

·高等学校体育·

多维选择体育教学模式的构建与实验

张铁雄, 赵刚, 何芳, 唐海军

(湘潭工学院 体育部 湖南 湘潭 411201)

摘 要:以体育终身思想和健康体育为主线,根据21世纪人才结构和素质教育理论研究我国普通高校体育健身教学模式。通过对国、内外有关教学模式的研究,在前人研究的基础上,结合我国普通高校的实际情况,归纳、总结出——多维选择体育教学模式。

关键词:多维选择;体育终身;健康体育;教学模式

中图分类号:G807.01 文献标识码:A 文章编号:1006-7116(2002)03-0055-03

Education design building to "various choises" and experiment research

ZHANG Tie-xiong, ZHAO Gang, HE Fang, TANG Hai-jun

(Department of Physical Education, Xiangtan Polytechnic University, Xiangtan 411201, China)

Abstract: Taking ideal of life-long sports and health physical as focal point, average colleges and universities sports education model is researched, according to twenty-first structure of intellectual and theory of fibre educate. Through relevant education model at home and abroad and the former researched, combine reality deduce to a new education model of "various choise", which has been feaching and studying for three years. Practical experience has a further development for sports education model.

Key words: various choise; life-long sports; health sports; education model

20世纪50年代后,新的教学思想层出不穷,人们借助多学科的研究成果、技术和方法,构建新的教学模式,使模式研究呈现出多样化发展的趋势。随着体育教学改革的发展,先后出现了“讲解接受模式”、“开放课堂模式”、“合作教学模式”、“课内外一体化模式”、“小集团竞争模式”、“教学俱乐部制”等模式。通过对众多的现代体育教学模式的研究分析,在前人研究成果的基础上,结合人体在运动中生物体育观,社会观,心理、生理的变化规律,依据现代教育理论关于信息处理、个人发展、社会相互作用及行为教学的4大类教学模式理论^[1],针对我国高校体育教学的特点总结、归纳出多维选择体育教学模式。

1 研究对象与研究方法

1.1 研究对象

湘潭工学院98级大学生中,随机抽取信息系312名大学生和机械系279名大学生为实验对象。

1.2 实验方法

(1)信息系312名大学生作为实验组,机械系279名大学

生作为对照组,进行分组实验教学。分别对2组学生入校时的50 m跑、800 m跑(女生)、1 000 m跑(男生)、立定跳远、铅球(男5 kg、女4 kg)的4项素质进行测试与统计,经t检验无显著差异。实验组和对照组同一水平,样本有效。

(2)2年的体育课按教学大纲、教学计划进行教学。

(3)经过2年的体育课学习和锻炼,对2组学生的身体素质、课外锻炼、竞赛等情况比较分析。

(4)对2组学生停上体育课1年的时间里体育锻炼情况及身体素质状况进行了追踪调查。

(5)根据需要,对原始数据进行了数理统计与检验。

2 多维选择体育教学模式构建的依据

(1)现代社会对传统教学模式变革的要求。联合国教科文组织在1992年东京举行的第3届国际成人教育会议上提出“使青少年准备好自我导向的终身教育”作为学校教育的一个主要方向,面对一个变化快速及知识爆炸的社会,学生在学校所学的既有知识在离校后不久便可以发现过时了。因此学校应该使学生了解到终身学习的重要性,培养终身学

习的动机、技能和能力,使其走出学校后,能够做一个终身学习的实践者^[2]。

(2)现代社会对高校体育教学改革的要求。学校体育改革,必须确定3种基本概念,即“体育的终身化,体育的民主化,体育的个性化”。体育终身化这一观念的前期思想是终身体育。体育终身化打破了学校体育的原有空间和时间的限制,把体育的可能性扩展到所有社会单位及社会的每一个人 and 人生的每一阶段。体育民主化就是打破那种不平等、不民主,以教师为中心,教师单独拥有权力,学生只有服从、被动的教学关系,这种不民主的教学关系限制了学生个性发展。体育的个性化就是体育过程中每个学生所显示的各种不同的运动本能、素质、价值取向、集体荣誉等^[3]。

(3)现代社会为高校体育改革提供条件。我国高校体育自改革以来取得了令人瞩目的成就,集中表现为4大优势:一是人材优势,高校体育教师队伍是我国体育界高学历、高知识、高职称的知识密集型专业群体;二是信息优势;三是物质优势;四是地位优势。上述高校体育4大优势说明,高校体育教学模式的改革具有坚实的基础^[4]。

3 多维选择体育教学模式的运作与试验

3.1 多维选择体育教学模式的教學形式

(1)学生在多维选择体育教学模式中,可自主选择自己感兴趣的、有特长的和具有实用性的学习项目。教师则把自己的简历、教学指导思想、教学内容、考核方法,做成类似广告张贴,供学生参考。学生在多维选择体育教学模式里,可自主选择学习项目、选择任课教师,体育部则把选项内容和教师的材料制成网页在校园网上公布,学生也可在网上查询、浏览、选项。这样学生按兴趣特长等选项,便于对学生实施个性教育,培养学生的体育能力。

