西北师范大学女子足球选项课课程建设研究

蒋强 西北师范大学

**摘要：** 高校女子足球选项课的开设，不仅是顺应教育发展趋势的必然要求，也能为高校女大学生的体育锻炼创设更为丰富的空间，对于培养女大学生团队意识、协作精神以及个人全面发展、提升高校体育教学的有效性有着重要的作用。

**【关键字】** 高校公共体育课；女子足球 ；课程建设

随着素质教育的不断深入,体育教学受到各个教育阶段的重视。而在高校体育课程改革的过程中,以选项课的方式来激发大学生的运动兴趣,是当前我国高校的一种改革方式。大学生体质健康问题深受社会各界人士的关注，体育锻炼能有效提高大学生的身体素质。长期进行足球锻炼，可使心跳强劲，[肺活量](https://baike.so.com/doc/140114-148296.html" \t "https://baike.so.com/doc/_blank)加大，耐久力提高，释放学习压力，促进身心健康。

1. **大学体育选课现状分析**

《大学体育》课程是面向全校学生开设的必修课程，为满足不同层次、不同水平和不同兴趣学生需要，打破原有院系、班级建制，重新组合班级上课。我校大学一年级在第一学期开设体育综合课，主要以提高学生的身体素质和体质健康水平为主。大学一年级第二学期学生按照任课教师所授课程上课，此时原有体育课班级不变；对大二学生开设体育选项课，学生可根据自己的喜好来选择项目上课，此时按项目重新分班。如表1所示:其它项目都有分布，足球项目为零。这和举国的足球强国政策，大相径庭。值得我们思考。

表1《大学体育》课学生项目选择情况

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 项目 | 选课人数 | 比例 | 排序 |
| 篮球 | 504 | 15% | 1 |
| 健美操 | 494 | 13% | 2 |
| 羽毛球 | 488 | 13% | 3 |
| 乒乓球 | 419 | 12% | 4 |
| 网球 | 407 | 11% | 5 |
| 武术 | 403 | 11% | 6 |
| 瑜伽 | 260 | 8% | 7 |
| 排球 | 255 | 7% | 8 |
| 艺术体操 | 252 | 7% | 9 |
| 生存拓展 | 122 | 3% | 10 |
| 保健课 | 32 | 1% | 11 |
| 足球 | 0 | 0 | 12 |

研究当中本人随机选取了2019年春季《大学体育》课学生项目选择情况，可以看出学生选课人数最多的项目分别是篮球、健美操和羽毛球，人数分别为504人、490人和488人，比例均为14%、13%、13%。最少的三个项目足球、生存扩展、保健课，人数分别为0人、32人、122人，比例分别为0%、1%、3%.我们西北师范大学是甘肃省教育教学改革的排头兵，我们也是甘肃省校园足球发展办公室所在地，现在足球选课人数为零。说明我们大学体育课程制度很不合理。通过调查发现想选择足球课程的学生也有很多，看到学校没安排足球课他们也就选择其他项目了。

表二女生选课占比情况（前六）

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 项目 | 健美操 | 乒乓球 | 羽毛球 | 网球 | 艺术体操 | 瑜伽 |
| 人数 | 494 | 372 | 346 | 332 | 260 | 252 |
| 占比 | 21% | 15% | 13.8% | 13.2% | 11% | 10% |
|  |  |  |  |  |  |  |

如图通对女生选课项目进行统计：女生选课最多的前六项,且室内项目占比将近60%。很多室内课由于活动空间有限上课负荷达不到国家体制健康标准要求，导致学生体制逐年下降。《国务院关于加强青少年青少年体质的意见》和《国家中长期教育改革和发展纲要》，提出大力发展校园足球，阳光体育，将校园足球上升为国家战略。我们现在的大学体育课即没有开设足球，上课又多在室内见不了阳光。建议将室内课的学生带到操场，结合足球课程综合性的特点，让学生感受阳光，增强体质。

表3女生参加足球运动的态度调查对比

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 参加动机 | 非凡的兴趣爱好 | 有兴趣 | 保持中立 | 排斥 |
| 总人数  人数  比例 | 120  26  21% | 120  58  48% | 120  38  30.4% | 120  8  0.6% |

