



高师运动训练专业课程设置的比较

钱 锋, 孙有平

摘要: 运用文献法和调查法, 对我国8所师范大学运动训练专业的课程设置进行了比较分析, 研究结果显示我国高师运动训练专业课程设置存在以下问题: 必修课与选修课比例不合理; 专业必修课程开设门数不全; 专业理论课程与技术课程比例不协调。针对存在的问题, 提出优化高师运动训练专业课程设置的对策。

关键词: 高师; 运动训练专业; 课程设置

中图分类号: G807.01 文献标识码: A 文章编号: 1006-1207(2009)06-0083-04

Comparative Study on the Curriculum of the Sports Training Major in Normal Universities

QIAN Feng, SUN You-ping

(East China Normal University, Shanghai 200241, China)

Abstract: By the ways of literature study and investigation, the article makes a comparative study on the curriculum of the sports training major in China's 8 normal universities. The result shows the following existing problems: irrational proportion of the compulsory courses and elective courses; incomplete compulsory courses improper proportion of the specialized theoretical courses and technical courses. Measures for improving the specialized course design of the sports training curriculum in normal universities are suggested for solving the existing problems.

Key words: normal university; sports training major; curriculum design

1 前言

课程设置在人才培养目标的具体体现, 是教学计划的核心部分, 更是实现培养目标的根本保证。近年来, 国内许多学者从不同角度对我国体育专业的课程设置进行了许多有益的探讨, 提出了不少观点。袁作生等人对运动训练专业教学内容和课程体系改革进行了研究, 提出了“生物学科课程设置采用主体形式突出课程内容与运动训练实践的结合; 考试采用口试、笔试与实验相结合的形式, 注重学生应用能力的考核; 加大力度培养学生外语(以口语为主)与计算机应用能力等基本技能; 扩大专业课的课程时数, 并突出培养学生的运动技能”等观点^[1]。张健等认为, 运动训练专业的课程结构不合理, 必修课与选修课比例不合理, 课程设置与学科发展、社会需求脱节, 重理论轻实践, 体现专业特色的课程少^[2]。鲁长芬等人通过与美国体育院校课程改革的分析来探讨我国运动训练专业课程体系的改革, 提出了运动训练专业课程改革应注意强调“厚基础、突出专业特点, 拓宽专业口径”的观点^[3]。陈武山等人的研究显示, 缩小技术课程比例, 加大基础理论课程比重, 是当前国内外体育院校的课程设置的新的趋势^[4]。

综观国内关于体育专业课程设置的研究, 我们发现, 大多数是针对专业体育院校运动训练专业展开的, 涉及高师运动训练专业的课程研究很少, 要知道, 高师运动训练专业占居着全国所有运动训练专业的大半壁江山, 相对于专门的体育院校, 高等师范院校更注重师范教育的知识和能力, 具有师资人才培养的“专业性”。从高师运动训练专业的办学优

势看, 由于其处在一个综合性教育的环境中, 教学资源丰富、课程设置面广, 有利于学生素质教育, 有利于复合型人才培养。因此, 本研究试图通过对我国部分高师运动训练专业课程设置的现状进行比较分析, 揭示出我国高师运动训练专业课程设置存在的问题, 并提出相应对策, 为优化高师运动训练专业课程方案提供参考。

2 研究对象和方法

2.1 对象

北京师范大学、东北师范大学、华东师范大学、华中师范大学、江西师范大学、安徽师范大学、河南师范大学、湖南师范大学8所学校运动训练专业的课程方案。

2.2 方法

2.2.1 文献资料法

查阅并分析我国运动训练专业的相关文献资料50余篇, 了解当前有关高校体育院(校)系运动训练专业研究现状与发展趋势, 为确定本研究的方向和内容提供理论与方法学依据。

2.2.2 调查法

通过邮寄、传真和网上检索, 收集了我国9所师范大学运动训练专业的课程方案; 就当前运动训练专业毕业生就业情况, 电话访谈了部分学校分管学生工作的老师; 就运动训练专业课程设置的有关问题, 问卷、访谈了华东师范大学运动训练专业65名学生。

