

高等学校国防生体育教学内容的优化设计

谢伦立¹, 张兆发², 邓雪震¹, 黄春林²

(1. 北京工业大学 体育部, 北京 100022; 2. 南昌航空工业学院 体育部, 江西 南昌 330034)

摘 要: 为明确大学国防生体育的目的与任务, 优化体育教学内容, 使大学体育服务于国防生的培养, 特进行该项目的研究。国防生体育教学内容应包括: 军事体能(基本体能、专业体能、综合体能); 球类运动(篮球、排球、足球、乒乓球、羽毛球、网球等); 军事体育基本技能(射击、泅渡、登山、格斗、潜水、跳伞、按图行进等)。高等学校国防生体育教学应该是体育教学大纲与军政训练的有机结合。

关 键 词: 高校; 国防生; 军事体育; 教学内容

中图分类号: G807.01 文献标识码: A 文章编号: 1006-7116(2007)02-0089-03

Optimized design of physical education teaching contents for students majoring in national defense in institutes of higher learning

XIE Lun-li¹, ZHANG Zhao-fa², DENG Xue-zhen¹, HUANG Chun-lin²

(1. Department of Physical Education, Beijing University of Technology, Beijing 100022, China;

2. Department of Physical Education, Nanchang Institute of Aeronautical Technology, Nanchang 330034, China)

Abstract: In order to specify the objectives and tasks of physical education for students majoring in national defense, to optimize physical education teaching contents, and to serve college physical education for the cultivation of students majoring in national defense, the authors hereby studied this project, and concluded that physical education teaching contents for students majoring in national defense should include the followings: Military physical stamina (basic physical stamina, specialized physical stamina and comprehensive physical stamina), ball games (such as basketball, volleyball, soccer, Ping-Pong, badminton and tennis), basic skills of military sport (such as shooting, water crossing swimming, mountaineering, wrestling combat, diving, parachuting, and marching by the map), and that physical education teaching for students majoring in national defense in institutes of higher learning should be an organic combination of the physical education teaching outline and military training.

Key words: institutes of higher learning; the students majoring in national defense; military physical education; teaching content

国家从2000年开始建立依托普通高等教育培养军队干部的制度^[1]。高等学校受部队的委托, 培养未来军队的科技人才, 如何适应世界新军事革命的重大变革, 已是摆在我们面前紧迫而重要的课题。国防生在学校是一名大学生, 大学毕业后是一名军官。大学生在学校期间, 要接受体育教育, 要达到国家对大学生在体育课程方面的基本要求。国防生在学校期间, 还要接受军事体育教育, 要达到部队军官军体训练标准的要求。因此, 有必要根据大学体育的特点和军事体育的要求, 优化体育教学内容, 培养适合国防建设的学生。

1 部分军校、警校学生及国防生体育教学实践

通过查找有关资料发现, 有人把军事体育定义为: 军队中以增强军人体质, 提高部队战斗力为目的的身体练习手段和方法。分为军事训练、体育健身和竞技运动。军事体育的研究人员正在不断更新军事体育教学大纲, 拟在新大纲中增加: 军人体型标准、军人体质测试标准、军人体能训练标准和要求、渡海登陆400m障碍等。

空军雷达学院的军事体育教官们在实践与研究中发现, 军校体育课程设置由运动技术为主线的教育转向强身育人

收稿日期: 2006-08-28

基金项目: 江西省教育科学“十五”规划2004年立项课题(04YB158)。

作者简介: 谢伦立(1957-), 男, 教授, 研究方向: 高校体育教学与训练。

教育;教材内容的选择向着“易学、易练、易用”、“少而精”的体育实践教材发展^[2];

作者2005年1月走访了南昌陆军学院,与该学院的军事体育教官进行了座谈,了解到他们的教学内容有翻越障碍等,并参观了“400 m障碍”区、“渡海登陆400 m障碍”区等。2005年2月走访了国防科技大学一年级的学生,该大学一年级上学期体育教学的主要内容、考试项目以及标准是,上学期安排了8周体育课,2学时/周,主要进行身体素质练习;考试项目有7项:100 m跑(指挥类学生15 s及格、技术类学生15.2 s及格)、3 000 m跑(14 min及格)、引体向上(指挥类学生10个及格、技术类学生6个及格)、仰卧起坐(技术类学生3 min内45个及格)、俯卧撑(技术类学生3 min内45个及格)、体前屈(两拳触地保持2 s及格)、蹲起(技术类学生3 min内85个及格),学生7选3进行考试。

