

器、试剂等的支持及适当的指导,这样可以最大程度地锻炼学生的综合应用能力。

参考文献:

- [1] 高利臣,肖璐,冯涛. 分子生物学实验教学改革的几点思考[J]. 实验室研究与探索, 2010, 29(4): 99-102.
 [2] 王继红,叶芳. 医学院校生物化学与分子生物学实验教学改革的探索[J]. 实验室研究与探索, 2011, 30(7): 288-291.
 [3] 高国全,杨霞,周俊宜,等. 分子生物学实验教学的改革与课

程建设[J]. 实验室研究与探索, 2009, 28(6): 261-263.

- [4] 严明理,刘丽莉,周建良,等. 生物类本科专业分子生物学实验教学改革的探索[J]. 当代教育理论与实践, 2011, 3(7): 73-75.
 [5] 陈献忠,王正祥. 分子生物学教学模式改革的探索与实践[J]. 安徽农学通报, 2010, 16(21): 174-177.
 [6] 朱俊华,尹芳. “分子生物学实验”课程体系的建立和考核方法的改革[J]. 北京城市学院学报, 2007, 7(2): 37-39.
 收稿日期: 2013-11-14; 修回日期: 2013-12-23

普通高校“课内外一体化”的体育教学模式的效果分析

李彬

(玉林师范学院体育学院, 广西 玉林 537000)

摘要: **目的** 探讨“课内外一体化”教学模式的实效性,为改善大学生体质健康状况,培养学生良好的体育锻炼习惯,养成终身体育锻炼的意识提供参考。**方法** 运用现场实验法和数理统计法,对玉林师范学院“课内外一体化”体育教学模式展开研究。**结果** 实施“课内外一体化”教学模式的实验班能有效提高学生的速度、耐力和下肢爆发力素质,差异均有统计学意义($P < 0.01$),而对照班学生的速度、耐力和下肢爆发力素质也有所提高,差异有统计学意义($P < 0.05$);实验班学生学习篮球基本技术的效果优于对照班,差异有统计学意义($P < 0.05$)。**结论** “课内外一体化”教学模式有较高的实效性,能有效地提高学生基本技术、技能,有助于提高学生的体质健康水平。

关键词: 课内外一体化; 体育教学模式; 高校

中图分类号: G807.4

文献标识码: A

文章编号: 1001-5817(2014)01-0126-02

doi:10.3969/j.issn.1001-5817.2014.01.074

“课内外一体化”是体育课程整体改革的内容之一,他面向全体学生,极大地拓展了学生体育学习的时间、空间,较好地满足了学生学习体育的要求,促进了学生个性发展,运动行为能力的提高与终身体育观念的养成^[1]。课内外一体化,就是在坚持常规体育课的基础上,有目的、有组织、有计划地开展课外体育,并将课外体育情况按一定比例纳入学生综合成绩测评^[2]。而现行体育教学模式由于课内外相互脱节,严重影响了教学效果,致使部分学生对体育课产生厌倦心理,学生只是应付考试过关。因此,探索、研究“课内外一体化”的体育教学模式,旨在调动学生参与体育运动的主动性、积极性,提高学生的体质健康水平,为推广“课内外一体化”教学模式提供科学的理论依据。

1 对象与方法

1.1 研究对象 选取了玉林师范学院 2011 级理科男学生 80 人(其中实验班 40 人,对照班 40 人)为调查对象,将调查对象学习篮球相关考核指标以及身体素质指标中的 100 m、1 000 m、立定跳远作为研究指标。

1.2 研究方法

1.2.1 现场实验法 实验班和对照班均在玉林师范学院和健身馆进行教学与考核,实验时间均为 17 周。其中实验班采用课堂教学与课外俱乐部活动相结合模式,即学生按课堂教学要求进行上课,自由选择课外俱乐部参与的活动时间,每周参与锻炼 2 次以上(俱乐部开放时间为每周一至周五下午 16:30~18:00 时,有体育骨干或指导老师考勤);对照班仅采用课堂教学模式,即按选课时间每周上课 2 节,由与实验班相同的体育骨干或指导老师考勤。

