

## 普通高校体育课“三自主”选课模式的利与弊

石 宏<sup>1</sup>, 钟平奎<sup>2</sup>

(1.中山大学 体育系, 2.中山大学 外语教学中心, 广东 广州 510275)

**摘 要:** “三自主”的选课模式,是教育部对全国普通高校体育课程提出的要求。“三自主”给予了学生最大的自由度和自主权,能提高学生的学习兴趣。但“三自主”亦对教师、更对我们的教育管理提出了更高的要求。仓促开设的新课较难达到理想的效果,全天候的选课亦并非符合教育及运动和生理的固有规律,自由的选项则助长了学生怕苦怕累的消极思想。实践表明:完全放开、不加引导和制约的自由选择,并非能使我们的体育课程取得最好的效果。强制性的要求对体质持续下降的大学生尤为必要。

**关 键 词:** 体育课;普通高校;自主选课

中图分类号: G807.01 文献标识码: A 文章编号: 1006-7116(2007)07-0084-04

### **Analysis of the advantages and disadvantages in the “triple independent” course selection mode for physical education courses in common institutes of higher learning**

SHI Hong<sup>1</sup>, ZHONG Ping-kui<sup>2</sup>

(1.Department of Physical Education, 2.Teaching Center of Foreign Language, Sun Yat-sen University, Guangzhou 510275, China)

**Abstract:** The “triple independent” course selection mode is the requirement set fort by the Ministry of Education for the physical education curriculum in common institutes of higher learning in China. The “triple independent” gives the students the highest degree of freedom and independence, being able to boost the learning interest of the students. However, the “triple independent” also sets a higher requirement for our education management. It is difficult for hastily opened new courses to achieve an ideal effect; all-weather course selection is not in conformity with the intrinsic patterns of education, sport and physiology; free options have promoted the students' negative ideology of fear of hardships. It is revealed in practice that completely free selection without guidance and restriction cannot enable our physical education curriculum to achieve the best effect. Compulsive requirements are especially necessary for college students whose overall constitution keeps deteriorating.

**Key words:** physical education course; common institutes of higher learning; independent course selection

由教育部颁布的《全国普通高等学校体育课程教学指导纲要》于2003年新学年起在全国普通高校全面推行(以下简称新《纲要》)。新《纲要》“是国家对大学生在体育课程方面的基本要求,是新时期普通高等学校制订体育课程教学大纲、进行体育课程建设和评价的依据”<sup>[1]</sup>。全面贯彻“健康第一”指导思想、充分体现“以人为本”、“以学生为主体”的教育理念是新《纲要》的重要特色,给予了学生最大自由度和

自主权的“三自主”选课模式(由学生自主选择任课教师、自主选择上课时间、自主选择课程内容)<sup>[1]</sup>也第一次在国家教育的最高管理层——教育部的纲领性文件中正式提出。

新《纲要》实施至今,对传统的体育课程运作模式实施了最大改革的“三自主”的运作情况如何?是否达到了新《纲要》制订者的初衷?是否更好地体现了体育教育及学生身心发展的固有规律?是否使我

们的学生获取了更好的学习效果？笔者就如上问题结合教学实践的经验进行分析。

## 1 “三自主”选课的现状

### 1.1 关于学生自主选择任课教师

这无疑是在“三自主”中给予了学生最大主动权而对教师最有压力的一条。只要得到真正意义的实施，学生就真的成了“上帝”。学生不喜欢某选项课，或开设同类课的某某老师教得不怎么样、没水平，学生就不选你的课。这一条迫使教师们竭尽所能开好课、备好课和上好课。

据了解，目前国内真正意义的挂牌上课、完全由学生选择教师的高校并不多。在实行（或基本实行）“学生自选教师”的高校中，一专多能、全面发展的教师较为轻松自如。至于无人选课的教师要么开设自己的副项科目，要么重新学习再行开课，再不行者就只有下岗改行了。

学生自主选择教师过程中遇到许多问题：

其一，体育部（室）对此尚未能积极应对。由于体育运动极强的专项性，进行副项教学，尤其是“现学现卖式”匆忙开设的新课，其教学质量不太可能达到最好。据2006年7月对中山大学945名学生的调查，学生对教师教学的满意率不容乐观，其中大一学生的满意率为55.2%，大二仅为50.84%。时有学生抱怨教师不称职，更有学生不愿选学本校课程，却不惜以高价和挤时间参加校外俱乐部的学习。

其二，在一定程度上造成了师资及资源的浪费或闲置。无人选择的教师及其专项是否确已“落伍过时”？

其三，不排除有个别教师，为求得学生选课而迎合学生，降低要求甚至不作要求而使课的质量下降。

### 1.2 关于学生自主选择上课时间

随着高校的不断扩招，绝大部分高校的人均体育设施不足，甚至为负增长，体育教学与课外锻炼的矛盾日益突出<sup>[2]</sup>。实行学生自主选择上课时间，除能给予学生更大的选课自由度之外，更高效、更充分地利用现有运动设施应是新《纲要》制定者的重要本意。

