

# 日本体育大学课程设置的现状及启示

任双

(湖北大学 体育学院, 湖北 武汉 430062)

**摘要:** 课程是保证教学质量的关键,是教学计划的核心,研究体育专业院校的课程设置,有利于提高体育专业院校学生的学习水平,甚至有利于提升国民体育素质,为了优化我国体育专业院校课程设置。采用文献资料法,对比分析法,比较我国与日本在体育专业院校课程设置上面的差异,学习日本在体育课程设置上面的优点,对我国体育专业院校课程上面的不足提出合理化建议,从而优化我国体育专业院校的课程设置。

**关键词:** 课程设置;体育专业院校;体育专业分类

## The Characteristics and Enlightenment of the Curriculum Setting of Japan Physical Education University

REN Shuang

(School of Physical Education, Hubei University, Wuhan 430062, China)

**Abstract:** Curriculum is the key to ensure the quality of teaching, is the core of the teaching plan, the study of the curriculum of physical education colleges and universities is conducive to improve the learning level of students in physical education colleges and universities, and even to improve the national sports quality. In order to optimize the curriculum of physical education colleges and universities in China, the use of literature, comparative analysis method. This paper compares the differences between China and Japan in the curriculum of physical education colleges, studies the advantages of Japan in the curriculum of physical education, and puts forward reasonable suggestions on the shortcomings of the curriculum of physical education colleges in China, so as to optimize the curriculum of physical education colleges in China.

**Key words:** Curriculum Provision; Physical education college; Physical education major classification

### 1 研究目的

近几年来,我国体育在全国受到重视,越来越多的人开始具有终身体育的思想,从而越来越需要体育专业人才的指导,而我国体育专业人士培养规格不高,课程设置僵化,课程内容老旧,培养目标不明确,办学特色不明显,本文通过查阅文献,针对日本体育大学以及我国的北京体育大学进行课程设置方面的比较,针对我国体育专业院校课程设置的不足之处提出合理化建议,推动我国课程设置更加合理、更加科学,让我国体育专业院校的课程设置更加符合国家关于体育建设的发展要求,

更好地促进我国体育事业的发展。

### 2 研究对象与方法

#### 2.1 研究对象

本文主要以日本的日本体育大学以及中国北京体育大学为研究对象,针对两国体育专业院校的课程设置特点,展开研究。

#### 2.2 研究方法

##### 1) 文献资料法

通过查阅文献资料,了解日本体育大学体育专业以

及我国北京体育大学课程设置的的相关信息。

## 2) 对比分析法

通过体育专业院校的课程设置计划,专业分类,进行总结、对比分析,找出各自特点和优势,并且针对我国体育专业院校专业设置,专业课程设置中的不足之处进行分析,找出适合我国体育专业课程设置的最优解决方案,从而促进我国体育专业院校的发展,形成具有中国特色的体育培养方案。

# 3 研究结果与分析

## 3.1 日本体育大学课程设置的特点

### 1) 日本大学体育专业院校专业的分类

#### ①体育学科

本科为四年,主要是学习体育理论和体育技术课,有时也会涉及保健课的内容。就业趋势主要是各个阶段的体育教师,少数此专业的学生会从事与体育有关的其他部门。

#### ②健康学科

本科为四年,主要学习内容以保健健康教育为主,体育理论和技术课以及护士教师的课程(女)。就业部门一般是高中、初中、大学教师,研究部门的研究人员以及公司企业和卫生管理员。

