



我国普通高校体育教学改革30年的回顾

魏明东¹, 王海春², 孙振杰¹

摘要: 在改革开放30年来我国普通高校体育改革与发展的过程中, 体育教学的改革始终是主要内容之一, 素质教育、健康第一和终身体育等指导思想的确立为高校体育教学的改革指明了方向, 教学内容与方法等改革成为体育教学改革的核心内容, 体育教学组织形式的改革为体育教学改革提供了保障, 新的教学评价体系的构成在提高体育教学质量, 培养具备综合素质适应社会发展的复合型人才方面发挥了重要作用。

关键词: 改革开放; 体育; 普通高校; 教学改革

中图分类号: G807.01 文献标识码: A 文章编号: 1006-1207(2009)06-0079-04

Review of the PE Teaching Reform in China's Universities in the Past 30 Years

WEI Ming-dong¹, WANG Hai-chun², SUN Zhen-jie¹

(Shijiazhuang Institute of Technology, Shijiazhuang 050228 China)

Abstract: PE teaching reform is one of the main contents in the universities' PE reform and development in the past 30 years. The guiding concept of quality education, fitness first and life-long physical education points out the way for universities' PE teaching reform. The reform of teaching contents and methods has become the core content of PE teaching reform. The reform of PE teaching patterns has provided guarantee for PE teaching reform. The new teaching evaluation system has played a pivotal role in improving teaching quality and cultivating inter-disciplinary talents who have comprehensive quality and are able to meet the demand of social development.

Key words: reform and opening up; PE; university; teaching reform

改革开放30年来, 在我国高等教育的改革与发展过程中, 体育教学改革占有重要的地位, 是高校教学改革的主要内容之一。尤其是在社会主义市场经济体制的影响下, 以及高等教育大众化的背景下, 高校体育教学的指导思想、内容、方法、组织形式以及教学评价等方面都发生了深刻的变化, 取得了显著的成就。

1 体育教学改革指导思想的发展

体育教学指导思想是一个通过多种途径, 有意或无意地影响学校体育目的、任务、学校体育制度、体育教学和体育锻炼过程的概念体系^[1]。体育教学指导思想具有鲜明的时代特色, 总是与不同社会的政治、经济、教育和体育的需要相适应, 并制约着学校体育的发展方向。在我国高校体育教学改革30年的过程中, 指导思想的演变为高校体育教学内容、方法、组织形式以及教学评价等方面的发展奠定了基础。

1.1 改革开放初期(1980-1989年)的体质健康指导思想的确立

1979年在扬州会议颁布的《学校体育卫生工作暂行规定》(试行草案), 推动了学校体育工作的发展, 并在一定程度上提高了学校体育的地位, 也为高校体育的改革奠定了基础。20世纪80年代初期, 邓小平同志提出我国教育要“面向现代化、面向世界、面向未来”的发展方针, 明确了高校教育改革的目標。为贯彻党的“全面发展”教育方针, 国家先

后颁布了《国家体育锻炼标准》、《学校体育卫生工作暂行规定》和《关于进一步建立、健全“体质、健康卡片”, 进行全国学生体质、健康调查研究的实施方案》等文件, 在此影响下, 一些高校进行体育教学大纲改革的尝试。并在1983年5月西安召开的“学校体育卫生工作”会议上, 确立了以增强学生体质为主的学校体育教学指导思想。1985年中共中央下发《中共中央关于教育体制改革的决定》, 提出教育体制改革的根本目的是提高民族素质、多出人才、出好人才。为了适应教育体制改革的需要, 1986年后成立了中国高等教育学会体育研究会、中国体育科学学会学校体育研究会等学术团体, 对促进学校体育学术活动的开展和加快学校体育的改革起到了极大的推动作用。20世纪80年代, 一系列法规文件的颁布和实施, 促成了高等学校体育体质健康指导思想的确立, 它打破了50年代以来一直沿用的苏联教育体系, 拓宽了体育在健身、娱乐、竞技、文化和社会等方面的功能, 适应了改革开放初期高等学校的发展需求。

