

# 终身体育背景下中等职业学校体育教材研究

叶娜

(瑞安市职业中等专业教育集团学校, 浙江瑞安 325200)

**摘要:**运用文献资料、实地调查和帕累托分析等方法,探索终身体育背景下中等职业学校体育教材体系构建。研究表明:中等职业学校体育教材体系构建中运动项目仍有极大的遴选空间。教材体系构建时应慎重选用高危险性运动项目、摒弃非体育本质属性的项目,选择适合本校实际的特色项目、传统项目和常规项目。教材构建应以学生的兴趣、能力和既往经验为主导,以教师专项结构为支撑,以校内场馆为基础、社会场馆为依托,参考社会体育文化选用项目,并遵循集体项目与个人项目共有、季节性与全天候项目兼修、男女生区别对待的原则。

**关键词:**中职学校;终身体育;体育教材

中图分类号:G807.3

文献标识码:A

文章编号:1007-7413(2016)06-0077-05

## A Study of PE Teaching Materials in Secondary Vocational Schools with a Lifelong Physical Educational Background

YE Na

(Ruian Vocational Secondary School Education Group, Ruian 325200, China)

**Abstract:** By means of literature and research, the writer explores how to build a system of PE teaching materials in secondary vocational schools with a lifelong physical educational background. The results show that there is a wide selection of games in building the system. While building the system, highly dangerous games should be adopted cautiously and those of non-sport attributes should be abandoned. Instead, characteristic, conventional and regular games that are suitable for school should be adopted. The construction of teaching materials should be orientated towards students' interests, abilities and experiences. It should be supported by teachers' professional structure. A school gym should be used as a base for playing games and a public one can be used as a backup. Social PE culture can be for reference when a game is chosen. Three principles should be followed, of having both team and individual games, playing both seasonal and all-weather games, taking a different attitude towards male and female students.

**Key words:** secondary vocational schools; lifelong physical education; PE teaching materials

中等职业教育是以就业为导向的专业教育。调查结果显示中等职业学校75%以上的学生离校后直接进入职场,意味着学校体育教育的终结。因此,中等职业学校体育教育在完成基础性的国家课程的同时,培养学生终身体育的思想意识、行为习惯和能力,完成由教育体育向自我体育的转变是最重要的目标之一。研究结果显示现行学校体育课程的教材大多是以社会主流竞技项目为主,<sup>[1]</sup>统一性过强,竞技性成分过浓,缺乏趣味性和娱乐性,<sup>[2]</sup>对学生的个体差异和需求关注度不高,难以激发学生的学习动机。体育教师和学生对中等职业学校体育课程现行内容满意程度不高。<sup>[3]</sup>因此,必须改变传统的以运动技术教学为中心的旧体育教学体系,逐渐向“终身体育”“健

康体育”的方向发展。<sup>[4]</sup>2001年我国颁布《基础教育课程改革纲要》,提出了国家、地方、学校三级课程管理制度,将课程决策的部分权力下放到学校,<sup>[5]</sup>一些学校开始试行体育选项课程。实践证明,体育选项课程的实施有利于满足学生的个体需求,<sup>[6]</sup>有利于培养学生终身体育意识、兴趣、习惯与能力。调查结果显示,95%的学生赞成或很赞成体育选项课。<sup>[7]</sup>运动项目是身体运动的载体,是教学内容的主要组成部分,是体育教材的直接来源,而教材是实现课程目标的重要工具。因此,将运动项目教材化是中等职业学校体育课程的首要问题。本文从我国正式开展的体育运动项目入手,探索终身体育背景下中等职业学校体育教材构建,以期中等职业学校体育课程开发提

