

天津商业大学以健康为导向的高校体育应用型教学团队建设

穆瑞杰, 潘月顺, 马道强, 徐晶
(天津商业大学 体育教学部, 天津 300134)

摘 要: 天津商业大学以健康为导向的应用型教学团队建设坚持以学生健康为导向, 突出教学团队应用型特点, 培养学生锻炼习惯, 树立终身体育的思想。在运作机制方面, 提出了动力机制、学习与创新机制、考核与保障机制。三大机制具体包括课余时间锻炼打卡冲抵学分、体质测试成绩与学分挂钩、学分制 2 年改 4 年、教学团队俱乐部模式、考试或考核引入“健康”标准、“互联网+”模式测试健康理论 6 个方面, 取得了良好的效果。

关 键 词: 学校体育; 体育应用型教学团队; 天津商业大学

中图分类号: G807.4 **文献标志码:** A **文章编号:** 1006-7116(2017)06-0104-04

Construction of a health oriented university physical education category application type teaching team in Tianjin Commercial University

MU Rui-jie, PAN Yue-shun, MA Dao-qiang, XU Jing

(Department of Physical Education, Tianjin Commercial University, Tianjin 300134, China)

Abstract: The construction of the health oriented application type teaching team of Tianjin Commercial University kept basing the orientation on student “health”, highlighted the teaching team’s application type characteristics, cultivated students’ exercise habits, and established the idea of lifelong sports. In terms of teaching innovation running mechanism, the authors put forward a motivation mechanism, a study and innovation mechanism, and an examination and assurance mechanism. The three mechanisms specifically include such 6 aspects as exercising at extracurricular times offsets credits by means of punch-card, physical test results are linked to credits, the credit system is changed from 2-year to 4-year, teaching team club mode, “health” standards are introduced to exams or tests, and “Internet +” mode test health theory, which have achieved a good effect.

Key words: school physical education; physical education category application type teaching team; Tianjin Commercial University

2007 年, 教育部在全国范围内逐步推动和实施的“高等学校教学质量与教学改革工程”首次将“教学团队”建设确立为提升高校教师素质、强化学科综合教学能力以及保证教育教学质量的新举措和重点建设项目之一^[1]。《教育部财政部关于立项建设 2010 年国家级教学团队的通知》(教高函[2010]12 号)要求, 通过国家级教学团队建设, 加强师资队伍, 促进教学质量提高, 鼓励高校和地方教育行政部门建设校级、省级教学团队^[2]。在此背景下, 天津商业大学开始了以大学生健康为导向, 突出应用型特点的体育教学团队的

建设。

1 组建以健康为导向的应用型教学团队

以健康为导向的体育类应用型教学团队是指以学生为服务对象, 以学生身体健康为导向, 以从事体育教育教学的不同专业的教师为主体, 以不断深化体育教育教学改革为主要途径, 以系列课程和专业建设为平台, 不断开发优质体育教学资源, 促进体育教学研究 and 体育教学经验交流, 加速体育教师的教育专业发展, 培养可持续发展的体育教学队伍, 为最终实现提

收稿日期: 2016-10-20

基金项目: 天津市 2015 年度哲学社会科学规划课题 TJTY15-008。

作者简介: 穆瑞杰(1963-), 男, 教授, 研究方向: 体育教学与训练。E-mail: Ruijiemu@163.com

高体育教育教学质量目标而组成的一种应用型的教学基本组织形式^[3]。

天津商业大学体育应用型教学团队主要围绕本校师资情况进行建设,属于校本课程改革的类型。在现有的教师队伍中,主要包含体育教育、运动训练、运动人体科学等专业教师,具体科目主要集中在运动技术和运动促进健康两个方向。因此,教学团队提出以“学生健康”为导向,教师在初步教授学生运动技能和健康锻炼方法的基础上,重点提高学生自我科学锻炼的能力。以学生具备自我科学锻炼的“应用型”能力促进教学团队传统授课方式向“应用型”方向转变,最终使教师的教和学生的学以“应用型”为标准双向并重发展。