#### ③武道学科(柔道、剑道、相扑)

本科为四年,主要是学习武道、与体育相关的理论和技术。本专业的学生就业主要是以教师以及社会上面的体育事宜为主。

#### ④体育专修科

本科学一年,专门负责研究体育和保健方向,招收对象也仅限于考取二级教师资格证件的人。毕业之后主要从事教育局、教育机构和体育教师等工作。

### 2) 日本体育专业院校课程设置特点

第一类:公共基础科目。包括解剖及生理学、发育论、营养学、生物统计,共需要修26学分以上。

第二类:体育专业学科科目。包括体育方面的概论、体育历史、体育方向的心理、管理和方法等,共需要修46学分以上。

第三类:健康教育学科科目。包括中医学、细菌学、卫生学科以及运动出现的障碍及急救等知识,共需要修46学分以上。

第四类:教育学科科目。教育学科又分为人文科学、社会科学和自然科学,各个方向所涉及的也各不相同,共需要修4学分以上。

第五类:运动技能实践,包括田径、小球、大球、舞蹈等方面,共需要修12个学分。

由上述分类可以看出日本体育大学在设置课程专业

方面将体育学科以及健康学科进行了区分,突出了健康学科的重要性,在课程设置方面可以看出理论课程占比较多,实践课程占比较少。

## 3.2 中国体育专业院校课程设置的基本情况

### 1) 中国体育专业院校体育专业的分类

我国以北京体育大学为例,体育专业院校学科设置了七个方向,分别是“运动训练、体育教育、社会体育、民族传统体育、运动人体科学、公共事业管理、新闻学”。

#### ①运动训练

运动训练主要是培养学生竞技运动的理论水平以及高超的技能水平,此专业的学生要具有一项或多项较为突出的专项技能,同时也学习相关的训练技巧和训练方法,此专业主要是为国家的竞技体育事业培养后备人才,为竞技事业输送相关的教练。

#### ②体育教育

主要是以体育教育以及教育学为培养方案,旨在教授学生相关的体育技能以及教学方法,此专业的学生要具有过硬的技能水平和相关的体育专长,以及扎实的理论水平,具备较强的实践与教研能力,就业方向主要是各级体育教师。

#### ③社会体育

此专业主要是针对社会体育方面,培养方案主要与社会的体育现象、体育需求以及国家的体育发展相适应,学生毕业之后大多数从事健身、体育娱乐、体育休闲、体育康复等方向的技能型人才。

#### ④民族传统体育

此专业主要是根据民族传统的体育项目进行研究、学习和推广,主要针对我国传统的武术、体育养生等方面进行学习和培养,该专业的学生要具有民族传统体育技能,要学会进行相关方向的训练和表演,为今后民族体育的传承打下基础。

#### ⑤运动人体科学

运动人体科学将理论与运动实践相结合,主要研究体育运动与人的机体的相互关系及其规律,涉及运动学、生物学、养生学、医学等学科,在运动训练基地、运动保健康复中心等进行运动健身与营养指导、运动员身体机能诊断与评价、运动损伤康复治疗以及保健推拿等。体育方面的就业方向主要是体育保健、运动指导、健身技能咨询、运动伤害防护、健身器材销售。

#### ⑥公共事业管理

此专业的学生主要学习公共管理的理论、方法和技术,并且学会运用所学的知识,在个人修养方面要具备良好的公共意识、公共精神、公共责任,同时自身要不断地学习,要学会创新,具有创新的精神和能力。此专

业的学生毕业之后主要是从事一些管理等方面的工作。

#### ⑦新闻学

本专业培养具备人文、社会科学素养,拥有扎实的新闻传播理论和体育新闻业务知识,能在各类新闻媒体及出版单位、政府部门、企事业单位和相关领域、从事新闻传播、媒介管理、公关及广告等方面工作的应用型人才。

#### 2) 中国体育专业院校课程设置特点

中国的课程设置也包括五个类型,如下:

第一类:公共课。包括思想道德、法律基础、马克思、毛泽东等基本原理,共需要修41个学分。

第二类:必修课。包括体育方面的生理学、解剖学、保健学等体育专业相关的课程,共需修57个学分。

第三类:限选课。包括运动方向的力学、美学、科研方法论等共需修32个学分。

第四类:任选课。包括一些与体育相关的摄影、绘画、气功、场地及设施方面的课程,共需修16个学分。

第五类:实践环节。包括教育实习、学术活动、俱乐部以及毕业论文设计等方面,共需要修22个学分。

根据上述情况可以看出,日本课程设置中有以下特点:第一,日本在专业分类上,结合本国国情,专业分类更加具有日本特色且明确培养目标,以至于专业划分更加清晰明确,同时每个专业的培养目标与专业相对应,系统并且全面;第二,在必修课与选修课的设置中,日本所占比例较大,可见课程设置范围较广,涉及面更全面化和多样化;第三,在课程设置方面,日本更加注重体育专业学生的理论化水平的发展,提高了体育专业学生的知识水平以及认知能力;并且日本在课程上设置了健康教育学科科目,对于学生关于健康方面的知识进行了分类,并且进行了系统的学习,给体育专业的学生未来发展提供了更多的选择,也有利于提高国民对于健康的重视度;第四,日本在开设课程时结合了本国实际情况,设置了很多具有特色的项目,也有利于传承本国文化。

