

南开大学排球教学“链式双螺旋”策略的研究

游江波¹, 李骏²

(1.南开大学 体育部, 天津 300071; 2.天津外国语学院 体育部, 天津 300204)

摘要: 依据现代教学的理论, 提出排球“链式双螺旋”教学策略, 在教学过程中以排球技术、战术、比赛能力的“螺旋式”提高, 以积极的情绪体验而引起兴趣、动机、自尊、品德、社会适应性等心理素质的“螺旋式”提高为两个“螺旋”, 通过比赛情境以及学生心理具体化目标(经“目标演绎”)的过程性自评、互评作为“链”, “双螺旋”相互渗透作用, 逐渐上升, 目的是使学生在掌握排球技、战术的同时, 心理健康、社会适应等得以同步、全面的发展。

关键词: 排球教学; 链式双螺旋策略; 身心发展; 南开大学

中图分类号: G842 文献标识码: A 文章编号: 1006-7116(2008)04-0061-04

Study of the “chain type double helix” strategy implemented in volleyball teaching in Nankai University

YOU Jiang-bo¹, LI Jun²

(1.Department of Physical Education, Nankai University, Tianjin 300071, China;

2. Department of Physical Education, Tianjin Foreign Study University, Tianjin 300204, China)

Abstract: Based on theories of modern teaching, the authors worked out the “chain type double helix” teaching strategy. In the process of teaching, the “helix type” enhancement of volleyball techniques, tactics and competition capabilities, and the “helix type” enhancement of mental capacities (such as interest, motive, self-respect, moral character, and social adaptation) as a result of positive emotional experience, are two “helixes”. By using virtual competition situation and the process orientated self evaluation and mutual evaluation of materialized student mental objectives (via objective evolution) as the “chain”, the interpenetration function of the “double helix” is gradually intensified, so that the students can develop synchronously and comprehensively in terms of mental health and social adaptation while they are mastering volleyball techniques and tactics.

Key words: volleyball teaching; chain type double helix; physical and mental development; Nankai University

任何学科的教学都应该具有促进认知发展和情意培育的功能, 体育也不例外。体育教学的重点不仅要指向学生的身体发展与运动技能的掌握, 而且更要指向学生心理的发展与完善, 要从心理的、教育的、社会的、生物的多元观念去全面认识体育教学^[1]。积极挖掘运动项目(如排球等团队集体项目)的显著特点, 以创新的策略引领教学改革, 全面促进学生身心发展是本文研究的目的。

本研究以南开大学排球选项班学生为研究对象, 探讨实施“链式双螺旋”教学的策略和效果。

1 “链式双螺旋”教学策略

“螺旋式”课程教学是按学生身体和心理发展顺序组织起来的, 目的在于提高学生身体、心理水平及社会适应能力, 拓宽和加深对体育内容的体验, 以体育活动为手段来增强体质、增进健康、促进学生全面发展^[1]。

排球“链式双螺旋”教学策略指在教学过程中以排球技术、战术、比赛能力的“螺旋式”提高, 以积极的情绪体验而引起兴趣、动机、自尊、品德、社会适应性等心理素质的“螺旋式”提高为两个“螺旋”, 通过比赛情境、以及学生心理具体化目标(经“目标

