

鲁政简 074 号

教育工作简报

〔2019〕第 10 期

(总第 111 期)

山东省教育厅

2019年3月20日

高等教育综合改革—高校深化教育教学改革（七）

构筑“课堂+实践+俱乐部”协同融合体育教学体系 以“体育”新动能激发“育人”新活力

全国、全省教育大会，对培养德智体美劳全面发展的社会主义建设者和接班人作出了全面部署，“体育”被提到了新的战略高度。2017年10月以来，青岛科技大学在高密校区全面启动体育教学改革，以“体育”为切入点，进一步完善“立德树人”体制机制，催生体育新动能、激发育人新活力，不断提升

大学生综合素质。

构筑教学体系：推出“三平台”体育教学综合体系

青岛科技大学高密校区体育教学改革坚持“以学生为中心”，以全面提升学生综合素质为出发点，搭建起体育教学的“规范化”课堂教学平台、“自主式”实践教学平台和“多元化”俱乐部教学平台，形成了“课堂+实践+俱乐部”体育教学综合平台。这三个平台互为补充、相辅相成，其中，“规范化”课堂教学平台是基础和主导，“自主式”实践教学平台是拓展和支撑，“多元化”俱乐部教学平台是提升和保障。课内学习与课外锻炼、个人运动与群体比赛有机融合，从横纵交叉到全域覆盖，突破了多年来学校单一体育教学模式，建立起体育教育教学“课堂+实践+俱乐部”新模式和互馈机制。

“规范化”课堂教学平台，主要体现“引导性”，由体育导论课与体育专项课构成，其中体育导论是大学体育的第一课，主要解决学生对于体育内涵的认知与认同，通过体育起源与发展、体育锻炼与健康、体育文化与品牌、体育精神与人生等方面的知识解读，以体育项目与赛事介绍相穿插，同时设置了多个体验项目，从而激发学生锻炼的激情；体育专项课则是在导论课的基础上由学生自主选择体育项目学习的课程，学生通过双轨制排课模式，在体育专项“超市”选择自己有兴趣的项目进行专项课学习。经过持续几个学期的系统学习，达到掌握 1

—2 种终生体育锻炼技能的目标。

“自主式”实践教学平台，主要体现“自主性”，是学生课外自主锻炼的一种方式。根据国家有关要求和人的身体素质的关键要素，根据男女生的身体特点确立了包含速度、耐力、力量和柔韧协调四个方面的项目要求。根据项目特点确立了过程管理与目标管理相结合的考核标准，其中在耐力项目上确立以“行千里路·读万卷书”健身跑为载体，要求学生在规定的时间内按照规定的配速和里程完成要求的跑步次数，每四周必须完成 10 次跑步，每学期跑步次数不低于 40 次，这一过程由 APP 软件进行全过程管理和监测，以引导学生逐步养成体育锻炼的习惯。

“多元化”俱乐部教学平台，主要体现“综合性”，由十多个单项俱乐部构成体育俱乐部联盟。俱乐部实行三级会员制，在大一学生可申请初级会员，并通过后续选拔成为中高级会员，各单项俱乐部将根据会员级别开展分级教学和菜单式教学。在学生成为中高级会员后，俱乐部活动可以免修体育专项课。体育俱乐部不仅为高水平的体育运动爱好者提供运动比赛平台，而且为学生提供了“周周有比赛、人人都参赛”体育运动需求保障。学生在赛事中可以是运动员、裁判员、教练员，也可以是组织者、志愿者等等，学生的深入参与，既是对体育导论课的实践学习也是对自身的全面锻炼。

通过实施“三平台”体育教学改革，让学生掌握一种或几种体育技能，养成一生受益的运动习惯，进而拥有健康的体魄、阳光的心态、出彩的人生。

设定刚性要求：适当“增负”开设“体育实践学分”

青岛科技大学高密校区为保证体育教学改革取得实实在在的成效，切实打深筑牢体育教育教学的制度基座。

通过增设体育实践和俱乐部活动相应的学分，使体育成绩与学生在校期间的所有评奖评优工作挂钩、与毕业考核挂钩，将体育教学严严实实地融入人才培养体系，充分体现“体育”权重。在传统体育课堂教学学分的基础上，专门增设了“体育实践学分”，要求专科两年、本科三年完成体育实践教学要求后取得1个学分，方能顺利毕业。

专门出台体育成绩综合评价体系。确立体育课采取阶梯式与综合性相结合的评价标准，既包括课堂学习的运动技能水平的考核，也涵盖学生课余锻炼水平的考核，而考核的标准以国家学生体质健康检测标准为准绳，将速度、耐力、力量和柔韧协调的四个项目作为体育课考核内容。

考核标准采取阶梯式递进方式，随着在校的时间增加，不断提高考核要求，以考核标准的变化引导督促学生不能停下锻炼的脚步，通过学生一次次达标，不断提升运动和健康水平。同时，将体育成绩与所有评奖评优相挂钩，体育成绩达不到80

分将取消各类奖项的参评资格。

此外，还专门制定实施了《体育实践健身跑规则》《俱乐部联盟总章程》《体育基本项目递进式评分标准》《学生参加体育活动指南》《关于学生获得体育学分的规定》以及《体育导论》课程大纲、《体育专项课程》系列教学大纲、俱乐部教学大纲（含考核标准）等刚性制度规定，确保体育教学常态深入推进。

放大育人效应：促进“体育”与“思政”融合共生

青岛科技大学高密校区的体育改革，立足“跳出体育看体育、用好体育抓思政”。在整个体育改革实践中，既推动体育锻炼与体育竞技、体育素养与体育精神的对接融合，又深化“体育”元素与“思政”元素的融合对接，充分体现体育教学改革的价值所归，也是体育教学改革的另一个创新点。

在健身跑中，结合学校人文景观、建筑群、功能区域等设置 16 个打卡点，以中国传统文化、革命文化、社会主义先进文化、社会主义核心价值观、党的创新理论等作为打卡点的标识。16 个打卡点采取借景应景的方式，形成五个闭环，既相对独立又完整统一，将思政与体育的内涵融为一体。以仁、义、礼、智、信为代表的中华优秀传统文化让学生从中受到启迪，以社会主义核心价值观为代表的社会主义先进文化让学生懂得现实的发展要求，以延安精神、井冈山精神等为代表的革命文化则让学生重走革命路，受到心灵的洗礼。

由此，学生在锻炼身体、增强体质的同时，受到中国传统文化、革命文化的熏陶，实现单一体育教学向思政体育的转变，顺应了新时代大学生思想政治工作“因事而化、因时而进、因势而新”要求，体现了“思政工作”有高度有温度有深度，助力学校构筑全员全过程全方位育人的“大格局”。

发：各高等学校。
