

甘肃高校体育第二课堂开展现状与发展对策*

石松源¹ 张 丽²

(1.兰州理工大学 体育教学研究部,甘肃 兰州 730050 2.甘肃交通职业技术学院,甘肃 兰州 730070)

摘 要 运用文献资料法、问卷调查法对甘肃高校体育第二课堂开展情况、开展项目、参与情况进行问卷调查,得出:甘肃高校第二课堂主要以体育俱乐部和体育社团为主,传统项目深受学生喜欢,新兴项目缺乏开展的场地,学生兴趣是坚持参与的主要因素,场地受限是制约学生参与的主要因素。提出以下建议:学校要重视体育基础设施建设,满足学生日常所需,室外体育场地可加装灯光,满足学生锻炼需求,体育第二课堂要传授学生运动防护的方法,各学校同类项目加强交流,活跃校园文化氛围。

关键词 高校;体育第二课堂;现状;对策

中图分类号:G642

文献标志码:A

文章编号:2096-000X(2020)08-0041-03

Abstract: Using the literature method and questionnaire survey method to conduct a questionnaire survey on the development of the second classroom of colleges and universities in Gansu, the development of projects and participation, the paper concludes that the second classroom of Gansu colleges mainly focuses on sports clubs and sports communities; the traditional projects are popular among students; emerging projects lack venues for development. Students' interest is the main factor for their insisting on participation and field limitation is the main factor that restricts student participation. The following suggestions are put forward: the school should pay attention to the construction of sports infrastructure to meet the daily needs of students; the outdoor sports venues can be equipped with lights to meet the training needs of students; the second classroom of sports should teach students the methods of sports protection, and all colleges should exchange the experience about certain sport event in order to enliven the campus atmosphere.

Keywords: colleges and universities; second classroom of sports; current situation; countermeasures

日前,国务院办公厅正式发布《体育强国建设纲要》,体育强国建设已成为国家战略,青少年掌握2项以上的运动技能也已成为重大工程。作为青少年步入社会最后的教育阵地,高校体育任重道远。以体育社团、体育俱乐部为载体的体育第二课堂是高校课外体育发展的必然趋势,学生能够从自身兴趣出发,自由、自主的选择运动项目并收获成就感,能够有利于学校体育工作的开展和校园体育文化的构建,真正实施素质教育,为学生提供了培养学生综合素质的舞台。能够有效衔接体育课内外,并能够为学校体育改革提供新的思路与观念。

一、甘肃高校体育第二课堂开展状况调查

(一)体育第二课堂开展情况调查

调查显示,各高校课外体育的组织方式主要以体育俱乐部和体育社团为主,名称大同小异,体育类社团、俱乐部在校园里有很大的存在空间,可以满足学生多样化的体育需求和运动的兴趣,同时可以对学生的人际交往能力、活动组织能力都有很好的锻炼和促进作用。该结果与国内相关研究的结果相一致。访谈某高校团委负责老师时他谈到,各类社团对促进学生的全面发展非常重要,不仅能够很好的补充体育课、体育活动的不足,满足学生身体锻炼的需求,还能够强身健体、愉悦身心,同时对活跃校园文化生活起到了非常重要的作用。但同时要重视管理,不能放任自留。

(二)体育社团/体育俱乐部项目调查(见表2)

表1 体育第二课堂开设情况调查(n=1597)

		频率	比例
开展	开展体育社团	684	42.8%
	开展体育俱乐部	618	38.7%
	开展课外辅导	73	4.6%
	有课外体育任务	139	8.7%
没有开展		83	5.2%

* 基金项目:甘肃省教育科学规划课题研究成果、甘肃省教科所-甘肃省“十三五”教育科学规划项目2018年度高校与职业院校课题“基于体育社团的高校体育改革路径研究”(编号:GS[2018]GHBBK065);甘肃省教育厅-甘肃省学校体育卫生与健康教育美育国防教育研究项目“基于体育社团的高校体育第二课堂发展模式研究”(编号:2017B-003);兰州理工大学-高等教育研究项目“大学生体质提升新思路——基于体育社团的体育第二课堂发展模式研究”(一般项目B-23)
作者简介:石松源(1981-),男,汉族,甘肃定西人,硕士,讲师,研究方向:体育教学训练与运动康复。

表2 体育社团/体育俱乐部项目调查(n=1597)

	频率	比例
篮球	361	22.6%
足球	330	20.7%
排球	185	11.6%
羽毛球	315	19.7%
乒乓球	268	16.8%
网球	251	15.7%
跆拳道	294	18.4%
武术	233	14.6%
瑜伽	89	5.6%
游泳	69	4.3%
健美操	137	8.6%
体育舞蹈	73	4.6%
田径	37	2.3%
定向运动	139	8.7%
太极拳	118	7.4%
轮滑	372	14.6%
其他	275	17.2%

表3 体育第二课堂活动参与调查(n=1597)

	频率	比例
体育社团/俱乐部	553	34.6%
田径运动会	535	33.5%
趣味运动会	388	24.3%
球类比赛	364	22.8%
体育相关讲座	77	4.8%
运动队训练	134	8.4%
裁判培训	109	6.8%
体质测试辅导	121	7.6%
体育志愿者服务	89	5.6%
其他	145	9.1%
没有参与	163	10.2%

