

“三自主”教学的资源困境与出路

王炳华, 杨玲

(三峡大学 体育学院, 湖北 宜昌 443002)

摘 要: “三自主”教学模式体现了先进的教学理念, 构成了大学体育课程“超市”, 而现有的教学资源不能满足学生的兴趣爱好, 增强体质效果不明显。走出这一困境必须牢固树立“健康第一”教学理念, 结合地域民俗特征合理开发拓展一批新项目, 大力提高教师素质, 力争学校加大体育设施投入和政策、经费支持。

关 键 词: 学校体育; 教学资源; “三自主”教学

中图分类号: G807.0 **文献标识码:** A **文章编号:** 1006-7116(2008)12-0066-03

Resource predicament in “triple independent” teaching and its extrications

WANG Bing-hua, YANG Ling

(School of Physical Education, Three Gorges University, Yichang 443002, China)

Abstract: The “triple independent” teaching mode embodies advanced teaching conceptions, having constituted a “supermarket” of college physical education courses. Whereas existing teaching resources cannot well satisfy student’s interests and loves, thus the body enhancement effect is not significant. In order to extricate from such a predicament, the “health first” teaching conception must be established or reinforced; a number of new projects must be rationally developed by combining the characteristics of regional fold customs; teacher capacities must be greatly enhanced; schools must increase investment in physical education facilities and strengthen policy and fund supports.

Key words: school physical education; teaching resource; “triple independent” teaching

“自主选择上课时间、自主选择授课教师、自主选择学习内容”(简称“三自主”)的教学模式, 是2002年教育部在《普通高等学校体育与健康课程教学指导纲要》中提出的。这是对传统教学模式的“颠覆性”改革, 众多高校在教学实践中积极响应这一号召。深入分析我国普通高校改革的情况后发现, 一方面, “三自主”教学模式强调“健康第一”的教学理念, 体现出了与时代发展相吻合的先进性及创新价值; 另一方面, 实施这一改革必须构建体育课程“超市”, 这对课程设置、教学条件、教师素质提出了新的更高要求。显然, 大学生体育兴趣爱好的广泛性与现实教学资源满足选课需求有限性之间的矛盾, 构成了制约“三自主”教学模式有效实施的瓶颈。如何走出困境, 促进高校体育课程教学改革的深化, 结合三峡大学近8年的改革实践, 提出几点思考。

1 强化一个理念, 坚持“健康第一”

“三自主”教学模式的提出, 源于“健康第一”这一先进的教学理念。“健康第一”的理念揭示了体育课程的本质, 体现了对人的发展的终极关怀, 遵循了体育课程的自身规律, 指明了体育课程改革、建设和发展的方向。它要求体育教学过程中要“以学生为中心, 重视其主体地位”、“尊重个体差异与不同需求, 确保每个学生受益”, “培养终身体育意识和能力”^[1]。

三峡大学以“健康第一”为指导思想, 在全校推行完全学分制的前提下, 于2002年在省内高校率先以“健康第一”为指导思想, 对公共体育教学进行了整体改革, 实施了“淡竞技、重健身、突出个性发展”的体育选项课教学。教学中采取“开放式限时段教学”的组织方式, 打破院、系、班级建制, 重新组合上课, 开设了近20个项目供全校学生选择, 一定程度满足了不同兴趣爱好、不同运动基础学生的需要, 突出了学

习“三自主”。这一改革获2005年湖北省高等学校教学成果二等奖。改革实践结果证明，“三自主”教学模式对满足学生兴趣爱好、增进学生身心健康、培养学生体育能力和意识起到了积极的促进作用。

观念的改革是教学改革的前导，只有认识上的清醒，才有行动上的自觉。以“健康第一”为指导思想的新的教学模式，较之“一刀切”、“一贯制”、“重竞技，淡健身”的传统教学模式发生了巨大而深刻的变化。这种巨变中必然衍生出一系列诸如教学资源短缺等新的矛盾。因此，应积极引导体育教师在对传统教学模式种种弊端的反思与改革过程中，深刻理解“健康第一”的时代意义，坚持先进教学理念的指导，形成自觉推进高校体育课程改革的内驱力。