倡导者的理由并不复杂：综观国内外大学，几乎各专业课程都已实行了全天候排课，体育何故例外？当然，全天候的体育课并非不可，但是否就是最好？对于以较大强度的身体活动作为主要内容的体育课程，除应遵循常规的教育、教学规律外，还必须充分兼顾其运动及生理的特有规律。

设想将体育课排在上午的1~2节，课后满身的

汗水必定对紧接的3~4节的其他课程的学习有不利的影响；至于中午的体育课，既不能与午餐间隔太短，还不得不考虑学生在身心疲惫时练习的安全问题。有关体育活动时学生猝死事故不断见诸媒体，在警示我们这决非危言耸听<sup>[3]</sup>。同样中午的体育课也必然对下午紧接着的其它课程学习有不利的影响；倘若下午5点后课外时段排满体育课，又势必与课外活动产生冲突；晚上的体育课则需必要的条件如良好的灯光照明，教学的成本也会升高。

事实上，体育课全天候的选课模式，还必然对学校大多数的其他课程的完整性和连续性造成影响，增加教务部门统筹安排各专业课程的技术难度。

可见，体育课程全天候的选课模式，对体育教学本身、对身体的身体、对相邻课程的学习以及对其他课程的教学均有影响。

### 1.3 关于学生自主选择课程内容

“大学生喜欢体育，不喜欢体育课”不时见诸官方文件及媒体，长期困扰（至今仍在困扰）着体育教育<sup>[4]</sup>。“兴趣是最好的老师”，“三自主”的提出表明了教育管理层对解决这一问题的重视和决心。“自主选择课程内容”意在充分尊重学生的兴趣爱好和个性发展，更好发挥和培育学生的个人特长，是“三自主”中牵涉面最广，对学生的锻炼有着最直接的影响的因素。

经多轮的选课实践，“学生自选课程”同样逐渐显露出了一系列的问题。

#### 1) 大一学生选课盲目。

为实现学生选课“自主”，众多高校取消了原来在大一开设的、以提高学生身体素质为主要目的的基础体育课，改为直接选项。

据2005年7月对中山大学402名一年级学生的调查表明，由于相当部分中学（尤其是高三）体育课已名存实亡，高三不上体育课的占20.9%；有体育课但自己不认真上的占46.5%；有体育课但教师不认真教的占56.7%；根本不知道自己体育课分数的占40.8%。导致相当部分的大一学生体育基础或体质状况相当薄弱<sup>[5]</sup>，他们大多不知应如何选项也并无所选专项的运动基础。由于各类选项班均以专项教学为主，素质练习的比重不大，因而往往一年（或一学期）下来，这类学生的身体素质没多大提高，运动技术也没多少长进。

#### 2) 相对艰苦的项目无人选择。

实施“三自主”后，相对艰苦的项目出现了无人选择的尴尬局面。以田径为例，尽管锻炼效果显著、但却以艰苦和枯燥闻名，已率先退出了大学的体育课

堂<sup>[5]</sup>。曾长期深受学生欢迎的足球、排球甚至篮球项目,选择的学生也越来越少,已到学校将之列为“限定选修”才能正常开课的地步。

按常理,锻炼效果好、对日后自我锻炼帮助大、时尚新潮和有趣应是大学生们选择体育课的动因。但是,随着生活水平的提高、随着更多的独生子女走进大学、随着各高校体育场馆的不断建成,某项体育课程是否在室内(怕太阳晒)?该项目是否辛苦(累不累)?考试是否容易?越来越多地成为了大学生们(尤其是女生)选课的条件。这对学生体质的增强以及意志品质的培养必定是有百弊而无一利。

我们认为,强制大一学生(至少是体育较差生)完成1~2个学期的体育基础课或体能(体质)强化课,是更切合实际的做法,对学生身体素质的提高、运动技能的掌握、锻炼习惯的形成与发展均有利。

3)新设课程有仓促开设和片面满足学生选择的倾向。

学生喜欢攀岩、瑜伽,一天之内我们就能“培训”出一批这样的“教师”(甚至根本不用培训)。至于课程内容,我们没必要在此争论“快乐”的棋牌、飞镖甚至钓鱼等是否属于真正意义的“体育”,但显而易见,若这样的项目充斥体育课堂,其健身的效果将难以达到体育课程的要求。

## 2 对“三自主”选课的思考

体育课程是在校学生最主要、最积极和最有效的健身形式。体育课程的改革任重道远。身为体育工作者,必须时刻牢记:体育课程的任何改革,都不应背离“增强体质”的宗旨和使命。

1)学生的体质不容继续下降。

由国家公布的监测结果可知,我国学生的体质状况不容乐观。自1985年以来,我国学生体质健康状况已连续20年呈下降趋势!体能素质、心肺功能持续下降,而近视、肥胖则一路上升<sup>[6]</sup>。更令人担忧的是一些原本在中老年人身上才出现的如高血压、高血脂、冠心病、糖尿病等病症,近年来在青少年身上已频有发生,患病年龄提前了10到20年<sup>[7]</sup>!学生的健康问题再次引起了人们的高度关注。

我们必须清醒认识:学生的体质,正在成为或已经成为了关乎国家的发展和民族的未来的重大问题!