1.2.2 数理统计法 运用 Excel 2003 建立数据库,然后运用 SPSS 10.0 软件将所得数据进行 t 检验。

2 结果

2.1 实验班与对照班实验前后的身体素质指标分析

2.1.1 100 m 成绩的比较分析 实验班实验前后 100 m 跑成绩的差异有统计学意义($P < 0.01$),而对照班实验前后 100 m 跑成绩的差异有统计学意义($P < 0.05$),这表明,经过一学期的教学,实验班与对照班学生的 100 m 跑成绩都有提高,见表 1。

表 1 实验班与对照班实验前后的身体素质指标比较 ($\bar{x} \pm s$)

身体素质指标	实验班($n=40$)		对照班($n=40$)	
	实验前	实验后	实验前	实验后
100 米(s)	14.02±0.97	13.78±0.96 ^a	14.01±0.91	13.89±0.95 ^b
1 000 米(s)	226±25	216±23 ^a	228±33	221±33 ^b
立定跳远(cm)	250±10	256±11 ^a	249±11	253±12 ^b

注:与实验前比较,a: $P < 0.01$;b: $P < 0.05$

2.1.2 1 000 m 成绩的比较分析 从表 1 得知,实验班与对照班学生的 1 000 m 跑成绩都有提高,但其提高的幅度不一样。实验班前后的 1 000 m 跑成绩具有非常显著的差异($P < 0.01$),而对照班实验前后的 1 000 m 跑成绩具有显著的差异($P < 0.05$)。

2.1.3 立定跳远成绩的比较分析 从表 1 知,实验班实验前后的立定跳远成绩提高的幅度大于对照班,实验班立定跳远成绩提高幅度具有非常显著的差异($P < 0.01$),对照班立定跳远成绩的提高幅度具有显著的差异($P < 0.05$)。

2.2 实验班与对照班的篮球技术考核成绩的比较分析 从表 2 可以看出来,实验班学生的篮球技术考核成绩优于对照班($P < 0.05$),差异有统计学意义。提示实施“课内外一体化”教学模式的效果好。

表2 实验班与对照班的篮球技术考核成绩的比较 ($\bar{x} \pm s, s$)

分组	n	成绩
实验班	40	30.510 ± 1.837 ^a
对照班	40	31.560 ± 2.684

注:与对照组相比, a: $P < 0.05$

3 讨论

身体素质是速度、力量、耐力、灵敏、柔韧和平衡等方面的机能能力的综合体现,身体素质会影响各类别的基本技术的学习。一般来说,身体素质越好,学习各项基本技术就越容易,也越容易形成技术动作的自动化阶段。100 m、1 000 m、立定跳远三项身体素质与篮球考核内容结果,证明了“课内外一体化”教学模式能有效提高学生的速度、耐力和下肢爆发力等身体素质,同时“课内外一体化”教学模式在对排球、游泳等课程中同样证明有较高的实效性,能有效提高学生基本技术、技能,有助于提高学生的体质健康水平。

“课内外一体化”教学模式能够利用学校有限的体育资源,对不同体质状况,不同运动爱好的学生给予自主选择体育教师、体育项目和进行上课、锻炼的时间,充分体现教师主导作用和学生主体地位。鼓励学生按照自己的兴趣爱好选择体育俱乐部,参加各类的体育竞赛和体育文化活动。能够提高学生的课堂学习的基本技术、技能,培养学生自主锻炼的意识,真正达到课内一专、课外多能的效果,从而为参与终身体育奠定基础。

但是,“课内外一体化”教学模式缺乏科学合理的考核办法,制定一套行之有效的考核办法才能激发不同体质学生对学

习新的运动技能的兴趣,并且主动参与到体育活动中来,不仅仅是先天身体素质好的学生才有可能得到好的成绩;课堂教学和课外体育的内容互动管理体系还有待完善,学生参与各类竞赛取得成绩,参加体育协会,参加任何与体育活动相关的都应该得到肯定和相应的成绩加分;对体育俱乐部中高级的学生减少技术指导,组织更多的小型比赛,体会到体育的竞技性,并且得到身体的锻炼以及精神的愉悦;体育教师参与俱乐部的指导积极主动性发挥受限,在政策上给予鼓励不足,教师的劳动报酬得不到解决等一系列的问题让“课内外一体化”教学模式并没有在全国高校真正的普及开来。