1.2 深化改革阶段(1990-1999年)的素质教育指导思想的形成

20世纪90年代, 学校体育教学改革取得了巨大的成效。1992年国家教委印发《全国普通高等学校体育课程教学指导纲要》, 在规范学校体育的同时, 鼓励高校进行体育教学改革。1993年成立的全国体育教学指导委员会, 为

收稿日期: 2009-08-12

基金项目: 河北省教育科学研究“十一五”规划重点课题(06120071)

第一作者简介: 魏明东, 男, 讲师。主要研究方向: 体育教学与训练。

作者单位: 1. 石家庄理工职业学院 公体部, 河北 石家庄 050228; 2. 河北省承德县六沟镇中, 河北 石家庄 050228



国家教委提供经常性的咨询意见,进一步加快了高校体育教学改革的步伐。在90年代,中共中央国务院先后颁布了《中国教育改革和发展纲要》和《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》等重要文件,在社会主义宏观背景下描绘了我国90年代教育改革和发展的蓝图,提出通过课内外各种形式的活动,加强大学生素质教育,全面提高大学生的整体素质,明确了素质教育的指导思想。经过十多年的努力,初步建立了以素质教育为主体的体育教育体系,以竞技性为主的教学内容得到改观,训练式的体育教学手段发生变化,与之对应的是时尚体育、快乐体育,以及与社会结合较为紧密的体育内容出现在高校体育课堂,体育课不再是教师的个人专场秀,学生有了更大的自主权。在此期间,全国各高校互通信息、进行经验和学术交流,使学校体育教学改革不断深化,内容涉及课程体系的各个方面。素质教育指导思想的确立,有力的推进了我国高校体育教学的改革。可以说,在体育教学中推行素质教育是我国“德、智、体、美全面发展”的教育方针在新时期的继承与发展,无论是在理论层面还是在实践层面上,素质教育在高校体育教学改革的发展史中都具有里程碑的意义。

1.3 改革完善阶段(2000年至今)的“终身体育、健康第一”指导思想的发展

自改革开放以来,我国始终坚持“教育要面向现代化、面向世界、面向未来”的指导方针,并努力加强与国际教育领域的双边接轨和国际交流,积极推进国内的教育改革。1995年6月国务院发布《全民健身计划纲要》,提出到2010年“实现体育与国民经济和社会事业的协调发展,全面提高中华民族的体质与健康水平,基本建成具有中国特色的全民健身体系”的奋斗目标。党的十五大确立了《面向21世纪教育振兴行动计划》,并在1999年出台了《中共中央国务院关于深化教育改革推进素质教育的决定》,对体育教育改革的描述中指出:“健康体魄是青少年为祖国和人民服务的基本前提,是中华民族旺盛生命力的体现,学校教育要树立健康第一的指导思想,切实加强体育工作^[21]”。从此,学校体育教育改革掀起了新一轮“健康第一”教育理念大讨论,并进行了更大步伐的改革。2002年8月颁布的《全国普通高等学校体育课程教学指导纲要》(简称新《纲要》)指出:“体育课程是大学生以身体练习为主要手段,通过合理的体育教学和科学的体育锻炼过程,达到增强体质、增进健康和提高体育素养为主要目标的公共必修课程;是学校课程体系的重要组成部分;是高等学校体育工作的中心环节”^[3]。《2003-2007教育振兴行动计划》进一步明确了坚持“健康第一”的指导思想,提出“在教育系统广泛、深入、持久地开展群众性体育活动,大力增强青少年学生的体质、意志力和终生锻炼的自觉意识。推广《学生体质健康标准》,提高体育课程和课外活动的质量,建立学生体质健康监测体系。”在注重学生个性发展的同时,培养学生创新精神和实践能力,全面推进素质教育。在“健康第一”思想的指导下,许多学校积极营造良好的体育生活氛围,改革教学内容与方法,优化课程体系和教学模式,对高校体育课程进行了积极的探索与实践。“终身体育、健康第一”作为现代体育的思潮,是深化高校体育教学改革,推进高校体育科学化、社会化、生活化的有效途径,在