中国专业体育院校课程设置基本情况如下:第一,在专业设置的培养目标上有很多具有重复性,培养方案不够新颖,不能更好地促进体育专业院校学生的发展需求;第二,在课程设置方面,课程分类少,课程涉及范围小,课程设置单一化、固体化、老旧化不利于我国体育专业院校学生的发展;第三,在课程设置上注重专业课的培养、忽视基础课程,尤其是对于学生人文素养方面、一般教育类方面的培养有所欠缺,第四,在实践方面,我国虽然重视体育的实践工作,但是对于学生的实习工作所占比例小,不能更好地锻炼学生,同时对于实践的重视,导致学生更加重视竞技比赛,而对学术能力的培养力度不够;第五,我国体育专业院校更加重视必修课的学习,必修课所占学

分比重更大,对于学生的选修课重视度不够,不利于学生多方面的培养。第六,民族传统项目种类少,学生对于民族传统体育项目感到陌生,以至于没有兴趣去学习,出现民族传统项目传承困难的现象。

同时我国与日本专业设置方面日本的体育学科以及体育专修科与我国的运动训练、体育教育相似,主要是培养中小学高中部的体育老师,其对于学习者自身的专项技能以及教学方面较为侧重;日本的健康学科与我国的运动人体科学较为相似,主要是以保健医学方向为研究重点,侧重于将运动与健康较好的联系在一起;日本的武道学科与我国的民族传统体育相似,日本主要是柔道、剑道、相扑为主,我国则侧重于武术以及具有中国特色的民族民间体育,都是在更好的传承民族体育文化,不同的三个学科是我国开设了社会体育、公共事业管理和新闻学三个专业,社会体育以及公共事业管理将体育较好地与社会接轨,能够让体育专业知识更好地服务于群众,能解决较多的公共体育问题,有利于全民健身目标的发展和实现,其次开设体育新闻学可以让体育专业人员去从事体育方面的新闻,使得体育新闻更加专业,更加具有说服力。总结:我国开设的体育专业类型更加全面,涉及范围更加广阔,体育专业分类更加细致,但存在培养方案相同的情况,并且以全国性范围来讲,大多数体育专业院校仅开设体育教育以及社会体育指导与管理专业,专业设置仍具有局限性,所以我国体育专业全面性发展仍具有较大难度。在课程设置方面我国更加重视理论课的学习,包括体育专业方面的理论课以及所必修的思想理论方面,在实践方面我国比日本的实践所占比重更大,但是在一些全面性培养方面,我国的设置较为欠缺。

## 4 启示

### 4.1 转变教育观念,促进课程多样化

由于当今中国受应试教育的影响,一些家长只重视文化课,一些成年人也迫于就业压力不重视体育锻炼,导致我国对于体育专业人才的培养不够,从而体育专业院校的课程得不到更新,课程老旧化、单一化成为常态,我国大多数院校都是以几十年之前的培养方案来进行课程设置,没有随着时代的进步而更新课程设置,以至于无法满足现代的人们对于体育的需求,所以为了更好地促进我国体育专业院校课程的发展,满足全民对于体育专业人士的需求,就需要转变全民对于体育的观念,让人们认识到体育在日常生活的重要性,并且国家也应出台更加详细的关于体育锻炼的文件,让国民重视到体育的重要性,从而国家加大对于体育的重视度,学校、社会齐心协力共同改变国民对于体育的观念,最后将体



育课程设置进行全面性的改革和更新。

#### 4.2 调整课程结构

提升我国体育专业院校课程选修课的比例,让学生除了更加重视必修课的学习以外,也要重视选修课的学习,提高学生个性化的发展,让学生在学习中培养自己的多方面的运动爱好以及运动能力;同时也要加大理论课的比例,让学生的人文素养以及社会学观念加深,对于社会的新动态学科也要注意增加,能够让学生明确当今社会发展的形式,社会、国家所需怎样的体育人才,让学生自身明确自己的发展目标;调整课程结构,优化体育学术培养与竞技能力培养的比例,旨在让体育专业院校的学生不仅仅是运动人才,而成为全方面的人才。