参考文献:

- [1] 谢静月. 普通高校体育课程教学整体改革的思考[J]. 成都体育学院学报, 2009, 35(7): 85-87.
- [2] 陈天霞, 余鲁军, 余钥, 等. 高校体育教学实施课内外一体化改革的思考[J]. 广州体育学院学报, 2001, 21(3): 98-101.
- [3] 王慧琳, 李兰, 张锐, 等. 对我国少年男子(16~17岁)篮球运动员身体素质、基本技术评价模型的研究[J]. 中国体育科技, 2000, 36(12): 28-32.
- [4] 黄柳倩. 1985~2010年广西瑶、壮、汉族7~18岁学生体质状况的比较研究[J]. 体育科学, 2013, 33(3): 62-70, 80.
- [5] 全国体育学院教材委员会. 体育测量评价[M]. 北京: 人民体育出版社, 2008: 178.

收稿日期: 2013-12-10

流程管理在艾滋病科实习护生带教中的应用

熊弋平, 石柳春^①

(广西龙潭医院护理部, 广西 柳州 545005 E-mail: 418572184@qq.com)

摘要: **目的** 探讨流程管理在艾滋病(AIDS)科实习护生带教中的应用。**方法** 将进入 AIDS 病科实习的护生 205 人, 随机分组, 实验组 105 人, 对照组 100 人, 入科前对实习护生进行病区环境、护患沟通技巧、AIDS 相关知识、职业防护知识和职业暴露后的应急处理等方面知识进行规范化培训, 实验组护生在此基础上, 分发培训资料, 人手一册。**结果** 实验组 100.00% 的实习护生掌握 AIDS 相关知识和职业防护知识, 对照组只有 65.00% 的护生能掌握 AIDS 相关知识和职业防护知识 ($P < 0.05$), 实验组护生紧张焦虑心理、护理不良事件低于对照组, 且无职业暴露的发生 ($P < 0.05$)。**结论** 流程管理能明显提高 AIDS 病科实习护生对 AIDS 相关知识和职业防护知识的认知, 降低紧张焦虑心理、不良事件和职业暴露的发生。

关键词: 流程管理; 获得性免疫缺陷综合征; 护生带教

中图分类号: R47 **文献标识码:** C **文章编号:** 1001-5817(2014)01-0127-03

doi: 10.3969/j.issn.1001-5817.2014.01.075

艾滋病(AIDS)被宣传为 20 世纪的绝症, 令人谈艾色变、望而生畏, 因为目前该病既无药物可治愈也无疫苗可预防。在 AIDS 病科, 要面对的是一群背景复杂的特殊群体, 部分患者不仅身体不健康, 心理也存在不同程度的问题, 还有人类免疫缺陷病毒(HIV)职业暴露的风险, 面对这一特殊环境, 有着丰富临床护理经验的护理人员都会产生紧张恐惧的心理, 而实习护生由于 AIDS 相关知识、职业防护知识和实践经验缺乏以及技术操作不熟练, 更容易出现紧张恐惧心理、护理不良事件和职业暴露, 所以, 对进入 AIDS 病科实习的护生实施流程管理, 取

得较好效果, 现报道如下。

1 资料

对 2011 年 1 月~2012 年 12 月进入 AIDS 病科实习的护生 205 例, 随机分组, 实验组 105 人, 对照组 100 人, 年龄为 17~23 岁, 平均年龄(20 ± 2.53)岁, 其中中专生 118 人, 大专生 87 人, 无本科生; 女生 194 人, 占 94.63%, 男生 11 人, 占 5.37%, 每组护生 5 人, 在本科室实习 1 个月。

2 方法

2.1 介绍环境 介绍工作环境, 带实习护生了解病区各种物

① 通讯作者, E-mail: hlh3135043@163.com