(2)教学形式、内容的变化。传统的教学内容注重技能的培养,相对单一,忽视了学生全面素质的培养。因此多维选择体育教学模式的教学内容、形式最显著的特点就是注重学生体育能力的培养,在教学内容上,教师根据教学大纲,自己编写专项选修教材,提出“小群体”教学、主题教学、选择教学、体育游戏、传统项目和各种形式的教学比赛,组织编排、裁判工作。这样不仅提高了大学生实际运用能力,而且培养了大学生的竞争意识和团结协作精神,在教学竞赛中,使学生体验到胜利的喜悦、失败痛苦,增强大学生的心理承受力和社会适应性。

3.2 多维选择体育教学模式的项目设置

根据学院的体育场馆设施,学生的体育基础、兴趣、爱好和教师特长,设置了主、副项制的选择法。它是以2个主项,辅以多种副项的教学形式,使学生在全面发展的基础上,形成自己的专项特长。主项课课程经过长修达到较熟练的掌握,副项课达到全面了解。根据这一特色,我们在教材设计上突出三性即“时代性、季节性、适应性”。我们确定主项为(1)选项项目:篮球、排球、足球、乒乓球、武术(散手)、羽毛球、舞蹈与形体训练、健美操;(2)必修项目:游泳、二十四

太极拳。(3)副项教材:季节性项目和社会流行的健身项目。根据季节的变化,夏季学生在“多维选择体育教学模式里”可选择增设的沙滩排球、赤足健身等项目,冬季里学生可选远足、定向越野、攀岩等项目。为适应时代性,根据社会体育健身项目的发展与变化,开设模拟保龄球、桥牌、桌球、高尔夫球的规则及基本方法的介绍,使学生走向社会时对这些健身项目有所了解,增强他们的社交能力和适应社会能力。

3.3 多维选择体育教学模式选项的方法

多维选择体育教学模式的选项方法及形式,打破传统的行政班级,学生根据爱好、特长等因素进行自主选择,并选择任课教师后,在任课教师处报名、注册,学生也可在网上报名,学生在任课教师的指导下,选出助理教师、队长等,每班可根据自己的兴趣命名自己班级。把大学2年的体育课,分成2段,每一段为一单元,学生在单元内进行自主选择。在规定的每学年选项时间里,学生通过各种渠道查阅体育资料,了解教师的责任感、业务能力,进行综合评价。

3.4 课时设计安排

(1)多维选择体育教学模式,在课时设计和安排上利用新生入学和军训的时间差,把太极拳和游泳课的学习时间安排在每年新生入学的9~10月(1~5周)为二年级学生学习游泳课时间,而新生一年一期后5周为学习太极拳时间,这样避免必修项目教学内容的重复学习,既有班级选项分散学习,又有班级集中学习,再把辅修教材和太极拳练习,贯串在2年教学中,形成多维选择体育教学模式的又一特点。

(2)多维选择体育教学模式中的课时安排为每一学年60学时,同系同专业的班级安排在同一单元上课,每选项班人数应控制在35~45人左右。一、二年级上体育课班级,应按系、专业及人数平均安排在每周6个时间内上课。(按一、二年级5000学生,20名教师安排)。

3.5 教学评价实行整体考试法

教学评价中的整体考试法是考“结果”与考“过程”相结合的方法,它是在考结果的基础上,让学生回答有关运动健身原理、锻炼方法和健康养护方法等,这种理论与实际、过程与结果、记忆与创新的多方位组合的考试方法,促进体育教学思想由重过去、重眼前的功利主义思想,转向正现实更重未来的“求知创新”和“健康第一”终身体育思想形成^[5]。

4 结果与讨论

4.1 身体素质

经过1年的体育课学习和锻炼,分别对2组学生按研究要求和规定的4项素质项进行测试和统计(见表1),实验组和对照组学生的身体素质同步增长,两组学生皆从入校时的平均325.6分和325.5分别上升到385.3分和375.4分,呈显著性增长。1年后两组学生对比无显著性差异,尚属同一发展水平。但大二时实验组学生的身体素质呈显著性增长,而对照组的学生身体素质增长幅度较小。两组学生素质经t检验呈显著性差异($P < 0.05$)。大三停上体育课课后,实验组学生身体素质仍保持较高水平,而对照组学生身体素质却有

较大幅度的下降。对照组学生身体素质下降为 370.7 分,接近大一时的水平。而实验组的学生身体素质仍保持在 445.3 分的较高水平,两组学生的身体素经 t 检验呈非常显著性差 ($P < 0.01$)。因此可以认为:在大学 3 年中实验组学生的身体素质无论从提高幅度,还是保持的水平都明显高于对照组,差异性显著^[5]。