演绎”)的过程性的自评、互评作为“链”,“双螺旋”相互渗透作用,逐渐上升(见图1),目的是使学生在

掌握排球技、战术的同时,心理健康、社会适应等方面得以同步、全面的发展。

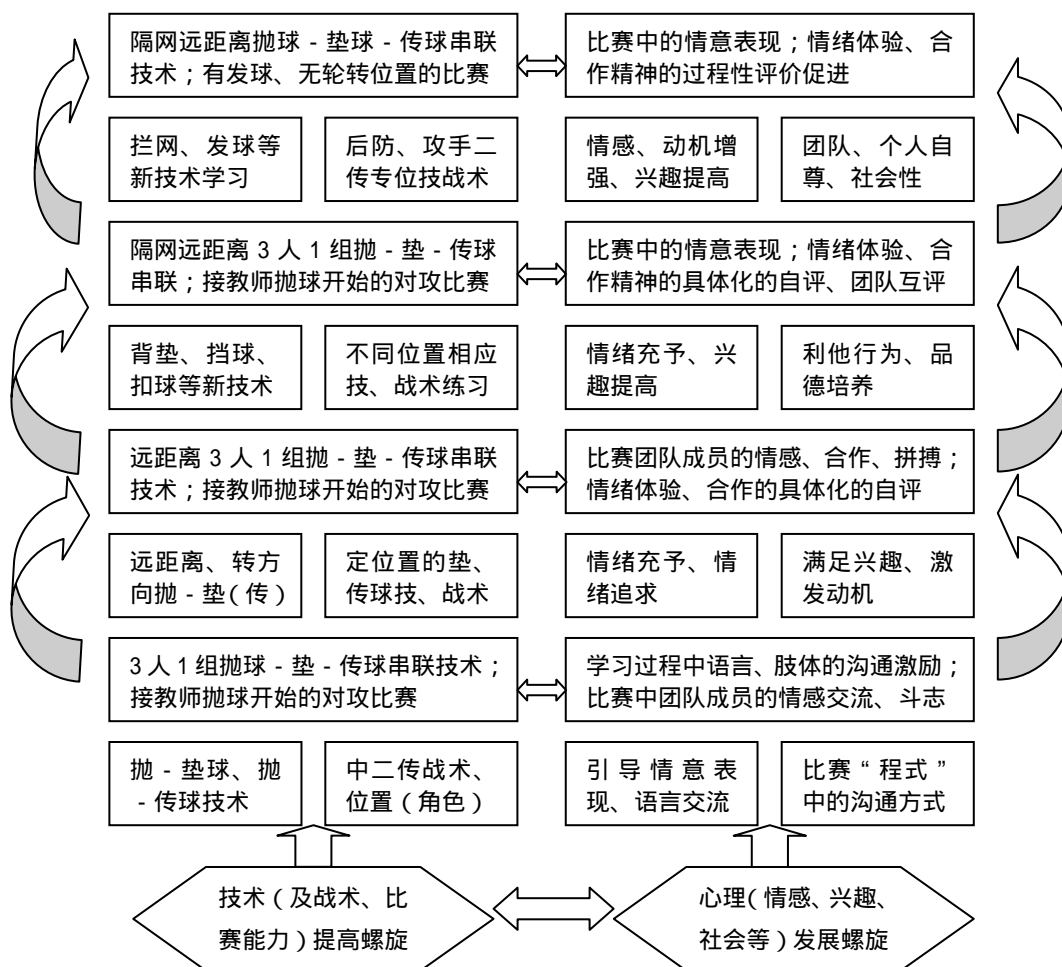


图 1 “链式双螺旋”教学策略示意图

2 “链式双螺旋”教学组织形式和方法

采用小集团教学法^[2](或称合作学习),将全班学生分为若干队(6~7 名学生为一队),各队选定队长、商定队名,以合作和互助的方式学习,共同完成学习目标,在促进每个人的学习水平的前提下,提高全队的比赛成绩和学习成绩。学习和比赛不仅培养了学生主动求知的能力,而且发展了学生合作过程中的人际交流能力^[3]。

把握教学细节,体现合作学习的 5 个要素^[3]: (1)积极的相互信赖。每个成员不仅要为自己的学习负责,而且要为队里的其他同伴负责,彼此需要“荣辱与共”,例如采用每次比赛排定名次;全队 6 人围圈垫、传球的考试等,促使每个人自觉地“卷入”全队的练习。(2)面对面的促进性相互作用。指学生之间有机会相互交流、相互帮助和相互激励。如练习中反复强调语言的交流,提醒同伴“准备”、“好球”等;按比赛“程

式”进行比赛,要求赛前、比赛间断、打出精彩球时队员必须围拢、击掌加油助威等。(3)个人责任。指每个组员必须承担一定的学习任务,并完成所分配的任务。如各队确定队员的专位,二传手、攻手、后防等,比赛中不需轮转,固定位置,强化个人的位置任务和主要技术,强调每个人、每个环节的密切配合。(4)社会技能。如教师及时抓住教学中出现的问题,引导学生彼此认可和信任,进行准确地交流,彼此接纳和支持,促进有效地沟通。(5)小组(队)“自加工”。亦称“小组自评”,指小组成员对组员哪些活动有益和无益、哪些活动可以继续或需要改进的反思。其作用有利于组员维持彼此之间的良好关系,便于组员学习合作技能,增进组员对自己参与情况的了解,促进组员在认知水平上的思维,强化组员的积极行为和小组的成功。如在教学中建立个人学习评价卡片,采用学生自评和团队互评的方法。

据加涅(Robert Gagne)的累积学习理论^[4],将各项技术动作的“链索”学习,“串联组合”成接近比赛中的“垫-传-扣”进攻配合“套路”,逐渐增加垫球难度(距离、力量等),并反复练习,进而导入简单的接教师抛球的对攻比赛,然后过渡到正式的比赛。