2)不应默认、纵容和助长学生怕苦怕累的消极思想。

一方面学生的体质状况堪忧,另一方面学生无通过刻苦的锻炼使自己体质得到提高的动机和愿望,这是“三自主”的制定者们始料不及的。

“三自主”意在充分尊重学生的兴趣爱好和个性发展,以便更好地发挥体育教育的效能,使受教育者得到更好的教育并获得最好的效果。但实践表明,学生的选择决非就是合理的选择。将上课(实际上是开课)的决定权由学校安排转为交由学生选择,若不加以必要的引导和控制,决非能使学生们在兴趣的“意愿”下身心皆获得最好的锻炼,反之,却可能对其体质和健康带来不利的影响。

我们认为,校方不应默认、纵容和助长学生怕苦怕累的消极思想。艰苦的项目,尤其是对今天整体体质持续下降的大学生的身心发展有着更独特的意义和不可替代的作用。

3)降低要求换来的及格率绝非教学质量和学生体质的真正提高。

体育成绩不等同于身体的健康,却无疑是体质健康状况的重要尺度。其合理性可以不断地研究和改进。降低课程的要求尤其是降低测评(考试)的标准求得的更高的及格率绝不意味着教学质量和学生体质的真正提高。

值得担忧的是,伴随新《纲要》同时实施的《学生体质健康标准》<sup>[8]</sup>较长期实施的《国家体育锻炼标准》有了较大程度的降低。我们对大幅退缩的体质健康“标准”实难苟同。制订者其心可悯,但其果可悲。若学生的体质一再下降,我们只能再退?!

4)体育课程的目标应有强制性的要求,体现民族和国家的意志。

我们一直坚持这样的观点:学生的体质决不仅仅是个人的。身体健康是关乎个人、家庭、社会、民族乃至国家的大事。健康的身体,是挑战自然,是家庭幸福,是为社会、民族和国家作出更大贡献重要保证。

综观历史,从“锻炼身体,好打日本”到“锻炼身体,保卫祖国;锻炼身体,建设祖国”,再到“发展体育,振兴中华”,无一不强烈地蕴含着民族和国家的要求和期待。在今天,体育课程的目标仍然需要强制性的要求,才能确保我们的学生能更好承受未来社会的激烈竞争,能肩负建设祖国、保卫祖国的历史重任。

## 3 结论及建议

1)“三自主”的选课模式给予了学生最大的自由度和自主权,学生成了学习的主人。但“三自主”亦对教师,更对我们的教育管理提出了更高的要求。

2)完全放开的“三自主”模式不可能取得理想的教学效果,学校必须对“三自主”给予必要的调控和引导。

(1)在实施自主选择教师的同时，应确认任课教师的资质，并有交叉评课、交叉考核等监控措施，才能确保教学的效果。

(2)以较大强度身体活动为主的体育课程，除应遵循常规的教育、教学规律外，还必须遵循其运动及生理的特有规律。应限定适当的、相对集中的体育课的选课时段，而不应是全天候的时间选择。

(3)学生的选择决非就是合理的选择，校方不应默认、纵容和助长学生怕苦怕累的消极思想。可借鉴“必修”、“限定选修”和“选修”的分层选课模式，引导和调控学生（尤其是大一学生中的体育较差生）选择对身、心发展均有良好效果的强化型体育课程，而不应任由学生仅凭个人喜好进行选择。

(4)体育课程的目标必须有强制性的要求，才能确保我们的学生未来能更好承受社会的激烈竞争，能肩负建设祖国、保卫祖国的重任。强制性的要求对整体体质持续下降的大学生们尤为必要。

3)体育课程的改革，不能背离体育“增强体质”的宗旨和使命。降低课程要求及测评标准以求得的更高的及格率的做法是不负责任的消极做法。

4)保证新开课程的严肃性（包括课程论证、师资水平、设施保障等）、增加素质课程的娱乐性、确保冒险课程的安全性，均是使“三自主”得到理想的实

施效果的重要保证。

#### 参考文献：

- [1] 教育部.全国普通高等学校体育课程教学指导纲要[S].教体艺[2002]13号,2002-08-06.
- [2] 李静波.我国大学体育教学面临“扩招”的对策研究[J].北京体育大学学报,2002,25(3):222-224.
- [3] 石 宏.体质特差学生问题的恶化、致因及对策研究[J].北京体育大学学报,2005,28(增刊):54-56.
- [4] 李静波.是真理还是似是而非的真理——对“学生喜欢体育,不喜欢体育课”质疑与考证[J].体育学刊,2006,13(1):12-14.
- [5] 石 宏.对普通高校大一学生重新开设体能提高课的分析研究[J].中韩体育学术论丛,2006(10):130-135.
- [6] 教育部.2004年学生体质健康监测报告[EB/OL].中国教育和科研计算机网,2005-07-20.
- [7] 我国学生体质健康状况连续18年下降[N].南方都市报,2004-05-31.
- [8] 学生体质健康标准研究课题组.学生体质健康标准(试行方案)解读[M].北京:人民教育出版社,2002.

[编辑:周 威]