公安院校警体课程的核心目标是提高学员的警体技能,达到保护自己、打击犯罪的目的。警体课程的内容也由原来的“擒拿格斗、射击、驾驶、游泳”新构建成“军训、身体素质训练、基本体育课、擒拿格斗、水中安全、驾驶技术、射击、武器使用、急救、押解与看守、特技训练、战术训练、实战训练等”。

美军军官主要来源于设在地方大学内的482个后备军官训练团分队和陆、海、空军3所军官学校以及3军候补军官学校^[3]。各军种都根据实际需要制定了周密的训练计划,进行身体素质体能训练、轻武器射击训练,战术行动,识图及按图行进,参加泅渡、登山、格斗等特种训练以及野外生存训练、山地战训练,海军、空军学员还要进行潜水、飞行、跳伞训练。各年级都安排有体能训练。后备军官训练注重理论和实践相结合,理论教学方式灵活多样,广泛运用多媒体网络教学和计算机模拟教学^[4]。

南昌航空工业学院国防生体育教学遵照执行教育部《全国普通高等学校体育课程教学指导纲要》和中央军委《普通高等学校国防生军政训练计划》。在普通体育教学方面,采用选项体育教学,课程设置包括:篮球、排球、足球、乒乓球、羽毛球、网球、武术、散打、健美操等。学生根据自己的兴趣爱好,选择其中的一项。国防生与其他本科生一样,在学校要接受2年体育教育,第3年以后选修体育课。在课

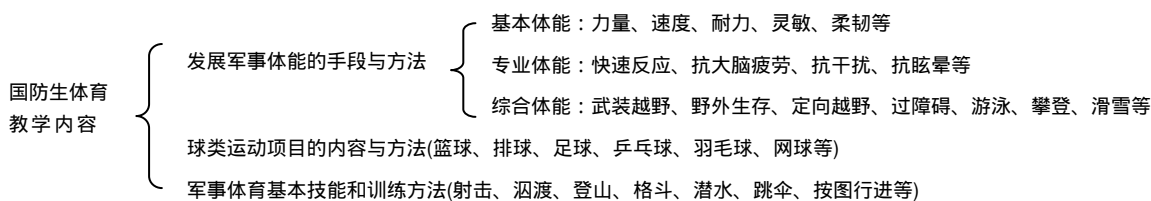
外体育活动时,所有的体育场地设施等都对学生开放,并积极组织课余体育运动训练和参加体育竞赛等。同时经过2年的国防生体育教学实践,制订了军事体育课教学大纲,内容包括:(1)体能训练(短跑、中长跑、力量训练);(2)军体操教学与训练;(3)技巧(滚翻、倒立、跳跃的练习);(4)球类训练(球类的基本技、战术训练);(5)散打(基本的拳法、腿法的教学与训练);(6)军警格斗(擒拿的手法与摔法)。军事体育课教学大纲与计划经过了两次修改,应该说是比较接近军事体育课程的教学目标。

另外,江苏科技大学制订了《军政训练计划》。中国人民解放军空军驻吉林大学后备军官选拔培训工作办公室为该校2002级空军国防生制订了军政训练课计划表。华北工学院把《国防生体育》定为“十五”规划教材。

2 高等学校国防生体育教学内容

教学内容是课程的载体,通过体育教学,要实现“运动参与、运动技能、身体健康、心理健康、社会适应”等5个学习领域方面的目标^[4]。教育部在《全国普通高等学校体育课程教学指导纲要》中指出,确定体育课程内容时,要健身性与文化性相结合,把“健康第一”作为基本出发点,重视课程内容的体育文化含量;要选择性与实际性相结合,课程内容力求丰富多彩,促进学生身心健康全面发展,为学生提供较大的选择空间;要科学性和可接受性相结合,以人为本,遵循大学生的身心发展规律和兴趣爱好,反映体育学科的新进展、新成果;要民族性与世界性相结合,弘扬中华民族传统体育,汲取世界优秀体育文化,要充分反映和体现《学生体质健康标准(试行方案)》的内容和要求;等等。中央军委在《普通高等学校国防生军政训练计划》中指出,通过实施军政基础训练,使国防生初步掌握一定的军事技能,掌握军事体育的基本知识,了解运动学基本知识和体育运动的有关规则,会做体育裁判,熟悉体能、运动技能和心理训练的基本方法,达到军人军事体育训练标准,增强体质,具有适应紧张、艰苦军事工作的强健体魄和良好心理素质^[5]。

