大学高水平运动队和基层运动队,继续从事竞技体育的训练。

随着改革的不断深入和党中央、国务院对中等职业学校发展的要求,教育部已定在全国体育运动学校增加“休闲体育服务与管理”和“体育设施经营”两个专业,培养更多的适应社会主义市场经济需求的各种体育人才,从而使运动训练专业所覆盖的岗位更加明确、现实和可行。其它方面的体育人才,由其它专业培养。

### 2.3 对知识、能力、技能、职业道德等方面的要求

(1)具有良好的思想政治素质,拥护共产党的领导,热爱祖国、爱人民、遵纪守法,有吃苦耐劳、团结协作和拼搏向上的精神。

(2)具有一定的文化素质和修养,基本掌握体育中等学校学生应掌握的文化、基础理论知识。

(3)具有较高水平的专项运动技能和从事竞技体育运动实践的能力。

(4)具有一定的组织体育活动和指导专项运动技术训练的能力。

(5)掌握主修项目的基础理论和训练方法,以及其它运动项目的基本知识和基本技能。

(6)掌握主修项目的裁判知识,并具有一定的实践能力,达到国家三级裁判员水平。

### 3 中等体育运动学校运动训练专业教学改革方案

#### 3.1 运动训练专业教学改革的指导思想

(1)贯彻党的教育方针,以邓小平理论为指导,特别是邓小平同志关于“教育要面向现代化,面向世界,面向未来”的思想;

(2)江泽民同志在全教会上关于职业教育的论述;

(3)《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》;

(4)教育部《面向21世纪教育振兴行动计划》;

(5)改革运动学校运动训练专业的课程教学模式,全面推进素质教育,以学生必需的文化知识与专业知识为基础,以培养学生的创新精神和实践能力为重点,使之更好的适应经济建设、社会发展和劳动就业的需要。

#### 3.2 专业课程、教学改革的原则、思路 and 依据

运动训练专业的课程由文化基础课程和专业课程组成。文化基础课程担负着高中阶段文化基础教育的任务,其质量的高低不仅直接影响着运动训练专业学生的一般文化素质和思想品德素质,也间接影响着他们的运动专业素质,因而应高度重视文化基础课程建设和改革工作。专业基础课程应有利于学生掌握必需的专业基础知识和专业知识,建立知识平台,以利学生今后再学习,创新、创业和就业的努力。

根据世纪之交国内外中等职业教育课程的及教学改革共同趋势和我国运动训练专业课程及教学的实际情况,特提出如下改革原则、思路 and 依据。

3.2.1 关于课程设置 (1)从关注知识、能力的发展到关注完整的人的发展,逐步实现能力本位课程向人本位课程的转轨。综观20世纪的职业教育,可以大致勾勒出从知识本位——能力本位——人本位的发展轨迹。前2个阶段的职业教育关注的是人的胜任工作的知识、能力的教育,而人本位阶段的职业教育更加关注完整人的教育,完整人的教育既包括认知能力、职业能力的教育,也包括精神、道德、审美能力的教育,后者的忽视会导致人精神世界的贫困。现行运动训练专业的课程对人文社会科学重视不够,新课程计划应加强人文社会学科的教育。具体的措施是,对运动训练专业的学生增设综合文科(或社会)课和艺术欣赏课。综合文科融历史、人文地理、经济等学科为一体(江苏省正在编写有关教材);艺术欣赏则融音乐、美术、戏剧、舞蹈为一体(体卫司正在组织编写有关标准及教材)。

(2)变分科课程为综合课程。课程的综合化是世界基础教育课程改革共同趋势,它不仅是解决学科门类过多的好方法,也是培养学生综合运用各学科知识解决实际问题和培养综合思维能力的重要途径。

新的课程方案拟将化学、物理两门课合并为综合理科。综合理科包括:①生命世界,②物质世界,③地球和宇宙,④科学、技术、社会,⑤科学本质及科学史。这样的内容结构有利于学生科学素养的形成。对于目前暂不具备实施新课程方案的学校仍可按原分科课程方案运行。

(3)变理论的数学为文化的数学。现行运动训练专业的数学课程比照的是普通中学的数学,对于课时有限的本专业学生来说,它过于深、难、繁,他们没有必要学习这样的数学。基础教育正在酝酿一场大的改革,其重要举措之一就是现行统一的普通高中数学课程。

(4)变单一术科课程为多样化的选修课程。当今社会,科学技术的迅猛发展使岗位、职业的变更日益加剧,学校教育的课程设置应为这一职业发展的趋势作好充分准备。体育运动学校运动训练专业在岗位、职业的变更上更有其特殊性,其毕业生将来的转岗是必然的。运动员不可能是一种终生职业,即使在竞技体育高度职业化的发达国家亦如此。因此,专业的改革要为毕业生5~10年后的必然转岗着想。基于这个考虑,在研究运动训练专业的课程设置时,应将原其他术科课程改为体育综合理论和与专业有关的选修课程,如体育产业经营、体育管理、社会体育指导等等。