促进高校体育改革方面发挥了重大作用。

2 体育教学内容的改革

在全面推进的教育改革中,教育指导思想是改革的先导,作为课程体系重要组成部分的教学内容是改革的核心和切入点。20世纪80年代以前,我国高校体育教学内容基本以竞技体育为主,大部分教学内容是中学体育的翻版与简单重复,造成大学生喜欢体育不喜欢体育课的怪现象。改革开放的30年我国高校体育课的教学内容发生了较大的变化,淘汰了不适应时代需求或与指导思想要求的陈旧、落后的教学内容,把适应时代及指导思想的内容充实到教学内容之中。改革开放以来,我国高校体育教学内容的变化与指导思想的改革相辅相成,总体上体现出教学内容的不断实践、拓展、总结和丰富的过程。

2.1 体质健康思想指导下的竞技体育改革

在改革开放的呼声下,20世纪80年代高等学校体育课程体系的改革有了较大的变化,但从性质上来讲,依是计划经济的延伸,从体育课程的制定上竞技体育(篮球、排球、田径和体操等)内容占主导地位,各高校的体育教学内容基本相同,存在着计划经济时代的统一性和计划性特征。教学内容的改革在徘徊、等待,又有所实践上向前发展,“体质、健康”卡片在高校的实施在一定程度上促进了教学内容的变化,竞技体育在高校的地位受到冲击,一些难度较低的、学生喜欢的、有助于提高学生健康水平的体育内容成为体育课的构成部分,课外体育活动受到高校的关注。尽管尚未摆脱竞技体育和计划经济的束缚,但高校体育教学内容逐渐丰富。

2.2 素质教育形势下的体育教学内容大众化改革

整个90年代是高校体育内容大众化的凸显时期,这一阶段的变化与我国体育政策的变化密切相关,《中华人民共和国体育法》明确指出:“国家发展体育事业,开展群众性的体育活动,提高全民族身体素质,体育工作坚持以开展全民健身活动为基础,实行普及与提高相结合,促进各类体育协调发展”。国务院分别于1992年和1995年颁布《全国普通高等学校体育课程教学指导纲要》和《全民健身计划纲要》重要文件,表明群众体育已成为我国着力发展的领域。伴随着高等教育由精英教育向大众化教育的转变,高校体育形成了学校、社会及公民相适应、相互动的局面。高校体育课程的制定和内容的设置有了更大的自主权,一些社会上喜闻乐见的体育项目开始出现在高校体育课堂,迎合了教育大众化和体育社会化的现象。如一些高校除开设常见的球类、田径、体操外,还开设了乒乓球、羽毛球、气功、太极拳和游泳等大众化体育^[4]。作为大众体育重要组成部分的体育文化、审美体育、民俗体育也融入体育教学和课外体育活动中,拉近了学校体育与社会体育的联系。

2.3 21世纪初期以休闲为主体的高校体育教学内容改革

进入21世纪,随着改革开放的深入,“休闲”成为一种时尚,并对高校体育产生了深远的影响。新《纲要》明确提出确定体育课程内容的原则:“健身性与文化相结合;选择性与时效性相结合;科学性与可接受性相结合;民族性与世界性相结合^[3]”。并提出充分利用各种媒体(广播、电视、