2011—2016年主要围绕为体重控制减肥团队、运动技能1团队、运动技能2团队、常见病运动康复团队、拓展野外生存团队5个团队进行建设。团队由不同专业的教师组成,负责人以教授或博士为主,如体重控制减肥团队主要以生理学和体能教师为核心制定各项计划,田径和操类教师参与执行各项计划,体适能教师进行过程监控和阶段效果评估。运动技能1、2团队,由各运动项目教师组成,围绕大球、小球、其它项目进行分工,主要传授基本运动技能,并在基本技能的基础上,挖掘学生自有的运动能力,设置健身锻炼的各种方法。常见病康复教学团队由运动生理、康复、体适能教师组成,生理和康复教师是团队的核心,主要完成评价内容和评价标准。拓展和野外生存教学团队主要由拓展培训、野外生存、运动心理和田径体能教师组成。由拓展培训、野外生存教师设置拓展项目,教授野外生存技能,并制定评价标准,运动心理和田径体能教师完成体能训练和心理评估。

2 以健康为导向的教学创新运作机制

高校应用型体育教学团队建设应不仅局限于教师自身能力培养,更重要的是实现教学模式的创新,而后者正是提升体育教学质量的关键,也是构建体育教学团队的目标^[4]。以健康为导向的教学创新运作机制由动力机制、学习和创新机制、考核与保障机制组成。其中动力机制是教学创新的前提,为以健康为导向的教学创新运作过程中其它机制的运作提供动力;学习和创新机制是核心机制,是教学创新的价值核心;考核和保障机制为教学创新其它机制的有效进行提供督促及检验标准。

2.1 动力机制

以健康为导向的教学创新动力机制包括内部动力和外部动力两个方面。具有良好的健康体质是学生、

教师参与创新的内部动力,学校体育政策推动是学生、教师主动参与的外部动力。针对教学创新动力机制的特点,教学团队设计了相应的“动力源”,学分与课余锻炼及体质测试衔接。学校及体育部根据“动力源”制定了两种动力方式:课余时间锻炼打卡冲抵学分和体质测试成绩与学分挂钩。

1)课余时间锻炼打卡冲抵学分。

在全校的室内外体育场馆(俱乐部时间除外),设置体育锻炼打卡机,并制定打卡次数、时间与学分标准,部分学生可以利用课余时间完成相应的学分(见表1)。该项改革主要由运动技术教学1、2团队完成,其他团队为辅助。团队教师在固定的场所完成打卡抽检和运动技术指导。在实际运行的前两年出现了较多问题,为此,教学团队制定了一些辅助的措施:(1)锻炼时间可累计,2h等值0.1分,为1级,每个学期最高为20级。等级累计可以冲抵体育课程(以1个学期为单位);(2)第1学期体育课必须参加,从第2学期开始,学生可根据自己的锻炼等级选择是否选修体育课;(3)选择了体育课,锻炼等级不能干扰体育课程;(4)培养方案规定的4个学期完成8个学分,锻炼等级最多可以冲抵4个学分;(5)锻炼打卡机新增了指纹识别及脉搏跳动次数测量(10s完成)。这些措施,使教学团队在教学中遇到的学生出勤率、排课、锻炼舞弊、突击等级值等问题都得到了有效的控制。

表1 锻炼时间与学分等值标准¹⁾

等级	锻炼时间/h	学分	等级	锻炼时间/h	学分
1	2	0.1	11	22	1.1
2	4	0.2	12	24	1.2
3	6	0.3	13	26	1.3
4	8	0.4	14	28	1.4
5	10	0.5	15	30	1.5
6	12	0.6	16	32	1.6
7	14	0.7	17	34	1.7
8	16	0.8	18	36	1.8
9	18	0.9	19	38	1.9
10	20	1.0	20	40	2.0

1)学分最小单位为0.1,累计到0.5为计算单位

2)体质测试成绩与学分挂钩。

体质测试成绩反映学生的体质状况,同时也反映学校体育的开展情况及学生的锻炼情况。在教学改革中,把体质测试与学分挂钩主要是源于体质测试执行力不足,部分学生态度消极,甚至利用仪器的缺陷进行作弊,使收集的数据不准,很难反映学生真实的体质状况。为了使体质测试能更好地反映学生的体质情况,教学团队对体质测试进行了改革。体重控制减肥

