

# 武汉“1 + 8”城市圈普及定向运动可行性研究

嵇 恺

武汉体育学院 湖北 武汉 430079

**摘 要:** 定向运动是一项健康的智慧型体育运动项目,随着武汉城市圈的建立,在武汉城市圈中普及和发展定向运动对于促进武汉城市圈体育运动的融合和乡村体育振兴发展具有重要的意义。本文通过文献资料法、专家访谈和实地论证,对武汉城市圈内开展定向运动项目的可行性和相关条件进行了系列分析,主要分析了城市圈内高校和景区开展定向运动的价值及优势,并提出了目前面临的问题和解决对策。

**关键词:** 武汉城市圈;定向运动;可行性发展

## 一、相关概念鉴定

### 1. 武汉城市圈

武汉城市圈,是指以武汉为中心,以100公里为半径的城市群落,包括武汉以及黄石、鄂州、孝感、黄冈、咸宁、仙桃、潜江、天门等8个中小城市,面积达六万平方公里,是目前武汉的七倍多。形成湖北乃至长江中游最大、最密集的城市群。全力打造之下的“武汉城市圈”,将形成以大武汉为核心,与周边8个中小城市优势互补、资源共享、市场共通、利益共有的城市圈经济一体化格局。这一格局的形成,增强武汉城市圈内“1+8”城市在文化、科技、教育、体育、金融、交通等方面的关联度,并且在2008年,教育部与湖北省人民政府商定共建“武汉城市圈教育综合改革国家实验区”,并签订了合作协议书,协议中将教育综合改革作为武汉城市圈“两型社会”建设综合配套改革的重要内容,要求加强高等教育统筹,深化人才培养模式和教育教学改革,这些政策无疑对湖北省体育教育事业的发展具有重要的促进作用。

### 2. 定向运动

定向运动是一项集健身、知识、运动竞技和军事价值为一体的新兴体育项目。定向运动是参与者凭借对地图的识别和使用能力,利用一张详细精确的地图和一个指北针,按照预先设计在图上的点标,在野外徒步赛跑,在依次准确到访地图上所指示的各个点标的前提下,以最短时间到达终点者为胜的一项运动。此项运动不仅具有极大的强身价值,又融识图、辨认方向于一体,还能培养其竞争意识和当机立断决定选择最佳路线奔跑的能力。该项运动自20世纪80年代初传入我国以来,发展迅速,目前已在我国部分高校和景区开展。

## 二、定向运动的特点及作用

定向运动的特点是多方面的。就运动的自身方式而言,定向运动有运动性、智能性、环境性和情趣性等自身的特性;就该项运动作为一种社会活动而言,定向运动又具有游戏性、竞技性、群众性和实用性等特性。

在定向运动开展的价值方面,首先最为突出的价值就是其健身价值,在高校内开展定向运动课程,可以使大学生强身健体,增强体质。学生大多不太注意体育锻炼,这也是一个不容忽视的问题,学生平时锻炼积极性不是很高,但是如果经常参加定向运动,身体会变得更加强健,走、跑、跳跃、越过障碍等能力以及耐力、速度、力量、柔韧性、灵敏性等身体素质都会逐步提高。其次,定向运动能够促进大学生的生存能力,大学生在成长过程中,普遍缺乏独立处事的能力,定向运动就可以帮助大学生锻炼自己的意志。

定向运动是以森林、公园、校园以及野外等环境作为活动和比赛场所,大学生参加定向比赛,可以感受到大自然的强大力量,也不可避免的要遇到危险和失望,在不断接近下一个目标的同时,不断克服失望情绪,让自己安全度过危险,学生当遇到困难时,有时甚至时在十分艰难的情况下,就必须坚定信念,不断地鼓励自己,克服失望心理,让自己到达胜利的彼岸,这无疑就是铸就了大学生的坚强意志。最后,定向运动可以培养大学生的团队协作精神,在定向运动的团体赛中,需要团队内部成员的合理分工、密切配合,发扬团队精神和集体力量,尊重同伴,相互鼓励、支持和帮助,才能取得比赛的最后胜利,这样一种团队精神对于大学生走入社会、适应社会都具有重要的作用。

## 三、武汉城市圈高校开展定向运动的现状

武汉城市圈内有八十余所的高校,但是开展定向运动教学的高校还不

到15%,并且在开设定向运动教学的高校主要集中在武汉。这与现阶段我国教育系统所制定的全国开展定向运动的高等学校平均达到50%的这一目标水平相距甚远,例如“2018-2020年湖北省大学生定向越野赛”中仅有二十个代表队参赛。不仅如此,目前在武汉城市圈高校中开展定向运动的普通高校和专业体育院校基本上是以普修和选修课型为主,把定向运动教学作为必修课的高校并不多。

不过,定向运动作为近年来传入我国的一项新兴体育运动项目,其独特的运动形式和特点已经越来越受到教育部

门的重视。2003年湖北省大学生运动会上定向越野首次被列为正式比赛项目,2006年4月举行了武汉市首届定向越野挑战赛,近年来湖北省鼓励各高校以积极推广“学生阳光体育运动”为契机,广泛组织开展定向越野活动。

