

Analysis of the Current Situation and Teaching Reflection of Ultimate Frisbee in Public Physical Education Classes in Colleges and Universities—A Case Study of Tianjin University of Traditional Chinese Medicine

Chen Chen

Tianjin University of Traditional Chinese Medicine, Tianjin, 300074, China

Abstract

Ultimate frisbee has the unique advantages of strong confrontation and good ornamentation, and has been included in the scope of physical education in colleges and universities. This sport can temper students' willpower and strengthen their physique. However, in terms of its current development, there are related problems such as insufficient resources of teachers and teaching materials, insufficient cultural atmosphere in the school, and weak student foundation. Based on the existing practical difficulties affecting the development of ultimate frisbee sports education in colleges and universities, this paper puts forward corresponding improvement strategies, including strengthening professional teachers, innovative promotion and standardized competitions, so as to improve the overall effect of physical education and training in colleges and universities, and relevant colleges and universities should conscientiously implement the education and training of ultimate frisbee.

Keywords

universities; Physical education; Ultimate Frisbee; Teaching Practice

高校公共体育课极限飞盘运动的现状分析与教学反思——以天津中医药大学为例

陈晨

天津中医药大学, 中国 · 天津 300074

摘 要

极限飞盘运动具有对抗性强、观赏性佳的独特优势,被目前高校纳入体育教育范畴。这项运动可以锤炼学生意志品质、强健学生体魄。然而,就其当前发展来看,存在师资教材资源不足、校内文化氛围不足、学生基础薄弱等相关问题。文章基于现存的影响高校极限飞盘运动教育发展的现实困难,提出相对应的改进策略,包括强化专业师资、创新推广和规范竞赛等,借此来提升高校该项目体育教育培养的整体效果,相关院校应认真落实极限飞盘教育培养工作。

关键词

高校; 体育课; 极限飞盘; 教学实践

1 引言

极限飞盘, 又称 Ultimate, 其历史根源可回溯至 1968 年的美国哥伦比亚高中。经过几十年的发展, 该体育项目在 2001 年荣登世界体育运动项目的殿堂。该运动以其独特的魅力, 将橄榄球、足球等多种体育项目的核心要素融为一体, 创造出一种不允许场上运动员有任何身体接触的集体对抗性竞技形式。在标准的比赛设置中, 比赛以七人制的形式进行, 于一块长 100 米、宽 37 米的场地上激烈上演, 且严

格遵守性别平等的组队原则。尤为引人注目的是, 极限飞盘比赛摒弃了传统意义上的裁判员角色, 转而依赖于参赛者自我裁决的诚信体系。比赛场地的两端各设有一个 18 米宽、37 米长的得分区, 进攻方需凭借灵活的跑动与精妙的战术协同, 将飞盘传递给队友, 以期在对方防守的得分区内成功接获飞盘, 从而赢得分数。该项目凭借自身的独特魅力, 吸引众多院校将其纳入体育教育范畴。

2 飞盘运动在高校体育教育中的开展现状

近几年, 高校体育教学正面临着课程内容及教学方法同质化的严峻挑战。高校体育教育坚持以强化学生体质、促进其全面成长与发展的终极目标, 认识到当下体育教育存在

【作者简介】陈晨(1988—), 男, 中国辽宁葫芦岛人, 本科, 助教, 从事体育教育研究。

的诸多不足,并试图通过吸纳应用新型项目来激发学生对体育活动的热情。在此背景下,高校持续探索与创新,创新体育运动项目组织形式,吸纳新兴运动项目,以期提升学生的体育参与度。极限飞盘运动,作为一项新兴且蓬勃发展的体育项目,近十年来迅速吸引了大量拥趸,众多高校亦纷纷跟进,在校内成立了极限飞盘社团、俱乐部,同时还开设极限飞盘课程^[1]。据初步统计,全国已有超过百所高校组建了飞盘队伍,其中不乏清华大学、北京大学等顶尖学府,且每年均有新成员加入这一大家庭。天津中医药大学也积极响应趋势,在校内开设极限飞盘社团和相关赛事活动,为极限飞盘运动注入了强劲的发展动能,并逐渐固化为年度例行赛事。然而,尽管极限飞盘运动的发展势头迅猛,其普及程度仍有待提升。天津中医药大学在校内公共区域张贴飞盘推广海报,积极纳新,但仍然有许多学生对该项运动缺乏了解和兴趣。为了解学生当前对极限飞盘运动的态度和了解情况、参与动机,面向全校学生进行问卷调查,结合两个学期的开课情况,发现当前学校学生参与飞盘运动的动机无外乎以下几方面,分别是获得学分、强健体魄、交友、喜欢竞技对抗挑战、娱乐。其中获得学分动机占比50%,侧面反映出当前仍有许多学生缺乏长久的内部动机,对极限飞盘运动了解不深。但其中交朋友、锻炼身体、娱乐占比达到45%,可见对当代大学生而言,该项目也是一个休闲娱乐和交友的好途径,值得相关教育者进行进一步的探索和实践,激励并调动广大学生参与,从更广范围上挖掘受众。