2 开发一批项目，丰富课程资源

课程项目多样是选项课实施的前提。在已开设课程基础上，以学生需求为依据，因地制宜地开发体育项目，最大限度地满足学生选课需要，是选项课可持续发展的基础。

2.1 开发地方优势项目

我校地处川东鄂西结合部，校内和附近有天然的山丘陡壁、江河水库，可充分利用这些天然的地理资源，开发“攀岩”、“定向越野”、“登山”、“游泳”等项目。开设这些项目，一是对传统教学资源利用的重大突破，二是增强体能锻炼的趣味性，三是能有效地培养学生的生存能力、团结协作和冒险精神。

浓郁的三峡文化是本地区的特色文化，其中龙舟、巴山舞、舞龙舞狮等项目有着广泛而深厚的群众基础，将这些项目引入课堂，在学生中推广普及，不仅是对优秀传统文化的一种传承，也是开发体育课程资源的又一重要途径。

2.2 增设时尚新项目

追求时尚是青年大学生的显著特点，体育项目的时尚性从一个侧面体现了时代的发展。顺应学生的追求，“投其所好”，将社会普遍流行的项目引入课堂，能满足学生身心的需求；将学生对时尚的热衷转化为学习内趋力，可极大增强学习效果。在项目的增设上，可根据需求，结合实际条件，最大限度开设学生希望增设的项目^[2]。

2.3 保留田径类基础项目

掌握两项以上健身运动基本方法和技能是《纲要》基本目标之一。在课程设置中保留跑、跳、投、平衡、控制等田径、体操类基础项目的学习，与《纲要》中“全面发展体能，练就强健的体魄”也是相吻合的。而且调查也表明，田径、体操类课程在学生希望开设

的内容之列。实践证明，将田径、体操中的一些有利于发展身体素质而危险性又较小的内容列为必修课程内容，采用合理的教学手段调动学生的学习积极性，其增强体质、培养基本运动能力的效果是其它项目不能及的。

2.4 注重理论知识传播

正确的认识能促成自觉的健身行为。体育理论教育的最大社会功能和最大社会价值在于体育意识的形成，学习和掌握科学锻炼身体方法和体育与健康的基本理论知识，是培养学生体育锻炼意识及能力的基础^[3]，是促进体育实践的长期性和有效性的途径。因此，健康知识资源和体育人文社会学知识资源的开发与利用不可忽视。

相关调查显示，《体育保健》是学生希望增设的前7门课程之一，但由于课时的限制，教师在课堂上往往只注重专项技术技能的讲解，而忽略科学锻炼身体的基本理论知识与方法的传授，结果使学生“知其然，而不知其所以然”。目前，课程体系虽然涉及到体育理论与文化知识，但并未落实到位。行之有效的办法是在课堂教学和课外锻炼中穿插相关理论教学(如竞赛知识、健身常识等)，使学生既能运用理论知识指导实践活动，又能深刻领悟体育的魅力。

3 搭建一个平台，提高教师素质

3.1 加强教师新课程技术技能培训

学生选择教师是选项课的突出特征，这种做法对体育教师的冲击是巨大的，对教师的教学能力提出了较高要求，教师必须要拿出真本领，否则会被淘汰。这种激烈的竞争机制迫使教师必须加强自我完善与发展，不断提高自身的专业水平与能力。因此学校要为教师搭建平台，对开发、增设的一批新课程，必须在开课之前，按照课程门类相近原则，有计划地选派教师进行培训；在新课程实施过程中，要为教师提供必需的教学条件，并实行新课程跟踪调查，及时总结经验、解决出现的问题；对多年开设的传统项目，宜采取“走出去”“请进来”的方法，每隔2~3年进行一次知识更新，学习新知识、新技术，使教师在激烈竞争中不断提高教学水平与能力^[4]。

3.2 提高教师科研意识与能力

高校体育教师是体育选项课教学改革的具体执行者、组织者，理应在新的教学模式改革实践中表现出主动性、主导性、创造性和前瞻性，不断从新的角度去思考改革中出现的新问题，从而使课程改革效果最大化^[5]。要积极引导和组织体育教师在对传统体育教学模式反思与选项课模式的适应中大力开展科学研究