调查发现,篮球、足球、羽毛球、乒乓球等体育社团/体育俱乐部是最受学生欢迎的,这与篮球的号召力巨大、足球是世界第一大运动不无关系,羽毛球、乒乓球也是深受国人喜欢的体育项目,需要引起关注的是,跆拳道、轮滑等项目同样在学生中间有很强的吸引力,包括一些新兴项目:自行车、滑板、攀岩等项目都有很多狂热爱好者但却苦于没有场地或教练学习。

(三)学生体育第二课堂参与调查

体育第二课堂活动的开展是否满足学生所需是衡量体育第二课堂成败的重要因素。第二课堂的开展主要依据学生个体所需,能够与时俱进,开展学生想参与、乐于参与的项目,而不仅仅停留在课堂的延伸这个层次和角度;由表3可以看出,学生对时尚的、流行的、前卫的项目有着相当浓厚的兴趣,而对枯燥的、相对来说体能类的项目参与

情况积极性不高。当前高校社团中开展的滑板、轮滑、曳步舞、跑酷、自相车等社团和组织都有大批的拥趸。

二、甘肃高校体育第二课堂的发展对策

1. 通过多种途径创建更多项目的体育社团,使学生能够有选择的参与体育社团,参加体育第二课堂活动。积极鼓励有兴趣、有基础的同学组建自己的体育俱乐部和体育社团,在校团委的社团平台上积极注册、宣传,提高组织力和号召力;校团委对各社团不仅仅要管理,更要引导、梳理;体育部积极响应国家号召,给予各学生社团场地、器材、时间的帮助和协调,帮助学生做好、做成自己喜欢的事。

2. 在体育课堂教学中要善于发现学生的兴趣爱好,对学生的兴趣和爱好要积极肯定和正面引导而不是否定;对学生感兴趣的项目要教给他身体相关肌群的锻炼方法,同

时还有在运动过程中自我监控和评价的方法。现阶段,甘肃高校乃至全国的体育课都是采用专项选修课的模式,教学过程中教师或多或少都存在重“技能教学”轻“体能教学”的现象,学生在体育课教学中没有达到较高强度的锻炼,还缺乏体育运动基本常识的学习。学生在自我开展的课外体育活动中缺乏基本的正确热身方法、练习方式,还有运动生理学、运动损伤和运动保健等基本的常识。

3. 在体育第二课堂中要指导学生掌握基本的运动处方的测试、项目选择、强度与量等相关指标的把控。有针对性的合理安排运动处方,会使学生达到增强体质、安全锻炼、增进健康的目的。通过调查发现,学生在体育锻炼过程中没有进行热身活动、肌肉牵拉等行为习惯,对一般性的扭伤没有科学的处理方法,以致耽误治疗的最佳时间,造成较长时间的伤病。同时对既有伤病的处理和身体锻炼方式缺乏专业的处理方式,达不到促进恢复的目的。因此体育第二课堂的开展离不开专业教师的指导,并能根据不同个体进行有针对性的建议,技能和体能练习相结合,身体各方面素质得到全面的发展和提高,从而达到强身健心的目的。

4. 保障体育第二课堂的活动场所,加大各高校体育场馆的开放力度。开展正常的体育教学工作和训练工作以外,还应该更大限度的发挥体育馆应有的作用和价值,为更多的学生提供体育活动的场所。可以通过延长服务时间、中午不闭关休息、错峰卫生保洁等形式提高场地的利用率,同时开发场地预约系统,方便学生预约锻炼时间,更好的为体育第二课堂开展服务。

5. 各高校应理顺体育社团隶属关系,切实重视体育第二课堂的开展,鼓励学生自发组织和开展新兴体育社团,满足不同爱好、不同兴趣的学生的需求。同时,甘肃高校应发挥地缘优势,探索开展具有民族特色的体育项目和社

团,并将民族体育进行挖掘和整理,发挥体育传播文化的作用。民族运动会上开展的如抢花炮、珍珠球等项目同样适合高校开展。同时,对新兴项目要接纳和支持,对女生需求较大的瑜伽、形体等课程给予场地条件的支持。

6. 开展校园体育社团展示活动,为校内各体育社团、体育俱乐部提供自我展示的舞台和机会,并进行优秀体育社团的评比活动,繁荣校园体育文化活动。将体育第二课堂指导作为体育教师公共服务的内容,支持和鼓励教师开展体育第二课堂,对体育第二课堂加强科学指导和有序管理,提高体育第二课堂质量。

参考文献:

- [1]共青团中央、教育部、全国学联.高校学生社团管理暂行办法[N].中国青年报,2016-01-13(03).
- [2]张玉秀.生活方式、体育生活方式的界定及其研究状况分析[J].南京体育学院学报(社会科学版),2005(03):13-16.
- [3]张伦厚.普通高校大学生体育生活方式的调查与分析[J].山东体育科技,2003(03):42-44.
- [4]大学生体育生活方式与身体健康关系的研究[J].武汉体育学院学报,2004,38(6):141-144.
- [5]大学生体育生活方式与现代社会的融合[J].吉林体育学院学报,2004,20(3):31-32.
- [6]杨莎,张润红.山西省高校体育社团发展现状调查与研究[J].体育科技文献通报,2017,25(3):149-151.
- [7]徐开春,徐翘楚.高校体育社团开展现状的调查与研究[J].辽宁体育科技,2016,38(6):110-113.
- [8]赵晓明.大庆师范学院学生体育社团开展现状的调查与研究[J].赤峰学院学报(自然科学版),2012,28(7):138-139.
- [9]常颖.我国高校体育社团研究——以温州市高校体育社团为个案[J].北京体育大学学报,2009,32(7):91-93.