3 高校极限飞盘运动发展遇到的困难

3.1 师资和教材资源不够

飞盘运动的快速崛起在某种程度上暴露出了师资、教材资源不足问题。一方面,随着飞盘运动参与人数的增多,社会对专业飞盘教练员及教师的需求也随之激增。然而,合格教练员的培养周期较长,这导致了社会及高校内部飞盘教练与教师群体能力水平的较大差异。许多教育者对飞盘运动的认知尚浅,这直接削弱了教学效果。据相关调查,直至2020年,我国才开始着手进行首批飞盘教练员的培训,这也限制了高校教师对飞盘运动的理解和学习。另一方面,飞盘运动官方教材的缺失也对其发展构成了制约。当前,市场上尚未推出权威的飞盘教材,网络上的相关书籍资源也颇为有限^[2]。教师只能自行选购书籍,或是查找相关文献材料,自行搜集零散的信息来准备教学,教材资源权威性、系统性欠缺。

3.2 学生基础相对薄弱

医学院校的学生群体,以其丰富的文化知识储备、敏捷的思维特质及高效的知识学习能力见长,但在体能方面却呈现出一定的短板。基于这一背景,引入一项新颖的体育项目,对多数学生而言,既是一场心灵的愉悦之旅,也是一次体能与心理承受能力的双重挑战。飞盘运动,作为一种集传盘精准性、接盘稳定性、跑位战术以及与队友间无缝配合于

一体的综合性运动,其技术精进不仅依赖于专业教练的悉心指导,还需要经过长时间且系统性的训练方可达成。然而,考虑到医学院学生在以往较少涉猎此类体育项目,加之个体体能状况的多样性以及体育技能水平的参差不齐,这些因素均可能对极限飞盘运动的教学效果构成一定的限制。

3.3 活动场地限制

在高校体育极限飞盘运动实践中,活动场地的限制成为一个不可忽视的问题。我国的人均场地面积相较于其他国家存在明显的不足,这一现状在很大程度上制约了各类体育项目的广泛开展,极限飞盘运动自然也不例外。极限飞盘运动作为一项正式的竞技项目,其比赛通常需要在足球场或橄榄球场的基础上进行。这些场地不仅面积广阔,而且具备良好的草地覆盖和完善的设施条件,能够满足极限飞盘运动对于场地平整度、安全性以及比赛流畅性的高要求。然而,在实际操作中,这些场地资源却面临着严重的供需矛盾。一方面,足球场和橄榄球场本身已经承载了大量的体育运动项目和人员活动,如足球比赛、橄榄球训练以及各类青少年体育活动等。这些活动对于场地的使用时间和频率都有着较高的要求,使得原本就有限的场地资源更加紧张。另一方面,极限飞盘运动的兴起无疑对这些场地提出了新的需求。随着极限飞盘运动的普及和受欢迎程度的提高,越来越多的爱好者希望能够在这些专业场地上进行训练和比赛。然而,在现有的场地资源条件下,如何平衡不同体育项目之间的需求,确保极限飞盘运动能够得到充分的场地支持,成为一个亟待解决的问题。

3.4 校内极限飞盘体育活动文化氛围不足

随着飞盘运动热度的持续高涨,众多高等教育机构已将其正式纳入体育课程范畴。然而,相较于历史悠久的传统体育项目,飞盘运动因其“新兴”属性,在学校层面的关注与支持尚显不足,进而影响了校园内飞盘文化的培育^[3]。这一不足具体体现在飞盘运动的宣传推广及教育普及活动上,其频次与质量均显不足,导致课余时间主动投身飞盘运动的学生群体规模有限。此外,尽管飞盘社团在校内有所建立,但整体上其普及程度并不高,飞盘爱好者间的交流平台及定期赛事依然稀缺,由于缺少常规赛事和其他多样化的宣传活动,校内有关飞盘运动的文化氛围不足,导致学生接触飞盘运动的机会较少,也影响了他们对飞盘运动的深入认知,从而在某种程度上制约了飞盘运动的广泛推广与深入发展。

4 高校极限飞盘运动组织管理的具体策略

4.1 强化专业师资培训

提升飞盘运动教学质量的核心在于强化师资培训体系。高校需涵盖邀请飞盘领域的权威专家,共同编纂一套详尽的教学资料,资料内容应广泛涉及飞盘运动的基本技术要领、战术策略布局、高效教学技巧以及竞赛规则解读等核心要素。同时,应定期举办飞盘运动专项培训,并鼓励教师积极参与飞盘运动相关的学术论坛与经验交流会,以此作为提升

