

后“非典”现象引发的大学体育教学思考

张秀莲

(内蒙古农业大学 体育教学部, 内蒙古 呼和浩特 010018)

摘 要:从“非典”现象和后“非典”现象入手,研究大学体育教学存在的问题。认为尽快提高大学体育教师的综合素质,改变教学方法、教学考核模式势在必行,并提出了大学体育必须更新观念,确立新的教学指导思想,采用知、信、行一条龙的教学模式和考核模式,以实现教学质量的与时俱进。

关键词:后“非典”现象; 体育教学; 知信行

中图分类号:G807.4 文献标识码:A 文章编号:1006-7116(2004)02-0091-02

Reflection on physical education from Post - SARS Phenomena

ZHANG Xiu-lian

(PE Teaching Department, Inner Mongolia Agricultural University, Hushi 010018, China)

Abstract: This paper makes a research on the problems existed in university education by making an analysis of “SARS and Post - SARS phenomena”. It suggests that it is inevitable to have a change in testing models and teaching methods on one hand and improve the comprehensive qualities of P. E teachers on the other. It has been put forward that there must be a renewed sense in physical education. That is, to establish a new guiding ideology, adopt a set of new teaching and testing models of acknowledgement, trust and practice. In the final analysis, lead to a up - to - date improvement in teaching quality.

Key words: Post - SARS Phenomena; physical education teaching; acknowledgement; trust and practice

一场突如其来的“非典”疫情考验了国家防御传染性疾病的机制,同时也让国人认识到健康的心理状态、健康的生活方式和适宜的体育锻炼是现代人类完美生活的基础。于是我们大学校园乃至整个社会都出现了张弛有序的工作、学习节奏,科学卫生的饮食方式,气氛活跃的体育锻炼。人们对生命的珍惜,对健康的渴望,对美好生活的憧憬空前高涨。然而令人遗憾的是这种令人鼓舞的兴旺局面却随着“非典”疫情的控制而减弱,甚至消失,这种后“非典”现象的局面不能不引起我们对大学体育教学从内容到方式的重新定位与思考。

1 确立大学体育教学目标,更新教学指导思想

“非典”疫情在给中国的经济造成严重影响的同时,还警示国人需要更新我们的健康观念和健身行为。事实上“非典”疫情让我们清醒地认识到,过去那种只停留在各自领域对人类健康的研究是不完善的,我们只有把运动、心理、社会不同学科的优秀研究成果进行优化组合用于指导健身实践,才是提高人类免疫能力,最终战胜“非典”等疾病的根本出路。大学体育教育是学生接受系统体育教育的最后学习阶段,也是形成健康观念的重要阶段,学生通过这一阶段的学

习和掌握的健身知识和技能将对其一生产生极大的影响,因此我们必须针对“非典”现象及后“非典”现象对体育教学目标和教学指导思想的定位进行思考,从而改变以往只注重运动健身的单一教学理念,在教学中使教学内容和教学方式与健康教育相结合,在完成增强体质、改善健康最基本的运动健身的基础上,引导和促进学生健康行为与健康生活方式的形成,只有这样才能实现真正意义的体育健康教育。

2 体育教学要采用“知、信、行”教学模式

“非典”期间暴露出很多过去传统体育教学方法存在的问题,过去在健康教育方面我们一直停留在知识的单向传递上,缺乏对学生学习能力培养和健康行为养成的教育。“非典”期间学生通过对健康行为、健康生活方式的深入了解,从思想深处认识到了一个人坚持锻炼的行为对身体健康状况的重大影响。所以,无论是在上课期间,还是课后都有很多学生会问老师关于如何调整运动量、什么时间运动更合适、运动与睡眠的关系、运动与饮食的关系、什么样的运动更适合自己的、如何改善呼吸系统的机能、怎样提高呼吸系统的免疫力等课上已教授过的问题。在“非典”期间之所以会出现这样的情况是因为过去我们的教学只做到了让其“知”的第