3.2.2 关于教学模式改革 (1)教学模式的改革要适应学习化社会对人提出的客观要求,加强对学习能力的培养。21世纪的典型特征之一是信息化社会带来的信息量的激增。有研究表明,人类近30年来知识积累的总量相当于人类近6000年的总和;人类科技知识,19世纪每50年增加1倍,现阶段则是3~5年增加1倍。知识量急剧增加的同时,知识的陈旧率也在不断的加速。信息时代的信息激增的特征预示着学习化社会的到来,预示着教育职能将发生重要转变——今天的教育主要是为了明天的学习而准备,教学生“学会学习”应当成为教育追求的目标,也是我们探求运动学校运动训练专业改革的基本取向。也就是说,如果我们在研究教学改革时没有刻意去研究教会学生怎样学习,那么我们的工作本身就带有根本性的缺陷。因此,运动学校运动训练专业教学改革应提出:在价上探寻培养学习能力的落实措施。

(2)教学模式的改革要有前瞻性,考虑到未来知识经济时代对人们提出的客观要求,加强对创新精神的培养。贯彻以能力为本位的教学指导思想是运动学校教学改革必须迈出的一步,教育部《关于制定中等职业学校教学计划的原则意见》指出,贯彻以全面素质为基础,以能力为本位的教学指导思想,根据学生提高全面素质和综合职业能力以及继续学习的实际需要设置课程,确定教学内容。

能力本位曾是职业教育重要改革成果,它是建立在对职业教育中知识本位教育失败的反思上。研究能力本位,对于体育运动学校的教学改革尤为重要,因为体育运动学校的教育至今还基本上是文凭教育,计划经济支撑的教育——学生分配有自然的出路。当这个支撑力不存在时,运动学校的教育立刻出现一片盲区(例如2000年京、津、沪、苏、锡、常、宁出现的情况)。如何实行教学改革,如何进行课程设置的改革,归根结底还是要回到教育发展的客观规律上,指向应是



能力本位。能力本位的职业课程以胜任一种岗位要求为出发点,通过量化的能力与知识的培训,使学生具备从事某种职业的能力。能力本位的职教课程模式顺应了工业社会对职教的要求。然而在后工业社会经济发展的支柱是知识,是创造力,而不是资本或者劳动力。它给职业教育的启示是重视能力培养的同时,要大力加强创新精神、创新能力的培养。

为了培养运动学校学生的创新精神与创新能力,必须改变现行课程教学模式,代之以充分发挥学生主体作用,建构知识平台(或曰夯实今后再学习新知识的基础),积极探索的主动学习模式。在教学过程中,应给学生增加综合运用各学科知识解决问题的学习机会,具体说,可以考虑“研究性学习”课程的安排。研究的主题来自现实生活甚至可以是将

来职业生活的虚拟,探究的目的不在于有价值结论的获取,而在于使学生获得主动搜索信息、加工处理信息,并利用知识解决问题的经验和习得。

运动学校教学中存在的困难往往是因为课时的不足,同时又有繁重的训练、竞赛任务,再加上运动训练专业与一般职教的区别在于:运动训练专业学生的文化学习职业技能训练不是一毕业就直接发挥作用,而是为转业后作预备,所以更应改变过去过分注重“接受”学习、机械记忆、被动模仿的倾向,倡导学生主动参与交流合作,改进学习方式,更多地学会学习方法,成为学习的主人。

3.3 运动训练专业指导性教学计划  
教学计划见表1。

表1 运动训练专业指导性教学计划表

课程类别	课程名称	第1学年		第2学年		第3学年		学时	
		16周	16周	16周	16周	16周	10周		
公共必修课程	思想政治	2	2	2	2	2	2	180	
	语文	3~4	3~4	3~4	3~4	3~4	3~4	270~360	
	数学	3~4	3~4	3~4	3~4	3~4	3~4	270~360	
	综合理科	2	2	2	2			128	
	综合文科	2	2	2	2			128	
	英语	3~4	3~4	3~4	3~4	3~4	3~4	270~360	
	计算机基础	2	2	2	2	2	2	180	
主干必修课程与训练	运动人体科学概论							48	
	运动训练学基础							48	
	运动心理学基础							48	
	社会学基础							48	
	专项训练	18	18	18	18	18	18	1 620	
选修课	体育产业与经营							32	
	体育管理学							32	
	社会体育指导员					2		32	
	艺术							32	
	创新创业指导							20	
	高考指导					6周		150	
	专业实践					6周		150	
	班会	1	1	1	1	1	1	90	
	周课时	24	24	25	25	23~25		2 166~2 218	
	3年总学时								3 542~3 850

- 注:1. 语文、数学、英语可以分别安排每周3~4课时,总课时分别为250~360。  
 2. 专项训练可在田径、游泳、篮球、排球、足球、羽毛球、乒乓球、摔跤、柔道、击剑、举重等中安排1项。  
 3. 主干课程为必修课,学校应在3年中安排。  
 4. 选修课可根据学校情况进行调整,应选2门以上。  
 5. 德育课应遵照《关于中等职业学校德育课程与教学安排的意见》,即按“职业道德与职业指导”、“法律基础知识”、“经济与政治基础知识”和“哲学基础知识”4门课程列出。  
 6. 高考指导与专业实践应选择1门。

参考文献:

[1]国家体委群体司. 体育运动学校教学大纲[R]. 北京:人民体育出版社,1998.  
 [2]赵中建. 教育的使命[M]. 北京:教育科学出版社,1996.

[3]杨德广. 高等教育专论[M]. 上海:上海教育出版社,1998.  
 [4]张伟江. 教育教学改革与学科建设[M]. 上海:上海交通大学出版社,1999.

[编辑:李寿荣]