学生对于比赛总是乐此不疲,而排球比赛的魅力在于球的往返,创设有一定强度、回合多的比赛情境,有助于提高学生的学习兴趣、技术水平、战术意识和身体素质。采用领会式教学法^[1],不过分追求技术动作细节,强调排球比赛的整体概念,通过简化规则、位置分工、专位练习等,弱化排球项目对技术要求全面的局限,建立全队最佳的位置配备,尽快导入比赛情境,使每个人都能通过自己的努力为团队发挥作用,都能拥有比赛的激情和快乐。

3 “链式双螺旋”教学策略对学生心理发展的影响

1)教学中引导学生以比赛中快乐的情绪体验作为“切入点”,带动兴趣、动机、自尊、品德及社会适应性(利他、合作)等的发展。

前苏联心理学家赞科夫认为,教学法一旦触及学生的情绪和意志领域,触及学生的精神需要,就能发挥高度有效的作用^[5]。

兴趣与快乐是两种主要的正性情绪。诱导兴趣的情境往往导致快乐的后果,而引起快乐的情境也常常使人感兴趣,如排球课上的比赛之于学生。在教学中,学生的学习动力往往更多、更直接的来自因学习内容与形式的吸引力而产生的情绪反应;而且,学生在教学过程的每一阶段所产生的情绪反应,都会直接影响自我投入的意愿和程度,并对学习动机的效能起增强或减弱作用^[6]。在比赛中情绪和情感的作用在于它的动力性和沟通功能。通过竞赛中的情绪表达造成队员之间的情绪共鸣,直接影响比赛态势和场上氛围。队员之间击掌拥抱的热烈场面,是增强队员之间凝聚力、提高团队战斗力的第一心理力量^[6]。而团队的努力过程与成功体验对学生的自尊、社会性、品德培养都具有重要的作用。

在教学中,教师的及时肯定与鼓励、同伴的赞许、自我意识等,会赋予学生学习的满足和享受,使他们更多地把学习看作是一种促使自己不断发展、不断提高的过程。由此引发的积极的情绪追求还能有效地发挥学生的意志努力。

2)依据目标演绎和目标行为化理论,探究结合排球教学实际,将心理发展的目标加以具体化、细节化描述,呈现给学生明确、具体、易测的发展目标。

本研究设计了学生过程性评价卡片,提出了情意表现、学习态度与行为的交往与合作精神、个人技、战术和意识等若干方面的要求,以便学生的观察和自评、团队互评。例如学生在比赛中情感表现目标的行为化表述为(部分内容):在比赛前后(或比赛暂停时)是否与队友围拢呐喊加油;在本队一次成功的配合得分后,是否及时主动地与同伴击掌以示祝贺;是否经常以“加油”、“没关系”、“再来”等语言鼓励自己和同伴。

又如,对社会性目标的行为化表述为(部分内容):比赛或练习轮换时,是否有合作、利他意识,如自觉地拣球、递球等互助工作;能否积极参加本队的课外练习。

3)据自我概念、自我意识和元认知理论,探究教师引导学生发挥自我教育能力,在过程性评价中,以学生自评、互评的方法对具体化的心理发展目标促进其“螺旋式”提高。

《纲要》中提出学习评价“应是对学习效果和过程的评价,主要包括体能与运动技能、认识、学习态度与行为、交往与合作精神、情意表现等,通过学生自评、互评和教师评定等方式进行。”

自我概念是个人对自己多方面的综合看法,包括个人对自己能力、性格以及与人、与事、与物的关系等诸方面;也包括个人从目标与理想的追求中所获得的成败经验教训,以及对自己所做的正负评价^[4]。

自我意识是指个体对自己的心理、思维及行为活动的内容、过程及结果的自我体验、自我认识、自我评价。其结构是从自我意识的知、情、意三方面分析的,包括自我认识、自我体验和自我调节。自我认识是自我意识的认知成分;自我体验是自我意识在情感方面的表现,自尊心、自信心是自我体验的具体内容,自信心与自尊心都是和自我评价紧密联系在一起;自我调节是自我意识的意志成分,主要表现为个体对自己的行为、活动和态度的调控,包括自我检查、自我监督、自我控制等^[3]。

元认知是关于个人自己认知过程的知识 and 调节这些过程的能力,对思维和学习活动的知识认知和控制(Flavell, 1976)。元认知知识、元认知体验(个体伴随着认知活动而产生的认知体验或情感体验)和元认知监控(个体在认知活动过程中,对自己的认知活动积极进行监控,并相应地对其进行调节,以达到预定目标)三者相互联系、相互影响、相互制约^[3]。