一步,而令其“信”的教学手段没有实施,所以最终学生是不会主动付诸行动的,而没有实践过的理论自然是空洞的,所以在“非典”期间才会出现这样的问题。由此可见,在教学中令其“信”的重要性是值得深思的。我们的体育教学,要想做到令其“信”,就必须充分利用多媒体智能教学手段和大量文字资料信息等进行反复大量直观的讲解和教育,使学生认识。此外,令其“信”的另一个理念就是实用,就是学生对运动生物价值和技术原理的理解和应用。如果我们能将不同身体能力水平学生的晨练和课外活动练习制作成多媒体示范,示范中对每个模块不仅给出非常详细的练习内容、练习时间、练习次数以及练习量等,而且讲清楚每个内容设定的原理、最终产生的结果等。那么,当学生愿意采用某一比较适合自己的模式进行锻炼,通过了解练习内容的技术原理和方法产生了实践的信心量,就会获得了成功的体验。我们还可以通过大量的实际调查,然后进行整理,最后推出一套或多套健康生活方式的多媒体模拟范例。通过这种听得到、看得到的示范,学生的行动才会有方向,在这种方向的引导下,学生可以根据自己的实际情况加以修正,这不仅可以使形成良好的生活习惯,表现出积极参与身体活动的热情,而且还可以提高学生自主规划和设计健康生活方式的能力。这样我们所希望的“非典”运动现象就会应运而生。

3 体育教学效果应突出“知、信、行”的考核

“非典”期间面对许多学生对很多问题的疑问以及他们渴望和改善自己的运动、生活方式而不知所措的情形时,实际上是对我们的教学效果进行了一次大检阅,同时也对我们以往教学效果评价标准提出了质疑。显然,教学效果的考核只定位在教会了某一内容是远远不够的,应该突出“知、信、行”方面的重要考点。在这个问题上我国著名健康保健专家洪昭光先生的“三个一”的推广健康保健的理念是值得借鉴的,即“一听就懂,一懂就用,一用就灵”。例如,我们在“知、信、行”的考核中可以提出这样的考题,请学生制定周运动处方,检查学生通过学习是否能够设计出适合自己的短期练习内容和方法,当然内容和方法设计得越详细越好,要求一定要讲清楚设计的原理,并且能面对同学谈出为什么适

合自己以及试验体会。只有达到这种效果,教学最终才会落到实处,才能真正了解学生对学习内容的认识程度、身心的投入以及身心的体验程度等。

4 必须尽快提高体育教师的综合素质

“非典”让我们非常清楚地认识到健康的内涵,一个人的健康受生理、心理和社会 3 方面因素影响,在这里生理是基础,心理是中介,社会则是延伸。只有将这 3 方面有机结合,共同提高,才能真正增强人的体质,这才是体育的本质所在。可见,大学体育教师只具备教好某项运动的能力是远远不够的,必须掌握和了解更多的相关领域的知识。此外要尽快熟练地掌握各种计算机软、硬件知识,把信息技术和专业知识充分地结合起来,运用好新教学模式下的教学方法,才能充分发挥现代教育技术在教学中的作用,这些都需要我们不断学习。我们应该有计划地邀请各方面的专家讲学,参加培训,以提高我们全体教师的综合素质,同时我们还必须针对随时出现的问题进行学习,通过大家的共同努力来解决现实中存在的实际问题,使学生终身受益。

参考文献:

- [1] 康健. 后 SARS 时代的健身[J]. 健与美, 2003(8):12.
- [2] 俞爱玲. 我国体育教育专业健康教育课程存在的问题[J]. 体育学刊, 2003, 10(2):71-72.
- [3] 钟振新, 陈中林, 涂伟任. 大学生体育能力及培养对策[J]. 体育学刊, 2002, 9(6):80-82.
- [4] 张富强, 孙钰明. 公共卫生应急机制与我国政府法治——从非典突发事件看政府依法知政[J]. 华南师范大学学报(社会科学版), 2003(5):8-12.
- [5] 叶 桢, 李 雷. 抗非典精神与新世纪民族精神的弘扬和培育[J]. 江西科技师范学院学报, 2003(6):1-4.
- [6] 潘敏学, 王在民, 卫 丁. 抗击“非典”对高校学生工作的启示[J]. 山西财经大学学报, 2003(4):16-19.

[编辑:周威]