网络等)获取信息,不断充实、更新课程内容,充分利用各种自然资源进行野外生存和野外生活训练与实践的指导方针,为休闲体育在高校的广泛开展提供了良好的契机。这一时期,很多高校结合各自的特点对体育教学内容的休闲化进行了研究性探索,尤以对高校野外生存与生活课程开发的研究最为显著。仅2002至2006年,我国高校野外生存生活训练课程研究论文的数量达61篇,且呈现上升趋势^[5]。与此同时,很多高校体育中原有的竞技内容或被淘汰,或被休闲化。一些适应时代需求,符合学生特征,与社会相接轨的休闲体育,如网球、体育舞蹈、攀岩、定向、野外生存等成为高校体育的新宠。

总之,改革开放以来,我国高校体育教学内容的变化主要体现在教学内容的多样性、丰富性与时代性。它主动适应了体育社会化、终身化、生活化、多元化、个性化和市场化的发展趋势。在这样一个时代,“适者生存,优胜劣汰”依然是一个永恒的原则,为适应社会的变革与发展,培养适合时代需求的优秀人才,各高校都对构建新的体育教学体系表现出极大的热情,进行了一系列的改革与创新。在充分满足学生健身需求的基础上,发掘体育的文化性、娱乐性、生活性和实用性,使体育课成为高校实施素质教育、终身体育和健康第一思想的阵地。

3 体育教学方法的改革

教学方法是指特定课程与教学目标、受特定课程内容所制约、为师生所共同遵循的教与学的操作规范和步骤,是引导和调节教学过程的规范体系^[6]。教学方法的选择受到教育目的、教学内容、教学对象以及教师个人素质和能力的影响。传统的教学方法千篇一律,只重视教师的教,讲解、示范、纠错等言传身教的教学方法只注重形式与技艺层面的传授,忽视了学生作为学习主体所具有的思想性,以及体育的文化性,忽视学生的情感和体验,最终导致许多学生不喜欢体育课。这种陈旧过时的传习式教学方法已无法满足学生的学习兴趣,也难以达到体育教学的目标。

改革开放初期到90年代,从提高学生综合素质、培养学生适应能力和创新能力出发,许多高校的体育工作者积极探索与实践,形成了一系列行之有效的教学方法。如强调学生主体地位的自主学习、合作学习、创造性学习法,同时探究式教学、单元式教学、启发式教学、发现教学、情景教学等方法被大量应用,并在实践的基础上取得了较大的成功。进入21世纪,随着“素质教育、健康第一和终身体育”思想对高校体育教学改革的不深入,高校充分贯彻实施新《纲要》提出的高校体育教学方法“要讲究个性化和多样性,提倡师生之间、学生与学生之间的多边互助活动,努力提高学生参与的积极性,最大限度地发挥学生的创造性”方针,使体育教学取得最大的效益。

为进一步探究实用的教学方法,我国高校体育工作者结合实际引入借鉴,如激发法、变异法、类比法、情景法、暗示法、想象法、演示法、递进法、价值法和探索法等教学方法的借鉴。同时也创新了一系列教学方法,如目标教学法、主题教学法、分层教学法、信心教学法、创设教学法、区别对待法、简化技术法、竞赛激励法和游戏化教学等。教学过程是一个结构复杂、多阶段、多因素的动态过程,教学有法,教

无定法,贵在得法^[7]。改革开放以来,针对学生的实际,高校体育教学改革从发挥教师的主导作用以及尊重学生的主体性入手,对教学方法进行了有针对性的、时效性的和全面性的改革。

4 体育教学组织形式的改革

教学组织是学生在教师指导下掌握课程教材的组织框架^[8]。宏观层面的教学组织是教师与学生从事教学活动否认一般化的、比较稳定的外部组织形式与框架,可区分为班级授课组织和个别化教学组织两类基本教学形式。微观层面的教学组织是指比较灵活的具体的教学过程的组织^[9]。在此期间,美国著名心理学家、教育家凯勒(K.S.Keller)的“个别化教学体系”(亦称“凯勒计划”),对我国教学组织形式的改革产生了较大的影响,“凯勒计划”既能照顾学生的个别差异,给学生一定的自主权,又能通过一系列措施保障学生既定的教学目标。