收稿日期: 2009-08-12

第一作者简介: 钱 锋, 男, 在读硕士研究生。主要研究方向: 运动训练学。

作者单位: 华东师范大学体育与健康学院, 上海 200241



3 高师运动训练专业课程设置的现状

比较分析 8 所高师运动训练专业的课程设置, 我们发现, 高师运动训练专业的课程一般由必修课、选修课和实践课程三大部分组成, 必修课包括公共必修课和专业必修课, 选修课包括公共选修课和专业选修课, 专业选修课下又设限制性选修课和任意选修课, 实践类课程一般包括军事训练、实习、毕业论文等。

本研究将从以下 3 个方面对课程设置的情况进行分析: 必修和选修课程的学时比例; 专业必修课程开设情况; 专业理论和技术课程的学时比例。

3.1 必修课与选修课比例不合理

“公共必修课是指根据国家统一的要求所开设的基础课程, 也称普通教育课或公共基础课, 国外称之为通识课程, 是高等教育教学内容的组成部分, 旨在培养具备爱党、爱国情操和马列主义基本知识等思想素质、具备一定外语和计算机能力、了解当前国际、国内形式的‘德、智、体’全面发展的‘应用型’人才。”^[5]分析发现各校运动训练专业的公共必修课设置基本相同, 主要包括: 马克思主义哲学原理、马克思主义政治经济学原理、毛泽东思想、邓小平理论与“三个代

表”重要思想、思想道德修养、法律基础、军事理论、形势与政策、英语和计算机基础等课程。

表 1 结果表明: (1) 各校运动训练专业的公共必修课学时所占比例各不相同, 其中华中师范大学最低, 只占 19.9%, 而江西师范大学最高, 占 29.2%, 可见江西师范大学运动训练专业更重视公共基础课。(2) 各校运动训练专业的专业必修课学时所占比例也各不相同, 其中东北师范大学最低, 只占 30.3%, 而安徽师范大学最高, 占 56.4%, 可见安徽师范大学运动训练专业十分注重学生的专业知识和技能的培养。(3) 各校运动训练专业的公共选修课比例很低, 部分学校甚至没有开设公共选修课, 如江西师范大学、河南师范大学和湖南师范大学, 与此同时, 各校的专业选修课比例也普遍偏低, 只有江西师范大学和河南师范大学两所学校的运动训练专业选修课比例超过 30%。选修课比例低直接导致学生选择课程的自由度降低, 这对学生的知识面的拓宽和个性发展是十分不利的, 也难以适应社会对体育人才多样化的需求。(4) 在分析选修课课程开设中发现, 除湖南师范大学开设龙狮运动理论与实践课程和东北师范大学开设冰水运动外, 其他学校没有开设区域性特色课程。

表 1 各校运动训练专业必修课与选修课的学时比例

Table 1 Credit Hour Ratio of the Compulsory Courses and Elective Courses of the Sports Training Major in Different Universities

学校名称	公共必修课		专业必修课		公共选修课		专业选修课	
	学时	比例	学时	比例	学时	比例	学时	比例
北京师范大学	740	26.3%	1200	42.7%	128	4.6%	576	20.5%
东北师范大学	684	22.6%	918	30.3%	180	6.0%	612	20.2%
华东师范大学	864	28.9%	1158	38.7%	216	7.2%	468	15.6%
华中师范大学	617	19.9%	1237	39.8%	272	8.8%	674	21.7%
江西师范大学	972	29.2%	1044	31.4%	-	-	1080	32.4%
安徽师范大学	750	23.3%	1814	56.4%	204	6.3%	374	10.5%
河南师范大学	873	26.3%	1217	36.7%	-	-	1068	32.1%
湖南师范大学	828	26.4%	1170	37.4%	-	-	900	28.8%