供借鉴。目前,国内针对贯彻落实终身体育指导思想  
的体育教材建设尚不成熟,因此,本研究具有一定的  
创新性和现实指导意义。

## 1 研究方法

### 1.1 文献资料法

通过相关文献研究,掌握国内该领域的研究进展  
及深度,为本研究奠定理论基础。

### 1.2 实地调查法

对部分中等职业学校、高等职业院校体育教育专  
业进行调查,获得相关数据资料。

### 1.3 帕累托分析法

运用帕累托分析法对厦门市体育服务业经营项  
目进行主次影响因素分析,确定教材构建的主次要参  
考依据。

## 2 结果与分析

### 2.1 体育教材构建中运动项目遴选空间大

文献研究显示,目前我国中等职业学校体育教材  
主要涉及 17 个项目,其中选用频度最高的是篮球、足  
球、乒乓球、武术套路、健美操 5 个项目,其次是羽毛  
球、网球、排球 3 项,而田径、体育舞蹈、韵律操、健美、  
街舞、跆拳道、定向运动、瑜伽和体操 9 个项目的选  
用频度相对较低。国家体育总局 2006 年重新公布的我国  
正式开展的体育运动项目有 78 个,<sup>[8]</sup>这也显示体  
育教材构建中运动项目的遴选空间巨大。在教材构  
建时,应充分考虑地区、学校、教师和学生的差异性,  
从实际出发,发挥地域优势,强化学校特色,因地、因  
人制宜选用运动项目作为体育教材。

#### 2.1.1 慎重选用高危险性运动项目

国家体育总局等五部局联合公告将游泳、潜水、  
攀岩和滑雪运动中的高山滑雪、自由式滑雪、单板滑  
雪列为高危险性体育项目,<sup>[9]</sup>中等职业学校在条件  
不具备时,应慎重选用高危险性运动项目作为体育  
教材。

#### 2.1.2 摒弃非体育本质属性的项目

体育特有的本质属性是“以身体运动为基本手  
段促进身心发展”,<sup>[10]</sup>因此,以制作技能为主要特征  
的航空模型、车辆模型和航海模型项目,以智力活动  
为主要特征的国际象棋、中国象棋、围棋和桥牌项目,  
以及身体运动特征不显著的热气球、运动飞机、跳伞、

滑翔、钓鱼、信鸽、电子竞技和业余无线电等项目,与  
体育特有的本质属性不符,不宜作为体育教材。

#### 2.1.3 特色学校选用的运动项目

赛艇、皮划艇、龙舟、帆船、帆板、摩托艇、跳水、花  
样游泳、水球、救生、自行车、汽车、摩托车、射击、射  
箭、击剑和马术等项目,场地要求特殊、器材昂贵,安  
全保障要求高。棒球、垒球、曲棍球、高尔夫球、保龄  
球、软式网球、手球和橄榄球等项目在我国开展尚不  
普及,教师和场地的支撑性较差。冰壶、冰球、滑冰、  
滑雪等冬季项目具有极强的地域性和季节性,不宜广  
泛选用。因此,上述项目仅适合在有条件的特色学  
校、体育传统项目学校和体育中等职业学校作为体育  
教材选用,不宜在普通中等职业学校作为体育教材  
选用。

#### 2.1.4 普通学校选用的运动项目

依据课程管理权限,普通中等职业学校体育课程  
由国家课程、地方课程和校本课程组成。国家课程的  
教材由田径、体操、篮球、排球、足球、武术套路、游泳  
等 7 项为主构成;地方课程的教材由民族民俗特色和  
地理地域特色项目为主构成,如舞龙舞狮、马术、冰雪  
项目等;中等职业学校体育校本课程分为两类,一类是  
贯彻终身体育指导思想的自主选项课程,另一类是  
以增强职业技能、预防职业疾病为指导思想的指定选  
项课程。校本课程教材体系构建,依据指导思想不同  
从乒乓球、羽毛球、网球、掷球、台球、藤球、壁球、毽  
球、门球、健美操、街舞、举重、技巧、拳击、柔道、跆  
拳道、摔跤、轮滑、体育舞蹈、风筝、健美、拔河、飞  
镖、定向运动、登山、武术散打等项目中选择使用。国家  
课程体现了党和国家教育的统一意志,地方课程和校本  
课程是在国家课程的总体框架下,根据中等职业学校  
特定的人才培养目标和学制阶段所作的调整,是对国  
家课程的有益补充与完善,三者应有机整合并力求  
平衡。

### 2.2 终身体育背景下的体育教材构建

终身体育含义包括:让学生选择 2 个以上感兴  
趣的运动项目进行锻炼,并不断提高运动技术和技能  
水平;有主动参与体育锻炼的行动,掌握科学健身的  
方法和手段;传承体育文化是培养学生终身体育的  
意识、习惯和能力的具体课程目标。因此,应以学  
生、教师、场馆器材和社会体育文化等因素为依据  
选择运动项目作为体育教材。