团队制订了测试成绩与学分挂钩的参考标准,在体质测试过程中,该团队监控体质测试全过程,并采取了所有测试指标全网连接的方式,在测试完毕后即刻拿到所有的测试结果,同时根据学分减免标准附有减免学分的结果。目的是使部分成绩较好的学生,可减免课程课时或学分,促进不同水平的学生主动去锻炼。该项改革中的学分与课余时间锻炼打卡冲抵学分不同,后者是必修课程的学分(8学分),前者是文体类选修课程学分(4学分)(见表2)。

表2 体质测试分数与选修学分等值标准¹⁾

等级	体测分数	学分	等级	体测分数	学分
1	60	0.1	11	77	1.1
2	61	0.2	12	79	1.2
3	62	0.3	13	81	1.3
4	63	0.4	14	83	1.4
5	65	0.5	15	85	1.5
6	67	0.6	16	87	1.6
7	69	0.7	17	89	1.7
8	71	0.8	18	91	1.8
9	73	0.9	19	93	1.9
10	75	1.0	20	95	2.0

1)4年体测学分可以累计

2.2 学习与创新机制

1)学分制2年改为4年。

普通高校大学体育课程属于公共必修课程,1年级和2年级为必修时间,3年级和4年级无公共体育课。有研究者对大学1年级至4年级的学生做过体质抽样测试,发现大学生体重、肌力、有氧耐力、速度、肺活量等指标呈现显著的年级特征,年级越高,体重越重,肌力、有氧耐力等指标越低^[9]。对大学生进行4年跟踪调查,其结果与抽样测试结果一致^[10]。可见,2年的学分制课程并没有起到督促大学生锻炼的作用。因此,天津商业大学体育教学团队提出学分制2年改为4年,学生可在4年中进行选择(第1学期必修,第2—8学期选修,4年要求完成8学分,可通过课外锻炼累计冲抵4学分)。在实施的过程中,发现2年改为4年具有多方面的好处:一是学生选课自由,充分调动了学生的积极性;二是长周期的选课,促进了学生健身锻炼习惯的养成;三是给了学生重修的时间,学生对体育锻炼有了新的认识。但在操作过程中,也出现了一些问题,如课程数量、教师人数、开班人数不足等。针对这些问题,提出了“教学团队俱乐部”模式。

2)教学团队俱乐部模式。

学习与创新机制,要为主体提供完善的学习平台,同时又要为主体提供创新环境。体育教学团队变传统

的教学模式为俱乐部模式,以健康为导向,吸引具有共同兴趣的学生自愿参与。学生根据自己的爱好参与某一俱乐部,正式成为该俱乐部成员,并发相应的成员证。一般在17:00—18:00没有课的时间段,由运动技术教学1和2团队、拓展及野外生存团队采用轮流坐班制的形式开展,学生参加1h的俱乐部体育运动,时间可以累计,达到一定数量可以充当学分。参照社会管理模式,学生在自愿和互助的基础上主动参与。与课堂的教学方式相比,俱乐部教学方式有显著的变化,教师没有了课堂的威严感,取而代之的是教师与学生的诚心沟通,共同参与,更进一步拉近了教师和学生的距离,学生能主动去学习更多的运动健身技能,极大地调动了积极性。同时,教师也感觉轻松,愉悦的心情更有利于教学的拓展。因此,教学团队俱乐部模式正好弥补人员数量、课程数量、教师数量不足的缺陷。

2.3 考核与保障机制

1)考试或考核引入“健康”标准。

体育课程考核项目繁多,既有技术考试,又有身体素质测试,同时还可能包括理论考查^[5]。在现有的体育课程考核标准中,还没有看到有关“健康”标准的考核。为了促进学生加强锻炼,让学生直观地认识到锻炼与身体健康的关系,教改中直接把身体“健康”标准引入考核。体重控制减肥团队和常见病康复团队主要采取“健康”指标——体重、体脂作为考核的核心指标。这两个教学团队主要从学生的健康角度进行相应标准的制定。如学生建立档案、在锻炼的不同阶段进行体重和体脂监控,让学生关注自己的“健康”指标,并为学生阶段性的“健康”指标进行评价及健身锻炼处方指导。常见病运动康复团队引入“心肺复苏”指标和测量血压,考核学生心肺复苏及测量血压的操作能力。部分学生发现此类课程“健康”考核具有实践意义,能运用到今后的日常生活中,学生学习的兴趣被激发,变被动学习为主动学习。