根据前期查阅资料和问卷调查综合得出以下数据：该校女生中，有21％的人对足球运动表现出了非凡的兴趣，有 48％的人表现出基本的好感，30.4％的人持中立态度，0.6％的人则表示了排斥。整体来说，除了极少数的人，大部分人对于足球运动都存在着喜欢的倾向，即使有的女生不喜欢足球，但是因为有喜欢的足球明星，例如贝克汉姆、梅西等，也间接的在关注足球运动。而根据对结果的进一步分析，发现足球对于女生的吸引力主要表现在三个方面：一是对帅气球星的仰慕，二是进球的瞬间让她们感到幸福感、兴奋感，三是因为足球比赛结果不可预知，悬念极强，能给她们带来一定刺激度和紧张感，这让她们感到满足与开心。

二．开展女子足球选项课的必要性分析

由于我校师范院校的特点，女生比例始终高于男生，而足球课程历来为男生所钟爱。从我校近6年的本科在校学生性别比例来看，女生所占比例逼近70%。在2018年甚至超过70%，达到71.40%。

在高校开设女子足球选修课迎合了当下我国高校体育改革提出的要求。开设女子足球选修课是强化学生身体素质和增强团队合作的必然要求。尽管近年来我国教育理念和模式在逐步改进，但是整体上还是没能摆脱应试教育的影子。在这种教育背景下，学生的身心健康并不能得到十足保障。首当其冲的就是大学生的体质状况并不乐观，表现最为直观的就是大学生女子800米考试合格率不到45%，肺活量也下降了1O%，跳远和柔韧性测试成绩同样不理想。面临此种困境 ，开设女子足球课程，增强大学生体质锻炼刻不容缓；其次，与瑜伽、武术等个人化的运动不同，足球是一个对团队合作能力有着较高要求的运动，通过足球运动，能够潜移默化地培养和提升学生之间的协助能力和团队意识，这对于提升学生的综合软实力、提高就业竞争率而言，可谓是一笔隐形的财富。

三．当前体育课程考核评价机制不健全

在对学生的学习效果的评价上，不但要有体育课的出勤情况、平时上体育的表现、以及运动技能、技巧和身体素质的评判，还要有大学生之间互相评价、以及自我评价，对学生个体的学习进步幅度也要作出科学的评判.关注学生的个体差异.科学有效的评价体系的确立，才能科学地评定每个学生的足球选修课成绩，确保学生的成绩得到肯定，成绩过关，顺利完成足球的选项课的学习任务。

当前体育课程考核评价机制不健全对女子足球选项课影响更大，当下高校体育课程考核评价体系比较单一，体育考核评价主要是教师对学生的考核评价，只重视学生的考核成绩，只重视对足球运动技巧和技能、体能的考核忽视了对学生认知、学习态度与行为、交往与合作精神的考核评价，忽略了对学生学习进程的评价，没有考核学生学习进步的幅度，参与的热爱程度.考核评价的内容单一缺失了考核评价中应该具有的“学习效果和过程的评价”，学生的自评、互评.所以当前的体育考核机制缺陷明显甄别、选拔功能有余而激励功能不足影响了高校足球选修课的健康发展.

四、开展女子足球选项课的必要性分析

高校女子足球选项课的开设，不仅是顺应教育发展趋势的必然要求，也能为高校女大学生的体育锻炼创设更为丰富的空间，对于培养女大学生团队意识、协作精神以及个人全面发展、提升高校体育教学的有效性有着重要的作用。开设女子足球选修课符合高校体育改革的政策性要求。在众多课程之中，女子足球运动也会成为一抹亮丽的风景线。

五．校园女子足球必须致力于四大体系的建设：

一是教学体系建设。应根据学生年龄特点，根据青少年身心发展的阶段性特点，根据教育规律，科学合理的安排女子足球选项课的教学内容。

二是训练体系建设。目前体育课还保障不了国家规定的课时，课余训练更少，除了体育必须课以外，也理应根据女生占比较大的现实情况开设女子足球选项课、并适时开展课余训练。

三是竞赛体系建设。只有让绝大多数女大学生参与到足球竞赛中去，才有可能把在校园足球竞赛中表现优异的女生选拔出来，对她们进行更系统、更个性化的训练，为优秀足球人才成长提供良好通道，这是竞赛体系的建设。

最后，必须要做的就是保障体系建设，包括师资队伍，场地建设，学生的安全风险防控、奖励激励机制。包括学校相关部门与学院如何凝心聚力，科学推进学校体育、共同推动校园女子足球项目发展。