体育教学的组织工作是否严密、合理,直接影响教学效果。改革开放前,我国高校体育教学的组织基本以行政班为基础,一般在50人左右,多者可达70~80人,给体育教学带来较大的困难。20世纪的八九十年代,在调整体育教学计划的前提下,开始实施男女分班或合班、按兴趣爱好分班、以及小班化教学等组织形式。在1992年《全国普通高等学校体育课程教学指导纲要》的基础上,2002年的新《纲要》对体育教学组织有了新的内涵,对教学班的人数提出了具体的要求,即根据体育课的实际情况,为确保教学质量,课堂教学班的人数一般以30人左右为宜。同时也提出“充分发挥学生的主体作用和教师的主导作用,努力倡导开放式、探究式教学,拓宽体育课程的时间和空间。在教师的指导下,学生应具有自主选择课程内容、自主选择任课教师、自主选择上课时间的自由度,营造生动、活泼、主动的学习氛围。”

新《纲要》的颁布促进了高校体育教学组织形式的多维性发展。比如散点式、小群体式、自然分组式、按运动能力分组的搭配式和分级式、俱乐部组织形式得以应用。各种形式均有自己的特点,但共性在于能发挥学生的自主性、积极性,有利于发展学生的个性和创造性。俱乐部制教学组织形式最具显著性特征,普及性也最广。尤以俱乐部教学组织形式最具代表性,实质上它是在选课制基础上的一种创新,它注重体育能力的提高和主动参与体育意识的培养,注重学校体育与终身体育的关系,注重现代体育与体育教育的关系。汪正毅等人对2000级大学生426人进行“教学组织形式”的问卷结果表明,支持选修课的达58.45%,赞成成立单项体育俱乐部的同学达76.4%^[10]。“俱乐部”能够充分发挥学生的主观能动作用,充分考虑学生的兴趣与爱好,有利于激发学生的学习积极性,培养自我锻炼的习惯,较好的解决主动体育与被动体育的关系问题^[11]。另外,高校体育实施俱乐部教学顺应了经济、文化和科技发展的客观需要,使高校体育教学改革发生了深刻的变化。通过多年的教学实践,俱乐部受到广大师生的一致好评,成为20世纪80年代高校体育课程改革的主要形式。这些体现了改革开放以后体育教学模式和教学观念的新变化。

5 体育教学评价的发展

评价是在测量基础上的价值判断,没有评价就没有教



育。教学评价在高校体育教学中占有重要的地位。《全国普通高等学校体育课程教学指导纲要》第二十一条提出：对学生的评价应是对学习效果和过程的评价，主要包括体能与运动技能、认知、学习态度与行为、交往与合作精神、情意表现等，通过学生自评、互评和教师评定等方式进行。评价中应淡化甄别、选拔功能、强化激励和发展功能，把学生的进步幅度纳入评价内容^[31]。可见，改革开放以来高校体育教学中对学生的评价标准已发生了根本性的改变，计划经济时代的只注重运动技术和技能的掌握，忽视对学生终身体育思想培养的评价已成为过去，代之而起的是一种整体的、全方位的、动态的评价。当代的体育教学评价不仅强调“增强体质”的最根本的目的和实现“健身”的效果，关键在于它以一种人性化的休闲方式进行评价，教师和学生能够积极参与到评价中来，而且可随时评价，它摆脱了传统的绝对标准化的评价模式，更加注重学生的努力程度、进步的幅度和参与性等内容^[12]。同时，学生能够即刻明确的认识到自己的提高程度，也便于教师获得反馈信息。当然，这种评价还处于一种创新阶段，还有待于教学实践的检验。