和教学研究,以科(教)研为载体,努力提高教师的科研意识与能力,有的放矢地进行教学改革和试验。应当把教师科学研究和教学研究纳入教师岗位职责之列,实行目标管理,进行严格考核,并与教师的应得利益直接挂钩,通过有效的激励政策,促进教师在改革中求创新,在创新中谋发展。

3.3 加强教师职业道德教育

教师职业道德的核心问题是事业心和责任感问题,强烈的事业心和高度的责任感反映在课堂教学中,就是教师对学习主体的热爱与尊重、对选项课教学改革倾注极大热情,就是对改革成效的关注与追求。选项课改革中应当体现的学生学习的自主性、课程设置的灵活性和课程目标的多元性,但绝不是降低教学标准、放松教学要求。为什么一些学校体育课程改革实施效果不甚理想,学生体质没有得到有效增强,课堂教学中运动强度把握的随意性、运动负荷的不合理性是其重要原因;另一方面,未把学生体育课外活动的指导纳入体育教师的岗位职责范围,也是增强体质效果不明显的重要原因。因此,在实施改革方案中,应大力开展职业道德教育,并加强教学过程管理,培养教师爱岗敬业的精神。

4 破解一个难题,争取领导重视

完备的场馆设施、充足的运行经费、优惠的政策等基础性条件是确保“三自主”教学模式有效实施不可或缺的教学资源,而这些基础性资源不足是一些高校体育课程改革难于深化的“瓶颈”。由于各高校情况不同,同一阶段上的工作重点也就不尽相同,因而在学校发展的整体资源配置上,用于支持体育课程改革的力度也就有差异。在这种情况下,如果依照“等、靠、要”或“就汤下面”的方式行事,是不可能走出教学资源短缺困境的。在教学改革实践中,只有通过创造性的工作,使有别于其它学科课程的公共体育课程的健身功能、教育功能、文化功能获得最大限度的展示,才能赢得校领导的重视与支持,才能使之“见苗施肥”,真正破解体育教学资源短缺的难题。

在实践中,我校坚持“健康第一”的“三自主”教学改革取得了积极效果,初步形成了课内引领课外、课外促进课内的课内外一体化教学格局:具有三峡地区文化特色的龙舟、巴山舞进教材、进课堂、进赛事,众多时尚项目成为学生选课的热门项目,公共体育课连续4年教学优良率位居全校之首;大学体育课程进入校级精品课程立项建设之列;校园体育文化活动如火如荼;高水平足球队、武术队、龙舟队在国际国内重大赛事中不断取得优异成绩;10多个校园体育协会(俱乐部)常年参加宜昌市城区的健身推广、大型庆典活动展演和竞赛活动,有力促进了本地区全民健身活动的蓬勃开展。

由于我校体育课程改革为“外树三峡大学良好形象、内促学校素质教育”做出了积极贡献,得到了中央电视台、《光明日报》等多家新闻媒体的广泛宣传报道,受到校外专家和教育部、省教育厅领导的充分肯定与较高评价,因而也赢得学校领导的高度重视与支持。近年来,学校举巨资建成了全国高校中设施一流、门类较全的体育场馆;保证了教学、竞赛和群体活动开展的基本运行经费;在校内分配上体现了对体育教师的政策倾斜,使我校体育改革与建设走上了良性发展的轨道。

参考文献:

- [1] 全国普通高等学校体育课程指导纲要[S]. 教育部教体艺[2002]13号.
- [2] 杨玲. 大学体育选项课实施效果的影响因素[J]. 武汉体育学院学报, 2007, 41(8): 76-79.
- [3] 凌会俊, 钱杰. 高校体育课程内容研究[J]. 安徽体育科技, 2006, 27(3): 77-79(82).
- [4] 朱建国. 论体育选项课教学理念与课程的可持续发展[J]. 山东体育学院学报, 2006, 22(1): 118-120.
- [5] 汪俊祺. 影响体育教师自主创新意识的经学思维[J]. 体育学刊, 2006, 13(3): 103-105.

[编辑: 周威]