发挥元认知参与过程和学生自我意识的作用,在教学中通过指导学生进行正确的自评和互评来干预其学习。例如在比赛后利用“后团体奖赏效应”(即当个

体顺利参与并完成某一团体任务后,会有一种很愉快的感觉。玛什, Marsh, 1986.) 就有助于提高个体的自我确认感和自尊水平。

过程性评价强调学习过程,充分发挥其反馈、激励、发展功能。评价的实施要启发和提高学生的主体意识,充分发挥大学生的主体性,增强对学习评价的参与感和自我体验,从而提高学习的责任感,学会自我评价,养成自我监督、自我检查、自我纠正、自我激励的习惯^[2]。过程性的自我评价可以加深对自我的了解,进行自我调节,自省并修正提高,可以促进学生积极的学习态度、兴趣和体育习惯的养成。对学生的心理和社会适应等内容采用过程性评价,对照学习卡片提示的内容,结合自我和本队、其他人和其它队的表现进行自评和团队(组)间的互评,经过若干次的评价——提高——再评价——再提高的“螺旋式”过程,促使其重视并不断调节完善。

4 实施“链式双螺旋”教学策略的效果

分别在学期初和学期末(每学期15周课)对排球选项班的学生进行技术掌握情况的记录和比较;在3个“时间点”(学期第2次课、第4次课、第14次课)对分队比赛进行技术统计以考查战术及比赛能力(主要是进攻组成功率)。

参考国内外的体育心理量表^[7],设计心理学问卷1份,包括情绪体验、运动兴趣、自尊、比赛动机、社

会适应性等5个分量,进行了信度和效度检验。全量表克隆巴赫系数为0.91,各分量表系数在0.75~0.85,表明问卷整体及各分量表都具有较好的内部一致性,信度很高。向选项课学生发放问卷160份,回收160份,回收率100%。将心理问卷数据建立数据库,采用SPSS11.5 for windows进行数据统计学处理。

1)学生的技、战术水平和比赛能力显著提高,许多零基础的学生通过第一次课的教学比赛立刻对排球产生浓厚的兴趣。比赛的技术统计显示,经过3~4次课的教学,接抛球进攻组成功率大幅度提高,调动了学生对比赛的热情和学习的积极性(见表1)。

表1 06/07学年度排球选项班(初级和提高班)在学期3个时间段的进攻组成功率 %

课次	接抛球组 成功率	接发球组 成功率	防反组 成功率
第2次课	12	6	8
第4次课	50	15	15
第14次课	80	50	35

2)实施“链式双螺旋”教学策略对学生的心理发展作用显著。

从各分量比较来看,学习后的各分量得分的平均数均明显高于学习前,在情绪分量和兴趣分量上差异具有非常显著性的水平,在自尊和社会性的分量上也差异具有显著性的水平,在动机分量上不显著(表2)。

表2 排球教学前后心理各分量($\bar{x} \pm s$)的比较

时间	情绪	兴趣	自尊	社会性	动机
教学前	3.854±0.890	3.433±0.697	4.270±0.008	4.016±0.869	3.958±1.002
教学后	4.484±0.438	4.075±0.646	4.771±0.265	4.464±0.327	4.354±0.442
P值	0.003	0.002	0.027	0.025	0.086

排球教学“链式双螺旋”策略的实施使学生在技术、战术、比赛能力和心理健康、社会适应等方面得以全面发展。实验和调查显示,随着排球学习年限的增长,学生的技、战术水平和心理发展都呈递增趋势。

根据本文研究,建议高校体育教师应提高对排球教学的认识,从培养学生身心全面发展的层面来组织教学;教师不但要具备较强的业务水平,还应加强教育心理学相关知识的学习和研究,并运用于教学实践之中;教学中以自己积极的情感感染学生,激发学生积极的情绪体验,从而促进学生身心全面发展。

参考文献:

[1] 周登嵩.学校体育学[M].北京:人民教育出版社,2004:161,191,92,76-79,104-105,123.

[2] 毛振明.体育教学论[M].北京:高等教育出版社,2005:81,98-99,123.

[3] 陈琦,刘儒德.当代教育心理学[M].北京:北京师范大学出版社,2007:205-207,465-466,47-48.

[4] 莫雷.教育心理学[M].广州:广东高等教育出版社,2005:144-145,477-480.

[5] 张大均.教学心理学纲要[M].北京:人民教育出版社,2006:172-178,50,181-183,382,351,424.

[6] 孟昭兰.情绪心理学[M].北京:北京大学出版社,2005:6-10,14,60.

[7] 张力为,毛志雄.体育科学常用心理量表评定手册[M].北京:北京体育大学出版社,2004.

[编辑:周威]