表 1 实验组与对照组的身体情况分析

组别	入校时	大一	大二	大三
实验组	325.6	385.3	430.6	445.2
对照组	325.5	375.4	395.8	370.7
P		>0.05	<0.05	<0.01

4.2 课外体育活动

课外体育活动是体育教学的延伸和补充,课外体育活动参与率不仅影响体育教学内容的巩固与提高,而且影响学生身体素质的保持和提高,对培养学生终生体育思想和意识也起着重要的作用。从表 2 可看出实验组的学生参加课外体育锻炼的时数是对照组的 2 倍之多,由此可见,实验组的学生在选项课学习后,掌握一定技能、技术,对某一项目表现出浓厚的兴趣,他们把兴趣相同人自由组合在一起,参加课外体育活动。自觉养成了良好的参与体育锻炼的习惯,课外体育锻炼在实验组的系部中蔚然成风。从召开座谈会了解情况,实验组学生一致认为:通过在“多维选择教学模式”里选项学习后,体育热情不断高涨,自觉锻炼的习惯养成后,一天不参加体育活动,就感到身体不适浑身不舒服。这就充分说明了实验组学生身体素质提高幅度和保持高于对照组的主要原因之一。从表 2 可看出,实验组学生请教师进行辅导明显高于对照组,并在体育课停止后,仍能保持与体育教师的密切关系。通过查阅院教务处《学生对教师评分调查情况表》中分析发现,实验组对教师的教学评价及得分均高于对照组。实验组老师平均得分为 93.4 分,对照组为 87.6 分,因此,实验组比对照组学生更能积极主动的从事体育锻炼,这与学生对体育活动的的需求以及建立良好的师生关系使其能亲师重教有关^[6]。

表 2 大学三年课外体育锻炼情况表

组别	参加时间/h			请教次数		
	一年级	二年级	三年级	一年级	二年级	三年级
实验组	563	691	587	486	494	300
对照组	301	309	287	280	270	172

4.3 发现培养优秀运动员和体育骨干

实验组中的学生身体素质和专项运动能力的提高,一批学生脱颖而出。有 2 人入选院田径队,7 人入选武术队,5 人

入选院篮球队。从院一年一度的田径运动会比赛成绩分析,1998 年实验组学生有 17 人进入单项前 8 名,而对照组有 15 人进入前 8 名。1999 年实验组进入单项前 8 名增至 31 人,3 人破纪录,而对照组 21 人进入单项前 8 名,1 人破纪录。从 2 组学生参加运动会获前 8 名的统计分析,实验组学生获奖人数比第一年提高 45%,对照组学生获奖人数比第一年提高 28%,说明了实验组比对照组运动技术提高快。

在担任学生体育干部的辅助调查中,也显示出实验组学生担任体育骨干和体育积极分子的人数明显高于对照组学生。这批学生不仅现在是学校体育中的骨干力量,将来也是社会体育之中的骨干,他们必将会把学校里学到的知识、技术、技能带入社会,并为全民健身计划作出贡献。

4.4 教学模式整体思路正确

多维选择体育教学模式,经过 3 年的实验后,我们分别对学生和部分体育教师进行了问卷调查,他们对教学模式的整体改革思路,创新意识,可行性表示了充分的肯定,见表 3。学生普遍反映强烈,表现出浓厚的兴趣,始终积极参与配合,由此也大大激发了教师的教学热情,增强了教学信心,出现了教学相长、良性互动的理想教学氛围。

表 3 师生对多维选择教学模式的评价

内 容	%	
	实验组	对照组
体育课的学习兴趣	93	69
体育课对今后生活、工作、学习的促进作用	83	41
体育锻炼习惯	91	57
关心参与体育程度	90	61
你对现行教学方式满意吗?	95	43
体育教师对你影响	97	73

参考文献:

[1]王虹.论体育教学模式研究的几个热点问题[J].体育学刊,1999,(3)85-86.
 [2]刘志敏,刘殿国,于立.构建多维目标体育课堂模式,提高大学生综合素质[J].体育学刊,1999,(2)6-8.
 [3]张效江,刘国忠.普通高校体育改革模式初探[J].体育学刊,1999,(2)86-87.
 [4]张子沙,刘国珍,张外安,等.21世纪中国高校体育运作模式构想[J].体育学刊,1997,(1)49-53.
 [5]贡娟,李晓红.试论构建高校体育教学创新体系[J].体育科学,2000,20(3)22-24.
 [6]卓莉,王革,张勇.普通高校公体课特长班建设的实验研究[A].高校体育改革发展研究[C],长沙:湖南师范大学出版社,2001:194-196.
 [7]张铁雄,张勇,何芳,等.高校体育中体育群体作用的研究[A].高校体育改革发展研究[C],长沙:湖南师范大学出版社,2001:569-571.