国防生体育教学内容必须紧紧扣住国防生总体培养目标,完成对其教育的任务。因此,国防生体育教学的内容可选择如下:



军事体能中的基本体能,是增强国防生的体质和对其进行思想教育的重要手段之一,是学习其他内容的基础。通过此项教学内容使国防生掌握其基本技术、发展身体素质、增强体能,能自己制定基本体能的训练计划,培养刻苦锻炼和勇敢顽强的精神。在教学中应从文化、竞技运动、心理体验以及发展体能作用等方面去全面理解、分析教学内容和组织教学^[6]。

专业体能,是现代数字化作战中必备的脑力素质。应通过此项教学内容提高国防生神经系统敏锐性的快速反应能力、耐受性及维持兴奋强度的能力、神经-肌肉协调能力、抗干扰能力、抗眩晕能力等,培养良好的身体素质。教学时要求练习者做好全身性的准备活动,要根据练习者的不同情况设置练习的负荷强度和时^[6]。

综合体能训练能促进身体技能的全面发展,增强适应能力,锻炼意志,培养顽强的战斗作风和团结互助的集体主义精神,提高战斗力。训练前要做好充分的身体准备活动以及必要的物质准备,注意选择练习的环境,认真设计训练方式,预防受伤和意外事故,练后进行整理活动。应通过此项教学内容使国防生掌握在恶劣环境中的求生技能和知识^[6]。

球类运动是竞争性、趣味性很强的运动,学生最喜爱。应通过此项教学内容使国防生理解球类运动的概貌和球类比赛的共同性质,较好地掌握一至二项球类运动的基本技术和运用战术的技能,具有能够参加球类比赛、裁判和组织比赛的知识^[6]和技能。在教学中应注意把技术教学、战术教学与教学比赛结合起来,分析和选择教学内容时要注意顺序性、实战性及技术之间的联系性等。

军事体育基本技能,是一些实用的军事技能,也是一些对体能要求较高的训练课目,应通过此项教学内容使国防生提高体能、掌握技能。教学时一定要注意安全,向学生讲清练习方法,传授相关的知识及危急情况的处理办法等,要精心设计训练,严格遵守训练规则。可根据国防生的具体培养目标,有选择性地学习此项教学内容。

广义的体育教学内容的内涵包括3个侧面:教养、教育和发展。体育教学内容的教养侧面是指学生应掌握的体育知识、技术和技能本身,是显形的教学内容;体育教学内容的

教育侧面是指隐含在知识、技术和技能中的那些关于学生体育道德修养、思想作风、良好人格教育方面的内容,是隐性的教学内容;体育教学内容的发展侧面是指内含在体育知识、技术和技能中的关于学生生理、心理、情感、态度、文化等方面的内容,也是隐性的教学内容。体育教学必须以实现教养、教育和发展的统一为原则,整体发展。

教师在进行体育教学要注意隐性教学内容的作用。隐性教学内容是隐蔽地对教学过程发生潜移默化的影响,隐性教学内容通过学生的无意识心理活动发生作用,是要经过一段时间的积累后可能会由量变发展到质变。

3 结论

(1)高等学校国防生体育教学应该是体育教学大纲与军政训练的有机结合。

(2)国防生体育教学的目标是通过实施体育训练和军事体育训练,使国防生掌握体育和军事体育的基本知识,强健体魄,达到军人素质;熟悉体能、运动技能和军事技能的基本训练方法,具备军官素养,为成为合格军官奠定基础。

(3)国防生体育教学内容包括军事体能(基本体能、专业体能、综合体能)、球类运动、特种军事技能等。

参考文献:

- [1] 中央军委.关于建立依托普通高等教育培养军队干部制度的决定[S].2000.
- [2] 周琳.新世纪军校体育教学的发展趋势与军体教员素质的思考[J].武汉体育学院学报,2001,35(6):95-96.
- [3] 中央军委.军官培养考察团访美情况报告[R].1998.
- [4] 教育部.全国普通高等学校体育课程教学指导纲要[S].2002.
- [5] 中央军委.普通高等学校国防生军政训练计划[S].2001.
- [6] 陈高平,宋其文.军事体能训练指南[M].北京:国防大学出版社,2004.

[编辑:李寿荣]