

安阳市跆拳道运动开展现状及对策研究 ——以安阳师范学院为例

前言

跆拳道作为十分受欢迎的运动项目之一，在运动领域方面有着独特的地位。因此，本文通过文献资料法、逻辑分析法、问卷调查法、访谈法等研究方法对我校跆拳道开展现状从三方面进行研究：教师、学生现状和教学。研究认为：师资力量欠缺、学生学习热情不足、场地设施不完善、课程教学不合理是影响安阳师范学院跆拳道运动开展的主要原因。针对以上原因，提出以下几点对策：加强师资力量建设、合理安排场地设施、优化课程结构、端正学生的学习态度等。

关键词

安阳市；跆拳道；现状

1 安阳师范学院教师现状

1.1 跆拳道教师的年龄、性别、学历、职称及进修培训

通过发放问卷以及实地了解可以看出，安阳师范学院跆拳道教师只有1人，年龄为36岁，男性，本科学历，职称为讲师，多次参加省级培训。虽然教学经验丰富，但教学任务较重，不能很好地照顾到每个班级，影响教学质量的提升；另外在教学过程中，由于男女生的生理以及心理方面的不同，男性教师有时不能很好地了解女生心里的想法，不经意间可能会伤害到学生的自尊心和自信，导致学生对跆拳道运动兴趣下降甚至厌烦，阻碍教学质量的提高。因此，学校应大力引进专业技术型人才，使跆拳道的教学水平更上一层楼。

1.2 跆拳道教师段位及专业运动级别

结果显示：拥有一段和一级运动员的教师只有1人，教师需要不断完善自身，加强自身技术与知识的学习，努力提高理论知识和技能。一级运动员教师对于师范类的学生来说，能够满足学生的技术学习。因此，安阳师范学院跆拳道品势成绩在省内、国内都是比较靠前的，但竞技方面成绩却不尽人意，想要我校跆拳道成绩更进一步，还需不断加强教师的培训，努力提升其段位及运动级别，补齐教师自身存在的短板，更好地推动跆拳道发展。

2 安阳师范学院学生学习跆拳道的现状分析

2.1 学习跆拳道的大学生年龄、性别分布情况

调查结果显示：跆拳道练习者男生多于女生，主要是由于跆拳道属于对抗类项目，运动比较激烈，易受男生喜欢。年级分布中大一、大二参加跆拳道训练的人数多，主要是由

于学业较轻松，业余时间多，参加社团、校队的积极性高。相比之下，大三、大四的学生参与较少。

2.2 大学生学习跆拳道的动机调查

调查结果显示：在安阳师范学院大学生学习跆拳道的动机中，以自卫防身、健身减肥、参与比赛三项为动机的人数最多，说明大部分学生的学习动机明确且积极向上，对跆拳道运动兴趣浓厚，有利于跆拳道教学更好地开展。

2.3 大学生对跆拳道教师的评价

调查结果显示：多数学生对教师的教学评价比较满意，但是还有小部分学生不满意教师的教学效果，因此教师应随时和同学保持沟通交流，及时了解学生的需求，将跆拳道运动开展得更加合理，从而获得学生较高的评价。

3 跆拳道教学基本情况现状分析

3.1 教材情况现状

通过对安阳师范学院跆拳道教师的访谈，了解到安阳师范学院跆拳道专修课、辅修课及公共选修课都使用统编教材，统编教材中的知识和技能相对较完善，是针对跆拳道专业方面的学生需求和特点而制定的高校教科书，能够让学生更快更有效地掌握跆拳道知识和技能。校队和社团都不使用教材，只传授学生相应的技能。只有专修课会进行理论考试，其他的课程主要通过教师讲解使学生获取知识。由此可以看出，安阳师范学院对跆拳道教学跆拳道理论知识的摄入少，导致学生对跆拳道的认识不足。