6 体育教学改革30年的经验总结

改革开放30年来，我国高校体育教学改革取得了丰硕的成果，获得了大量宝贵的实践经验：（1）体育教学改革必须有鲜明的指导思想，明确阶段性与长远发展的目标是改革取得成功的前提。在改革开放的30年中的不同时期，“素质教育、健康第一、终身体育”等阶段性与长远性指导思想为高校体育教学改革指明了方向；（2）体育教学的改革必须融入社会全面发展的大环境之中，实现教学内容、方法的社会化和国际化，组织形式的多样化、科学化，做到与国际教育和社会发展相接轨，实现校内外、课内外一体化，提高学生参与体育活动的积极性，最大限度地发挥学生的创造性，这是体育教学改革的中心内容；（3）通过体育课的学习，学生能够清楚的了解自身的进步和不足，是激发学生参与积极性的关键。因此，淘汰或改进传统的教学评价方法，实现包括体能与运动技能、认知、学习态度与行为、交往与合作精神、情意表现等融为一体，科学合理的、全方位的评价方法是教学改革的重要目标和保障。

7 体育教学改革30年的启示

体育教学改革是系统的、全方位的改革，而不是对某一方面的简单修补。只有在有明确指导思想的前提下，从教学内容、方法、组织形式和教学评价等方面实施全方位的改

革，才有可能达到预期的目标，回归体育的本质。（1）体育教学的改革要满足系统化和综合性发展的要求，在改革中树立整体性的教学思想，全方位的更新教育理念，使健康第一、终身体育和素质教育的思想贯穿在整个体育教学体系中；（2）体育教学改革要符合科学化与现代化的发展趋势。“教育要科学化和现代化”^[13]，体育教学的发展也同样要科学化和现代化。比如，教学内容选择的现代化，教学方法与手段的科学化，在体育教学中合理地引入科技因素，促进体育教学的发展；（3）注重体育教学改革的多元化与特色性相统一。多元化是满足学生整体身心发展的需要，如内容、方法、组织形式的多元化。特色则是各高校为自身适应学校与社会发展而逐渐形成的体育教学形式。

参考文献

- [1] 苏连勇. 对美、苏、日、东德和中国体育教学指导思想的比较研究[J]. 北京体育学院学报. 1988. (4): 5-6.
- [2] 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[OB/EB]. 教育部网站. <http://www.moe.gov.cn>.
- [3] 法规文件. 全国普通高等学校体育课程教学指导纲要[J]. 中国学校体育, 2002 (4): 4-5.
- [4] 王宗平, 赵国梁, 庄惠华. 大学体育课程教学改革实践与走向[J]. 体育与科学, 1999, 20 (3): 54-58.
- [5] 汤际澜, 王桂忠. 我国高校野外生存生活训练课程研究现状分析[J]. 福建体育科技, 2008, 27 (2): 59-53.
- [6] 张华, 课程与教学论[M]. 上海教育出版社, 1998: 210-211.
- [7] 教育部基础教育司组织, 体育(与健康)课程标准研制组编写. 体育(与健康)课程标准(实验稿)解读[M]. 湖北教育出版社, 武汉: 2002, 5: 138.
- [8] 林志超, 季克异. 面向21世纪高校体育研究[M]. 北京: 人民体育出版社, 1999, 5: 87.
- [9] 张华, 课程与教学论[M]. 上海教育出版社, 1998: 314.
- [10] 汪正毅, 陈丽珠, 金宗强. 21世纪我国高校体育教学改革方向研究[J]. 北京体育大学学报. 2002, 25 (2): 225-227.
- [11] 陈小蓉, 顾渊彦. 执行主编. 大学体育课程改革[M]. 北京: 人民教育出版社, 2004: 53.
- [12] 王宗平. 大学体育课程教学模式的整合与运作[J]. 体育与科学, 2002, 23 (3): 72-74.
- [13] 蔡克勇. 高等教育的发展与改革[M]. 武汉: 华中理工大学出版社, 1991: 78.

(责任编辑: 陈建萍)