#### 2.2.1 以学生的兴趣爱好为主导选择运动项目

学习动机是直接推动一个人进行学习活动的内

部动力。<sup>[11]</sup> 动机是在个体成就需要基础之上产生的,<sup>[12]</sup> 它能激发个体产生选择性的学习行为、保持适当的行为强度直到选择的活动得以完成。学习需要的主观体验是学习者的愿望或意向,包括学习的兴趣、爱好和学习的信念。兴趣是推动个体学习的一种最实际的内部动力,具有很大的个体差异。因此,教师必须根据学生的兴趣爱好构建具有终身体育理念的体育教材,强化其成就动机,帮助学生确立学习目标,激发其学习的强烈愿望和高涨的积极性、维持持久的学习热情和认真学习的态度,克服学习困难的毅力,提高学习的效果。教材构建中的项目选用应遵循下列三个原则:

一是集体项目与个人项目共修原则。学生入职走上工作岗位后,受时间、经济、场地和个人因素的限制,<sup>[13]</sup> 选择人数众多的集体项目进行健身活动相当困难。因此,自主选项课选择足球、篮球和排球等集体项目的学生,仍然需要选择一项个人项目,便于其今后能够因地、因时制宜从事健身运动。

二是季节性与全天候项目兼顾原则。游泳和冰雪项目季节性较强,冰雪项目仅在北方地区的冬季才能开展;南方地区常见的游泳项目,出于成本支出考虑,大部分游泳馆只在夏季才开放。因此,自主选项课选择了季节性强的项目的学生,应当让其再选择一项全天候项目,以便其从事经常性的健身运动。

三是男生与女生区别对待原则。男、女生由于生理和心理特点不同、兴趣爱好差异,在项目选择时具有明显的倾向性。男生大多喜欢对抗性强、运动量大项目,如篮球、足球等。女生则大多喜欢姿态和旋律优美的项目,如健美操、体育舞蹈等。因此,应区别对待男女学生的项目选择,根据学校男、女生比例力求匹配。

### 2.2.2 以教师专项可支撑性为前提选择运动项目

课程资源是课程开发的前提,教师是最重要的课程资源。<sup>[14]</sup> 学校体育教师的专项构成直接影响本校体育课程开发的数量与质量。调查结果显示,福建省主流师范院校体育教育专业开设的术科项目有28项,其中专业基础课程7项,专项选修或副项选修课程21项(见表1)。师范院校体育教育专业课程设置的局限性,决定了中等职业学校体育校本课程开发数量的有限性。因此,体育教材构建必须以本校体育教师的数量和专项构成为支撑,列出运动项目清单,供学生选择。体育教师应适时进修,学习新兴运动项目、引进民族民俗项目,对现有竞技项目实施环境移植、器材改造和规则演变,增强竞技项目的趣味性和娱乐性,拓展体育教材的选择空间。招聘新教师时,应根据本校学生的选项频度,不断改善本校体育教师的专项结构,为完善本校体育教材构建提供人力资源支持。

表1 福建省部分高等师范院校体育教育专业术科项目设置表

学校院系	专业基础课程项目	选修课程项目
福建师范大学 体育科学学院	田径、体操、篮球、排球、足球、武术、游泳。	乒乓球、羽毛球、网球、健美操、定向运动、技巧、街舞、脚斗士、轮滑、龙狮运动、木兰拳、拳击、跆拳道、体育舞蹈、体育游戏、太极运动、艺术体操、游泳救生、瑜伽。
集美大学 体育学院	田径、体操、篮球、排球、足球、武术、游泳、健美操。	乒乓球、羽毛球、举重、体育游戏、轮滑、跆拳道、体育舞蹈、瑜伽。
闽南师范大学 体育学院	田径、体操、篮球、排球、足球、武术、游泳。	乒乓球、羽毛球、网球、健美操、定向运动、健美、轮滑、龙狮运动、散打、体育舞蹈。

### 2.2.3 以校内外体育场馆为依托选择运动项目

体育场馆器材是体育课程开发与实施的基础资源,任何运动项目都需要特定的场馆和器材为支持。体育场馆具有极强的地域性特点,我国幅员辽阔,南北差异大,只有群众身边的场地才具有经常性健身的利用价值。因此,终身体育背景下的体育教材应以校