3.2 教学目标现状

跆拳道专修的教学目标是：熟练掌握跆拳道品势中的“太极一章至八章”和竞技跆拳道的基本腿法。掌握跆拳道

的基本教学方法,具有组织教学、讲解与示范以及纠正错误动作的能力,能组织教学及组织基层比赛和承担裁判工作。

跆拳道辅修的教学目标是:熟练掌握跆拳道品势中的“太极一章至四章”和竞技跆拳道的基本腿法技术。掌握跆拳道的基本教学方法,具有组织教学、讲解和示范以及纠正错误动作的初步能力。

跆拳道公共选修课的教学目标:熟练掌握跆拳道品势中的“太极一章和二章”和竞技跆拳道的基本技术、技能,全面提高其身体素质。

社团和校队没有相关的教材及课程,利用空闲时间进行训练。

3.3 教学基本内容现状

经过调查,安阳师范学院跆拳道教学开设有专修课、辅修课、公共选修课、校队以及社团。专修课班级人数在12~20人之间;辅修课班级人数在20~36人之间;且这两个都是为体育学院学生安排的课程。此外因教师较少,公共选修课开课具有一定困难。校队由老师专门带领,社团由跆拳道协会会长组织训练。开设形式的多样化导致现有的师资力量、场地、器材都很难满足学生上课的需求。为了确保跆拳道教学顺利实施,学校应该加大投资,来保证跆拳道运动的顺利进行。

3.4 跆拳道场地、器材现状分析

场地、器材这些条件是开展体育教学活动的主要制约因素,缺少其中任何条件都将无法顺利完成体育教学。

结果显示:该校跆拳道场地为室内场地,不会因天气原因影响正常上课,课程能够顺利进行。在器材方面,拔杆损坏严重,在训练中存在严重的安全隐患问题。脚靶、护具头盔数量对专修、辅修班的同学是足够的,能让学生自由使用,不耽误教学的顺利推进。但是对于校队和社团的学生来说,由于参与运动的人数较多,脚靶、护具和头盔等器材的使用不能满足学生的需求,甚至会降低学生对跆拳道运动的热爱程度。值得称赞的是校内具有一块室内专用垫,能更好地减少受伤情况,对学生起到了巨大的保护作用,能够使学生更快地适应比赛场地。

综上所述,器材的数量和质量在一定程度上也会影响教学效果,因此应加大对器材的投资力度,完善器材设备。

3.5 教学课时现状分析

总体来看,认为安阳师范学院跆拳道教学课时数较充足和一般的人占据大多数,但是还有一小部分人认为课时数

少。认为课时数少的人群多为19级学生,因为大一不开设专修、辅修,参与人数少;认为课时较充足的人群多为大二大三,根据学校人才培养计划,在这个阶段开设有必修课程,因此可以认为安阳师范学院跆拳道教学课时数基本上能满足课程需要。

3.6 成绩的考核评定

通过对老师的访谈,了解到安阳师范学院跆拳道期末的评定方式为以下三种:专修考核中平时成绩10%、技能10%、技术考核和理论各占40%;辅修考核中平时成绩占20%、技术考试占80%;公共选修课中技术考试占40%、《体质健康标准》测试40%、平时成绩占20%。可以看出,不同的评定方式对学生的要求也不同,安阳师范学院的考核成绩评定根据学生的不同情况设计得较为合理。

3.7 教学方法现状

通过访谈发现,安阳师范学院跆拳道教师在教学中常用的方法除传统教学法外,还包括实践教学法、比较教学法、探究式教学法、趣味教学法。多样的教学方法使跆拳道课程的开展更加丰富,学生的学习兴趣更浓厚。综上所述,该校跆拳道教师与时俱进,运用了多种新的教学方法,在一定程度上弥补了传统教学法的不足,能够更好地让学生参与和掌握跆拳道运动。

4 结论与建议

4.1 结论

(1) 安阳师范学院跆拳道教师年龄较年轻但教龄长达十年,且为跆拳道黑带一段和一级运动员,多次参加省级以上进修培训,这是其优势所在。但是教师的低学历、低职称造成了知识理论上的欠缺并且出现了断层现象。