#### 四、定向运动在高校内普及的制约因素

##### 1. 定向运动推广力度不够

我国几十年来,普通高校体育课程内容绝大多数是传统的竞技性运动项目,学生对于体育教学的理念已经根深蒂固,定向运动作为一项新兴的运动项目,在进入我国之后,在普通高校的体育教学过程中推广不够,特别是没有把它列入学校体育课的课程内容,使其在一段时期内并不为人们所认识。学生对这项运动的认知度不高,并且不了解其运动方法和运动规则,也就更谈不上参与了。

##### 2. 定向运动开展的场地制约

定向运动的如果能得到较好教学训练,必须有多处可利用、合适的地域,并制作出详细精确的地图。自己学校、兄弟院校、附近公园等这都是最佳的练习场所。定向运动教学最佳的练习场所最好要有相对复杂的地形地貌结构,学生才可以不断的提高运动水平。但是目前开展定向运动的高校进行定向教学时因为考虑安全因素基本局限于自己的校区之内,长此以往,学生过于熟悉校内地形环境,常此以往并不利于学生定向运动水平的提高,同样提高不了学生学习定向运动的积极性。

#### 五、武汉城市圈内高校普及定向运动教学的优势

政府推出武汉城市圈的发展模式就是旨在以武汉为中心,与周边八个中小城市优势互补、资源共享,因此针对以上定向运动课程开展的制约因素,武汉城市圈的特定优势对于在城市圈高校内普及定向运动课程能起到重大的促进作用。

##### 1. 宣传推广优势

目前在武汉城市圈内开展定向运动课程的高校都集中在武汉市内,随着城市圈的发展,交通不断完善,有利于定向运动推广到周边八个城市的高校内及公园,以武汉为中心,带动更多城市开设定向运动课程,在高校中大力推广、宣传普及定向运动。

##### 2. 场地及地图共享优势

定向用图对于新开设定向运动课程的学校来说是一个急需解决的问题。由于目前专用定向地图使用还不普遍,制作专业定向地图周期较长、专业制作地图的老师较少,成本也比较高,而教学中对地图的需求量又大,因此可以充分利用武汉城市圈内各高校资源共享优势,来解决地图需求问题。

武汉城市圈内各城市周边都有树林、山地、河流、湖

泊等地形,非常适合开展定向运动。这就为开展定向运动教学提供了最有利的条件。再者随着各高校办学规模的扩大,校园面积也在不断扩展,一些高校新建的校区有山、有水、有树林,而且地物明显,这同样为定向运动教学的开展提供了理想的场所,只要根据自己校园的地形地貌绘制标准的定向地图就能够充分开展定向运动。此外,武汉城市圈内高校云集,地理分布上相对也比较集中,交通便利,这一状况有利于各个高校在定向运动开展中在场地共享。解决了各高校开展定向运动教学只局限于本校区内的问题。

##### 3. 师资共享优势

定向运动是一项操作性较强的新兴体育项目,作为定向运动教师,要求有一定的专业操作技能和教学实践经验。武汉城市圈内高校云集,相对于城市圈内其他八个城市来说,武汉高校开展定向教学的学校数量较多、师资力量较好,就武汉市内来说,中国地质大学(武汉)是武汉市内最早开设定向运动课程的高校,其开展的定向教学课程就具有非常鲜明的特色。因此,在普及城市圈内定向运动课程的同时,利用武汉市内较好的定向教学师资力量帮助和促进周边八个城市中高校定向教学的开展,定期或不定期地开展一些定向运动的教学经验和教学课程设置、教学大纲编写、教材使用等各方面的交流,同时还可以开展一些定向运动教学的相关学术合作研究活动,这对于提高各高校定向运动教学的师资水平,更好的普及和开展定向运动课程具有重要的作用和意义。

#### 六、结束语

开展定向运动的教学,学生的体质和识图能力得以提高;同时学生的独立思考、分析、解决困难能力得到了较好的锻炼。定向运动的开展有利于学生在心理、生理和社会适应能力方面的全面发展。而在武汉城市圈各高校内开展和普及定向运动课程是具有其特定的优势的,也是必要的,应该下大力度深入开展城市圈内各高校的定向教学理论与实践学习。

#### 参考文献:

- [1] 秦椿林,张春萍.我国都市群众体育探析[J].北京体育大学学报,2004,27(8).
- [2] 岳峰,刘家成.武汉城市圈群众体育发展研究[J].长江大学学报,2008,(3).
- [3] 钞飞侠等.定向运动在我国学校体育中的开展现状及发展对策研究[J].山东体育学院学报,2004,(5).
- [4] 张惠红,陶于.定向运动与野外生存[M].高等教育出版社,2006,(5)
- [5] 刘素梅.试论定向运动教学的制约因素及其对策[J].体育科技文献通报,2008,(6).