2)“互联网+”模式测试健康理论。

“互联网+”在现代社会应用越来越广泛,接触的人群也越来越多,其中大学生是主体之一。以往的体育健康理论都以试卷考查的形式进行,与“互联网+”学习相比,既枯燥、又无趣。鉴于此,常见病运动康复团队提出健康理论考查无纸化改革,采用“互联网+”的形式,以学校网站为基础搭建考查平台,采用运动视频、图片、材料的形式,传播体育健康知识。同时该团队成员集中对相应健康知识点进行微视频、微课拍摄,剪辑完成后在平台展出。这些“互联网+”形式既能提高学习的效果,同时还能提高学生兴趣,促进学生理解

健康的重要性、终身运动的重要性。

3 成果与效果

3.1 学生“健康”指数显著提高

高校体育教学相较于其他理论性较强的学科而言,其独特之处就在于教师和学生之间的互动性更强。学生对于体育课程寄予了更多的期许与热爱,同时也对体育教学工作提出了更高的要求。教学团队的建设通过促进教师团队整体能力的提升,使得体育教学手段更加丰富,教师能力更加多元化,可以为学生提供更加专业的教学和保护,从真正意义上促进了学生综合素质的全面提升。通过近5年的以健康为导向的体育教改和课改,学生“健康”有了显著的改善。近5年学生体质测试数据逐年提高,改变了大三和大学生体质不如大一和大二的状况。尤其是学生体重控制得当,体脂百分比在正常范围的学生占到了91.4%。学生有氧耐力、速度、力量、肺活量均有较大程度的改善,同时学生还掌握了急救、常见病运动处方、野外生存等多项技能。

3.2 教学质量明显提高

自教学团队组建并开展工作以来,团队成员之间相互谦让、相互包容,攻关克难,打破学科和专项壁垒,不同学历结构和教学年资的教师融为一体,实现教师在团队内部的快速成长。团队成员新成果、教学改革收获、方法创新、教学经验等都成为团队所有成员的共享资源,团队建设的措施有助于教学质量的提升。与团队建设之前相比,学生成绩提高显著,尤其是近几年,学生对体育课及课外锻炼产生了浓厚的兴趣。全校学生课外锻炼热情高涨,参加俱乐部的学生逐年增多。每学期学生评教情况也发生了明显的变化,

学生对教师的评价越来越好,认可度显著提升。团队成员参加全校教学比赛、青年教师教学技能比赛取得了历史性的突破,近3年共5人次获得三等奖以上。

3.3 教研成果丰硕

近5年来,体育教学团队5个支队成员在科研上取得了丰硕的成果,完成省部级教改、课改课题4项,市级6项,在研5项,发表的与课改和教改有关的学术论文21篇。教学团队建设不仅重视教学研究,而且促进了教材建设,先后编写了《大学生体质健康手册》《普通高校新兴体育项目研究》《网球教学与训练》《健身运动》《台球运动初级教程》等多部校本教材。

参考文献:

- [1] 卓莉,邓志茂,王革.我国高校体育教学团队研究综述[J].韩山师范学院学报,2012,33(3):90-93.
- [2] 张华,张智新,唐红斌.“质量工程”中高校体育教学团队的建设[J].首都体育学院学报,2011,23(4):332-334.
- [3] 尹小俭,杜建强,季浏,等.中国大学生体质健康变化趋势的研究[J].北京体育大学学报,2012(9):79-84.
- [4] 祝娜.普通高校大学生在校四年体质健康状况调查与分析——以苏州大学2008级本科生为例[D].苏州:苏州大学,2013.
- [5] 苏晓红,王晓春.新教学理念下高校体育教学评价实施现状的研究[J].沈阳体育学院学报,2011,30(6):109-113.
- [6] 李琛.关于高校体育教学团队建设研究[J].南昌教育学院学报,2011,26(7):182-183.