内场馆为基础,校外场馆为依托选择运动项目。

调查结果显示,大多数中等职业学校场地器材不足,即使是国家级重点中等职业学校,场馆和器材也不能完全满足体育课程实施的需要。调查结果进一步显示,绝大多数中等职业学校没有游泳馆(池),使得游泳类课程无法组织实施。因此,体育教材构建要

充分调查本校现有体育设施,盘点体育教材项目选用的范围。为了拓展体育教材选用的空间,学校应本着经济性原则,合理布局、使用现有体育设施,提高体育场馆的利用价值,改造和制作体育场地器材,充分发挥体育场馆器材的多种功能。

《第六次全国体育场地普查数据公报》显示,教育系统管理的体育场地面积有 10.56 亿平方米,占全国体育场地的 53.01%,<sup>[15]</sup>但学校体育场地对外开放率极低。研究报告显示,厦门市学校体育场地对外开放率仅为 7.26%,<sup>[16]</sup>意味着群众健身主要依赖于体育系统和“其他系统”的场地。因此,体育课程资源开发要充分依托本地区“其他系统”和体育健身服务企业现有的场馆选择运动项目。值得注意的是,体育系统虽然场馆数量仅为 2.43 万个(占 1.43%),面积 0.95 亿平方米(占 4.79%),<sup>[15]</sup>但出于竞技体育人才培养的需要,其场馆的门类多、种类相对齐全。加之我国竞技体育人才培养的“体教结合”模式运行多年,体育与教育部门的合作紧密,因此,体育系统的场馆资源可获得性相对较好,是教材构建的重要依托。

#### 2.2.4 以社会体育文化为参考选用教材

社会体育组织和社会体育活动是社会体育文化的重要组成部分。社会体育组织包括体育总会、单项

运动协会、民办非企业和体育服务企业,是本地区全民健身运动的倡导者、组织者和经营者。体育课程资源开发,要以本地区社会体育组织的建设现状及其对全民健身运动的可支持性为参考构建教材体系。

经常性的群众体育活动是开展全民健身运动的载体。群众体育活动具有地域性和民俗性特点,并与本地区市民的偏好有关。社会体育活动可参与性最强的是本地区健身服务企业经营的项目。研究结果显示,厦门市 352 家健身服务企业经营的项目共 27 项。<sup>[17]</sup>运用帕累托法则分析,累积贡献百分率在 0%—70% 之间的运动项目是台球、器械健身、健美操、健美、羽毛球、乒乓球、游泳和轮滑,这 8 个项目体现了本地区社会生活中主流体育文化,是本地区中等职业学校体育教材构建项目选择的主要参考依据;累积贡献百分率在 70%—90% 之间的运动项目是网球、帆船、武术、棋牌类和高尔夫球,这 5 个项目是本地区社会生活中次主流体育文化,是本地区中等职业学校体育教材构建项目选择的次要参考依据;其他项目为一般参考依据(见图 1)。当然,市场的逐利性原则使得健身服务企业的经营项目呈动态变化,因此,体育课程资源开发应以本地市民参与体育活动的偏好和本地区体育健身服务企业主要经营项目及其动态变化为参考构建体育教材体系。