注: 根据各校运动训练专业的培养方案

综上所述, 适当增加选修课的比例, 拓宽专业口径, 是适应社会和专业自身发展的需要。综合各校目前专业理论课程与技术课程的比例、专家意见以及对学调查得到的反馈意见, 我们认为, 公共必修课、专业必修课、公共选修课和专业必修课的合理比例应该控制在 3:3:1:3 左右更为恰当, 这样既能够保证学生掌握充分的基础知识, 又能够使学学生拓宽知识面。同时, 各校应根据实际情况, 增设一些具有地方特色的选修课程。综上所述, 适当增加选修课的比例, 拓宽专业口径, 是适应社会和专业自身发展的需要。综合各校目前专业理论课程与技术课程的比例、专家意见以及对学调查得到的反馈意见, 我们认为, 公共必修课、专业必修课、公共选修课和专业必修课的合理比例应该控制在 3:3:1:3 左右更为恰当, 这样既能够保证学生掌握充分的基础知识, 又能够使学学生拓宽知识面。同时, 各校应根据实际情况, 增设一些具有地方特色的选修课程。

3.2 专业必修课程开设门数不全

“专业必修课是高等学校中学习某一专业的大学生必须修习的专业知识与专业技能课程, 是教学计划的中心组成部

分, 包括专业理论基础课和专业技术基础课。它能使学学生具有宽厚的专业基础知识和专业技能, 熟悉本专业范围内最新的社会科学与自然科学技术的成就和发展趋势, 着重于专业理论、基本规律的教学和实践技能的培养。”^[5]通过统计发现(见表 2), 各校专业必修课的理论课程主要包括: 运动解剖学、运动生理学、运动训练学、运动生物化学、运动生物力学、体育心理学、体育统计学、体育保健学、学校体育学、体育科研方法、体育概论、体育测量与评价; 技术课程主要有田径、篮球、排球、足球、体操、武术、专项专修等课程。

根据运动训练专业的培养目标, 要成为一名优秀的教练员, 除了需具备以上这些理论知识以外, 还需增加运动员选材学, 训练工作是从运动员选材开始的, 不会选苗子有再好的训练方法也是空谈; 运动训练管理学, 教练员只有懂得如何管理好一支训练队伍, 才能使训练效率达到最高; 运动损伤预防与康复, 虽然运动队配有队医, 但是教练员在制定训练内容时必须考虑到如何防止受伤, 如果受伤了在康复阶段又该如何训练。同时还需开设教育学和心理学课程, 虽说教练员的职责是训练, 但同时也是教运动员为人



处事的一个过程,也只有了解运动员的心理情况才能更好的控制训练。在专业技术方面,虽然运动训练专业的每个学生都有自己的专项,但是考虑到将来就业需要,所以在开设专项专修的基础上,需开设田径,体操,武术,三大球和三大球,但是由于网球的特殊要求,在我国中小学开

设的并不多,所以网球可以不作为专业必修技术课。

综上所述,运动训练专业还应该增设:运动员选材学,运动训练管理学,运动损伤预防与康复,教育学和心理,羽毛球和乒乓球等专业课程。

表2 各校运动训练专业必修课程开设情况一览表

Table II Compulsory Courses of the Sports Training Major in Different Universities

	北京师大	东北师大	华东师大	华中师大	江西师大	安徽师大	河南师大	湖南师大
运动解剖学	√	√	√	√	√	√	√	√
运动生理学	√	√	√	√	√	√	√	√
运动训练学		√	√	√	√	√	√	√
运动生物化学	√	√	√	√		√	√	
运动生物力学	√	√	√			√	√	√
运动心理学	√	√	√	√	√	√	√	√
体育统计学	√	√		√			√	√
体育保健学	√	√			√	√	√	√
学校体育学	√	√		√			√	
体育科研方法	√		√	√		√	√	√
体育概论			√	√	√	√	√	√
体育测量与评价	√			√		√	√	
田径	√	√	√			√	√	√
篮球	√	√	√			√	√	√
排球	√	√	√			√	√	√
足球	√	√	√			√	√	√
体操	√	√	√			√	√	√
武术	√	√	√			√	√	√
专项专修	√		√	√	√			