(2) 大学生对跆拳道的学习有着较强的学习兴趣和端正明确的学习动机,对跆拳道训练后的满意程度以及教师的教学评价较高,学习态度较好,并且能付诸行动,坚持课余时间的了解跆拳道知识技能并坚持锻炼;但是还是有一小部分学生对跆拳道的认识不足、学习跆拳道热情不足,往往容易放弃。

(3) 跆拳道房中的拔杆、脚靶等基础设施损坏较多,可能导致学生在训练中受伤。同时校队或社团参与训练人数多会造成器材不能满足学生的需求,并且教学内容基本以品势为主,竞技实战教学少,学生参与度降低。

(4) 课时对于大二、大三较充足,相比之下大一、大四学习时间少;教材方面:公共选修课、专修课、辅修课都

使用统编教材,社团和校队没有教材,且只有专修课注重理论知识的学习;教学目标对于专修课、辅修课、公共选修课设置得较为合理,课程开展情况学生比较满意;多样的教学方法提高了学生跆拳道训练的兴趣。

(5) 安阳师范学院跆拳道的成绩评定比较合理,能够根据学生的身体素质、接受程度制定不同的考核标准。但是对于辅修课、公共选修课的学生少了理论知识的学习,使学生对跆拳道的了解有一定的局限性,不利于他们更好地进行跆拳道的学习。

4.2 建议

(1) 针对跆拳道教师年龄职称低、学位低、断层以及教师少等现象,建议学校应大力加强对跆拳道专业性人才的招聘工作,特别是对博士的招收,以此带动安阳师范学院跆拳道教师对相关知识和技能的深入理解,提高教学质量,让

安阳师范学院跆拳道运动向着更高的水平冲击。

(2) 针对学生跆拳道练习动力不足、热情减退的现象,教师应丰富课堂教学内容,了解学生的生理及心理需求,端正学生的学习动机,加强思想道德的培养和提高,并在教学中时刻向学生灌输跆拳道“礼仪、廉耻、忍耐、克己、百折不屈”的精神品质。

(3) 针对安阳师范学院跆拳道房场地和器材的实际情况,建议学校加大基础设施的投资,完善场地器材,使之更好地为学生服务。在训练中,采用多元化的教学方法,让跆拳道品势、竞技、跆拳道以及特技共同发展,让学生选择自己喜欢的方向,避免一条腿走路。课时方面,可以适当增加大二的学习,使其一开始就培养起良好的学习兴趣;根据安阳师范学院的人才培养方案,在教材、教学目标及成绩评定等方面增加理论课的学习,做到理论与技能相结合,培养全面型人才。

文/王敬文,辛晓萌(首都体育学院,北京 100191)

作者简介:王敬文,女,河南周口人,首都体育学院在读硕士研究生,研究方向:体育教育训练学;辛晓萌,女,河南濮阳人,首都体育学院在读硕士研究生,研究方向:民族传统体育学。

参考文献:

- [1] 宋莹.长春市高校运动训练专业跆拳道专项开展现状及发展对策研究[D].吉林:吉林体育学院,2015.
- [2] 陈丽丽.我国竞技跆拳道运动员、教练员、裁判员发展现状研究[D].武汉:武汉体育学院,2019.
- [3] 李丹.湖南省普通高校跆拳道运动的现状与对策研究[D].湖南:湖南师范大学,2008.
- [4] 谢小玲.福建省高校跆拳道现状调查与发展对策研究[D].武汉:武汉体育学院,2009.
- [5] 张书军.安徽省普通高校跆拳道开展的现状调查与对策研究[D].安徽:安徽工程大学,2010.
- [6] 胡红权.河南省普通高校跆拳道课程优化研究[D].湖南:湖南大学,2017.
- [7] 李秉德.教学论[M].北京:人民教育出版社,1991.