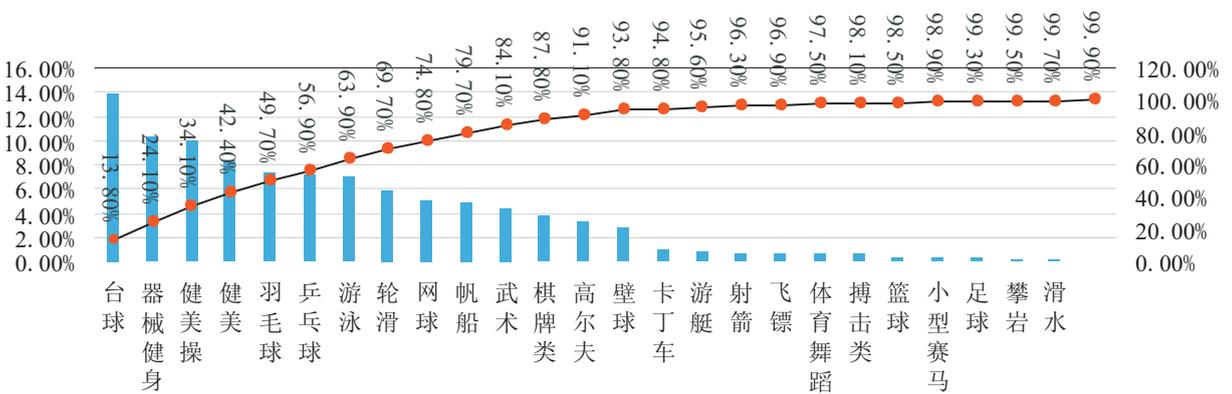


图 1 厦门市健身服务业经营项目帕累托分析表

### 3 结论与建议

1) 我国中等职业学校体育教材的项目选用不足 20 项,而我国正式开展的体育运动有 78 项,因此,体育教材构建运动项目遴选空间巨大。在教材构建时应慎重选择高危险性项目,摒弃非体育本质属性的项

目,结合本校实际选用特色项目、传统项目和常规项目。

2) 终身体育背景下体育教材构建,应以学生兴趣为主导,遵循集体项目与个人项目共有、季节性与全天候项目兼修、男女生区别对待的原则选择运动项目;以教师数量和专项结构的可支撑性为前提选择运动项目;以校内场馆器材为基础、社会体育场馆特别

是体育系统的场馆为依托选择运动项目;以社会生活主流体育文化为参考,特别是社会体育组织的可支持性和社会体育活动的可参与性为参考选择运动项目,便于学生从学校到社会的健身运动能够有机地相衔接。

3)建议中央和地方政府加大对中等职业学校体育设施建设的投入,着力改善中等职业学校的条件性课程资源,同时大力发展体育产业,拓展校外体育课程资源。

4)中等职业学校招聘体育教师应充分考虑本校现有教师的专项结构,不断完善体育教师的专项结构。现有体育教师应适时进修,学习新兴运动项目、传承民族民俗项目、改造竞技运动项目,拓展体育教材选择的空问,构建完善的、基于终身体育思想的中等职业学校体育教材体系。

## 参考文献

- [1]潘洋.人格特征视角下浅议中职公共体育课程设置[J].太原城市职业技术学院学报,2015(4):78-79.
- [2]王驭,冯利正.中学开设体育选修课的可行性研究[J].哈尔滨体育学院学报,2003,21(2):105-106.
- [3]陈龙龙.福州市中等职业学校体育课程内容现状与分析[J].现代交际,2012(12):216-217.
- [4]潘卫红.新世纪中学体育课程设计与评估标准研究[J].吉林体育学院学报,2004,20(2):107-108.
- [5]顾渊彦.体育课程的理论与实践[M].南京:南京师范大学出版社,2014:5.
- [6]董翠香.“必修+选修”的体育校本课程模式[J].体育学刊,2007,14(6):83-86.
- [7]周峰.对高中开设体育专项选修课的探讨[J].辽宁体育科技,2003,25(4):76-77.
- [8]国家体育总局.关于重新公布我国正式开展的体育运动项目的通知[Z].2006-12-26.
- [9]国家体育总局.第一批高危险性体育项目目录公告(第16号)[Z].2013-05-01.
- [10]杨文轩,杨霆.体育概论[M].北京:高等教育出版社,2005.
- [11]李艳红.教育心理学[M].北京:中国社会科学出版社,2012:9.
- [12]冯维.现代教育心理学[M].重庆:西南师范大学出版社,2005:12.
- [13]蔡富华,徐细根.湛江市大中型企业职工体育的现状与影响因素分析[J].湛江师范学院学报,2009,30(6):117-120.
- [14]余文森,洪明.课程与教学论[M].福州:福建教育出版社,2015:5.
- [15]国家体育总局经济司.第六次全国体育场地普查数据公报[ZB].2014-12-26.
- [16]厦门市城市规划设计研究院.厦门市公共体育设施布局规划(2015—2020)[Z].2015.
- [17]徐卫华,余振杰,赵克,等.厦门市体育产业的可持续发展战略[J].体育科学研究,2007,11(3):4-7.

[责任编辑 江国平]