其专业能力的有效途径。体育教师在飞盘运动的推广与普及中扮演着至关重要的角色。他们的专业素养与综合能力,直接关乎飞盘运动在校园内的普及程度与深化发展。因此,在未来的教学实践中,体育教师需深刻意识到自身所承担的责任,明确自身的职业角色定位,合理规划并实施教学推广活动。此外,教师还需持续加强自我研修,深化对飞盘运动理论与实践的全面理解,不断提升自身的战术理论素养与教学实践能力,以确保能够精准而高效地传授飞盘运动的技术精髓。置身于“互联网+”这一时代大潮之中,体育教师在开展极限飞盘教育时应积极拥抱互联网资源的优势,力求将传统体育教学手段与“互联网+”模式实现有机融合。这一融合进程要求体育教师既要具备扎实的体育教学专业知识,又要能够熟练掌握并灵活运用多样化的网络教学工具与平台。通过深度融合体育教学与互联网技术,体育教师能够更为有效地激发学生的参与兴趣,特别是在推广极限飞盘运动这类新兴体育项目时,能够显著促进其在高校中的快速发展与广泛普及。在此过程中,体育教师应当持续探索与创新,借助互联网这一媒介,不断拓宽教学路径,丰富教学手段,以期推动极限飞盘运动在高校体育教学领域内实现更为深入的发展。

4.2 优化飞盘运动推广策略

在高校范畴内,为有效推广飞盘运动,学校可实施一系列多元化的推广措施。具体而言,包括开设飞盘选修课程、设计飞盘体验活动以及邀请行业专家进行专题讲座等。这些措施旨在全面地向学生传授飞盘运动的基础知识、技术要点及竞赛规则,旨在展现飞盘运动的独特吸引力,消除学生对该运动的误解,鼓励广大学生积极参与。同时,学校应大力扶持师生共同组建飞盘社团,并加强对社团的规范化引导与管理,以保障社团活动的顺利开展。飞盘社团可自主策划并实施多样化的活动,如常规训练、友谊对抗赛及经验分享会等,以此吸引更多学生积极参与飞盘运动。此外,社团亦可代表学校参与各类飞盘赛事,这不仅能够为学生提供展示个人风采、提升竞技水平的舞台,同时也能够增强学校的社会影响力与内部凝聚力。院校还应拥抱互联网,在宣传推广层面,高等教育机构可综合运用校园广播、校报、海报等传统宣传媒介,以及学校官方网站、社交媒体(如微博、微信公众号)等新媒体平台,构建线上线下融合的全方位宣传体系,全面展现飞盘运动的独特魅力与价值。

4.3 推动飞盘竞赛项目多元化发展

高等教育机构应定期策划并执行多元化的飞盘竞赛活

动,诸如校园飞盘锦标赛、跨院系飞盘联谊赛等,旨在丰富校园文化底蕴,加深学生间的友谊,让学生在运动中感受体验团结协作精神。在赛事的筹备与运行过程中,必须严格遵循竞赛规则,提升赛事的规范性、公正性。可以和其他院校展开友好交流,积极邀请其他高校参与。此外,赛事活动中学校可以主动邀请媒体对校内飞盘赛事进行现场报道与直播,以此提升飞盘运动在校园内外的认知度与影响力,为高校体育教育的发展探索更宽广的道路,同时激发周边社区居民的体育参与热情,共同营造积极向上的体育文化氛围。

4.4 优化场地资源配置策略与完善运动器材设备

体育场地与器材被视为运动项目繁荣发展的核心要素。针对极限飞盘运动,尽管其正式赛事对场地有 37×100 米矩形的特定要求,但在日常训练及非正式竞技中,球场、草地乃至开阔空地均可满足教学与竞赛需求,展现了该运动对场地条件的广泛适应性。针对当前高校极限运动体育教育存在的场地资源匮乏的问题,需要院校合理配置场地资源,提升资源利用率。为了最大化场地设施的效益,可推行多项目共用单一场馆的运营模式,借助分时段、分层次的场地调度方法,有效提升场地使用的效率。在器材层面,极限飞盘运动仅需一枚飞盘及八个角标,凸显其对器材需求的简约性。然而,即便需求不高,体育场地与器材仍是推广极限飞盘运动不可或缺的物质支撑,对于推动该运动的广泛普及与深入发展具有至关重要的作用。因此,持续完善体育器材设施的配备,确保器材供应稳定可靠,为极限飞盘运动项目的顺畅实施奠定坚实基础。

5 结语

极限飞盘适合高校体育教育,是锤炼学生意志品质、强健学生体魄的有效途径。相关院校应加强教育实践探究,认真落实极限飞盘教育工作,通过合理的组织管理,提升该项目教育的整体质量。

参考文献

- [1] 黄家成,李建鑫.普通高校开设水上浆板飞盘课程的可行性研究——以哈尔滨工程大学为例[A].奋进新征程——推动青少年和学校体育高质量发展——第四届国际水中运动论坛论文摘要汇编[C].中国体育科学学会体能训练分会、全国学校体育联盟(游泳项目),中国体育科学学会,2022:3.
- [2] 刘丝.上海市极限飞盘运动开展的影响因素及发展策略研究[D].上海体育学院,2022.
- [3] 郭祥.山西省高校极限运动的开展现状及对策分析[D].中北大学,2020.