#### 4.3 增加健康教育课程的学习

相比较于日本,我国没有将健康教育单独列出来,这样不利于我国健康教育的发展,而我们体育专业院校学生的培养目标大多数是将自己所学回馈给社会,带动国民运动,提升国民终身体育运动的意识,并且运动的第一要义便是为了健康,而作为专业院校的学生对于健康的学习却不系统,缺乏健康知识,这样是很难服务于群众,带动国民进行健康锻炼,养成健康体魄的。在我国虽然很多体育学院已经将院名改为了体育与健康学院,但对于健康课却没有着重突出,为了我国课程设置更加优化,我们应该将健康课与体育课放在同等重要性上,让人们也明白,体育锻炼的目的是以身体健康为主,这样也会减轻很多人怕运动造成损失的心理负担,可以带动更多的人加入体育运动中来,也能够更好地提高国民健康。

#### 4.4 增设外语语种,更好地与国际接轨

根据我国设置的外语科目来讲,我国普遍开设了英语课程,但是要想我国体育能够走出国门,更好地与国际接轨,则需要增设外国语种,包括阿拉伯语、日语、西班牙语、俄语、法语等等,这样既可以给我国体育专业院校的学生选择外语学习的种类,能够让更多的人选择学习自己喜欢的外国语种,也可以让体育专业的学生更好的走出国门,将本国体育带给世界,同时也能够更好的锻炼到自身的竞技能力,检测自身的竞技水平,提升自己的竞技心理。

#### 4.5 合理规划民族传统项目的发展

日本体育专业课程对于民族传统体育项目非常重视,开设了多项具有本国特色的民族传统项目,反观我国,对于民族传统项目,只有武术较为重视,但是我国武术分类较多,我国没有系统明确的规划好武术的学习以及发展,同时对于其他民族传统体育项目的宣传不到位,学习者也不多,因此要合理的规划好我国民族传统体育项目的发展,让具有民族特色的体育项目能够在国内乃

至世界受到欢迎和重视。

#### 4.6 改变重竞技项目,轻视非竞技体育项目观念

在课程设置中可以看出,我国的竞技性运动所占比例较大,学校也愿意花时间、花精力培养此类型人才,但很多体育学院的学生自身竞技水平参差不齐,为了更好地促进学生的发展,应该设置更加全面的竞技项目与非竞技项目的培养方向,在重视体育竞技项目的同时,也要关注到非竞技项目的学习,这样有利于培养复合型国家所需人才,也能将体育这个专业建设得更加系统和全面。

#### 4.7 建立家校社三者联动,促进课程设置更加完善

家庭应该配合学校的课程设置实施,让学校的课程实施更加方便,同时也可以提出相应的课程设置改革建议,社会则需要为体育学院的学生提供展示所学成果的机会,从而检验学校课程设置的优劣,是否符合社会的培养方案,是否顺应社会的发展,家校社三者联动既能有效检验课程设置,也能为课程设置的改革提供合理化建议。

### 参考文献

- [1] 袁芳,郑沪城,赵振东.北京体育大学体育教育专业培养目标与课程设置的研究[J].北京体育大学学报,2004(12):1684-1685.
- [2] 张晓义.筑波大学体育学群与北京体育大学体育教育专业课程设置的比较研究[D].东北师范大学,2002.
- [3] 李俊峰.日本体育课程目标体系研究[C]//中国体育科学学会.第十一届全国体育科学大会论文摘要汇编.中国体育科学学会,2019:3.
- [4] 乌云格日勒,杨振国,德力格尔,等.中日两国大学体育课程改革比较研究[J].内蒙古师范大学学报(教育科学版),2012,25(7):93-96.
- [5] 徐宏.中日大学体育系课程设置的比较研究[J].解放军体育学院学报,2003(2):96-98.
- [6] 金英雄,姜允哲.中、日、韩大学体育专业课程的比较研究[J].体育学刊,1998(3):126-128.
- [7] 韩会君,曾广平.中美日三国高校体育专业设置和课程设置的比较研究[J].广州体育学院学报,1998(3):72-78.
- [8] 汪鸽,潘宪民.中外体育教育专业课程设置比较研究[J].北京体育大学学报,2005(4):515-517.
- [9] 陈敏.中日高等师范院校体育教育专业体操课程体系的比较研究[J].北京体育大学学报,2006(6):833-835.
- [10] 成民铎,刘小红.日本体育大学及体育系科教育课程改革现状与思考[J].北京体育大学学报,2000(1):86-88.