注:根据各校运动训练专业的培养方案,选取开设比例达4/9以上的课程

3.3 专业理论课程与技术课程比例不协调

通过表3我们可以看出,除华东师范大学、江西师范大学和安徽师范大学外,其他5所高师运动训练专业必修课中的理论课程比例都在45%以上。可见,多数学校已开始重视学生的专业理论知识培养。

表3 各校运动训练专业必修课中理论课程与技术课程的学时比例

Table III Ratio of the Theoretical Courses and Technical Courses of the Compulsory Curriculum of the Sports Training Major in Different Universities

学校名称	专业必修课总学时	理论课程		技术课程	
		学时	比例	学时	比例
北京师范大学	1200	720	60%	480	40%
东北师范大学	918	414	45%	504	55%
华东师范大学	1158	438	38%	720	62%
华中师范大学	1237	607	49%	630	51%
江西师范大学	1044	432	41%	612	59%
安徽师范大学	1814	756	42%	1058	58%
河南师范大学	1217	725	60%	492	40%
湖南师范大学	1170	666	57%	504	43%

众所周知,运动训练专业学生大部分来自于各级体育运动学校和体工队,他们从小就开始进行专项训练,主要精力和大部分时间都用在了训练上,因而他们的专业技术水平

和专项技能都普遍较高,而文化知识水平则相对较低。调查华东师范大学运动训练专业学生一个学期的所有理论课成绩时发现,他们的平均成绩在60~75分之间。所以,运动训练专业的学生,需要强化的不是他们的专业技术水平和专项技能,而是他们的人文素质、专业理论知识、以及教学、训练的指导和管理能力,这些对增强他们未来的就业竞争力是非常必要的。综合各校目前专业理论课程与技术课程的比例、专家意见以及对调查得到的反馈意见,我们认为,高师运动训练专业的课程设置,应加大理论课程比例、降低技术课程比例,理论课程与技术课程学时比例控制在5.5:4.5左右为宜。理论课程比例的加大,可以拓宽学生的专业知识面,培养学生思考问题、提出问题、分析问题、解决问题等能力。技术课程比例的降低并不意味着轻视学生运动技术和技能的培养,而是要在保持原有专项运动技能和水平的基础上,重点加强其专项技术的教学、训练的指导和管理能力,使他们对自己长期从事的专业既要知其然,还要知其所以然,更要有高超的指导训练的能力。

4 优化高师运动训练专业课程设置的对策

针对目前高师运动训练专业课程设置中存在的问题,我们认为,要合理地设置课程,首先,必须处理好以下几个关系:课程设置与培养目标匹配的关系;专业特色课程与一般课程的关系;课程设置与培养对象应该具备的知识、能



力、素质结构之间的关系；理论课与技术课的比例关系；课程总学时与各类课程之间的学时分配等关系。其次，课程设置必须严格遵循教育部有关制定课程方案的方针政策和基本要求，充分考虑本专业的就业及社会需求状况，还必须考虑各校不同的办学特点。只有把这此因素都考虑进去，设置出来的课程方案才能算是合理的。^[6]为此，提出以下几点建议。

4.1 加强基础知识学习，提升学生的人文素质

针对训专业学生普遍存在文化素质偏低的现象，高师训专业的课程体系中，必须注重公共基础课的设置，因为这些课程在整个课程体系中起着理论基础的作用，基础知识是大学生的基本功，具有提高道德修养及基本文化素质的作用。对他们所进行的这方面的教育，使其文化素质、基础理论知识和专业技能多管齐下，全面提升他们的综合素质，增强他们的发展后劲，使他们在未来的就业市场具有更强的竞争力。

4.2 适当加大选修课的比例，建构合理的知识体系

开设选修课可以扩大学生知识面，让学生自主构建知识框架，促使每个人形成自己的个性。增加选修课门数，充分利用师范大学学科门类齐全、综合实力强的优势，鼓励学生跨系、跨院选修，加大学生选课的选择余地，让运动训练专业学生在教师的指导下，根据一定的学习规程，结合自己的发展取向，对学习内容和学习方式进行充分的自主选择，从而使他们主动的索取和发现，独立的思考和理解，自主地进行知识的构建和再构建。我们认为公共必修课、专业必修课、公共选修课和专业必修课的合理比例应该控制在3:3:1:3左右，同时，各校根据实际情况，增设一些具有地方特色的选修课程。

4.3 加大专业理论课程比例，优化专业课程设置

训专业学生具有较高的运动水平和丰富的实践经验，但文化素质偏低。对他们所进行的继续教育，主要是要加强他们理论知识的广泛学习，提高其文化素质。若再突出强调他们的技能训练，对他们来说，是没有多大实际意义的。我们在对华东师范大学运动训练专业学生的调查发现，运动训练专业有71%的学生认为自己迫切需要提高理论知识水平。经综合分析筛选，我们认为下列课程可以列入高师运动训练专业必修理论课程，它们分别是：运动解剖学、运动生理学、运动训练学、运动生物化学、运动生物力学、体育心理学、体育统计学、体育保健学、学校体育学、体育科研方法、体育概论、体育测量与评价、运动员选材学、运动训练管理学、运动损伤预防与康复、教育学和心理学等。专业技术课程可以开设田径、篮球、排球、足球、羽毛球、乒乓球、体操、武术、专项专修等课程。与此同时，专业必修课中理论课程与技术课程的学时比例控制在5.5:4.5左右为宜。

4.4 突出高师特点，丰富教育专业课程

高师的教学资源丰富、课程设置广，所以高师运动训练专业除开设传统的教育学、心理学、教学法三门教育理论课程外，要适当增加教育科学理论和职业技能训练课程。突出对学生的竞赛组织、裁判、实验操作、组织管理、教学与训练、示范和社交等能力的培养。

5 结语

5.1 我国高师运动训练专业课程设置存在问题：必修课与选修课比例不合理；专业必修课程开设门数不全；专业理论课程与技术课程比例不协调。

5.2 在分析上述问题的基础上，提出了优化我国高师运动训练专业课程设置的对策：通过加强基础知识学习，提升学生的人文素质；加大选修课的比例，建构合理的知识体系；加大专业理论课程比例，优化专业课程设置；发挥高师学科门类齐全等优势，提高学生专项运动的教育能力。

参考文献

- [1] 袁作生等. 面向21世纪高等体育院校运动训练专业教学内容和课程体系改革研究[J]. 北京体育大学学报, 2001, 24(2): 225-227
- [2] 张健等. 对我院运动训练专业教学改革实践的审度与思考[J]. 南京体育学院学报, 2001, (1): 56-59
- [3] 鲁长芬, 王健. 从美国体育院系课程改革看我国运动训练专业课程体系的改革[J]. 西安体育学院学报, 2003, 1(20): 96-100
- [4] 陈武山, 等. 我国体育高等教育人才培养与课程体系的研究[J]. 北京体育大学学报, 2003, 26(1): 97-98
- [5] 王焕勋. 实用教育大词典[M]. 北京: 北京师范大学出版社, 1995
- [6] 辛松和. 我国高校体育院(系)运动训练专业人才培养对策研究[D]. 硕士学位论文, 广西师范大学, 2006
- [7] 吕季东. 美国运动训练专业本科教学计划的特点与启示[J]. 上海体育学院学报, 2007, 31(1): 76-81
- [8] 刘向阳. 我国体育院系运动训练专业课程设置的研究[D]. 硕士学位论文. 西南大学, 2006
- [9] 鲁长芬. 对我国高等体育院校运动训练专业课程研制的探讨[D]. 硕士学位论文: 华中师范大学, 2003
- [10] 王丽娜. 对我国体育院系运动训练本科专业课程设置的优化研究[D]. 硕士学位论文, 2005
- [11] 赵彦莉. 全国高校运动训练本科专业教学计划现状及对策研究[D]. 硕士学位论文: 苏州大学, 2007

(责任编辑: 陈建萍)