

# 社会性别理论视域下的女生体育课程实践

陈玮君

(广西师范大学 体育学院, 广西 桂林 541004)

**摘 要:** 引入社会性别理论及多学科交叉合作, 设计和实施女生体育课程。女生体育课程实践表明: 多学科交叉, 提高了女生体育课程的学术内涵; 以理论指导教师和学生参与体育课程改革实践, 激发了体育课程改革的活力, 提升了体育课程的价值和地位。

**关 键 词:** 学校体育; 女生体育; 体育课程; 课程改革; 社会性别

**中图分类号:** G80-05; G807 **文献标志码:** A **文章编号:** 1006-7116(2013)06-0078-03

## Practice of the Female Physical Education curriculum viewed from the perspective of social gender theory

CHEN Wei-jun

(School of Physical Education, Guangxi Normal University, Guilin 541004, China)

**Abstract:** Female physical education teaching practice reform was vigorously boosted by introducing social gender theory and multidisciplinary cross cooperation. The author summed up the success of the Female Physical Education curriculum into 3 points: 1) multidisciplinary cross cooperation carried out appropriately had enhanced the academic connotations of the female physical education curriculum; 2) theoretical guidance duly provided for teachers and students to participate in physical education curriculum reform practice had activated the vitality of physical education curriculum reform; 3) the application of suitable theory-practice strategies had enriched the academic tones and connotations of physical education teaching practice, and raised the value and status of the physical education curriculum.

**Key words:** school physical education; female physical education; physical education curriculum; curriculum reform; social gender

社会性别理论发端于 20 世纪 60 年代的美国, 其根源于女权主义运动实践。该理论认为人的性别有两种: 一是生理性别, 一是社会性别。社会性别是与生理性别差异相对应的一个概念, 它指一个社会所规范的男、女不同的角色、行为、心理和情绪特征<sup>[1]</sup>。社会性别理论主要呼吁女性要同男性处于平等主体地位, 强调女性物质、精神的独立自主具有进步意义。鉴于目前高校体育课程过少关注女性特殊生理和心理特征, 缺少针对女性的体育课程现状, 本研究将社会性别理论引入高校女生体育中, 组织实施了女生体育课程。女生体育课程以完善女生自我为主线, 以塑造女生形象为核心, 以增强女生社会竞争能力为目的, 形成了一套完善的女生体育教学体系, 实现了健身美体、

完善人格和增强社会竞争力的目标。而且渗透于女生体育教学实践各环节的社会性别理论, 使普通公共体育课程的价值得到了提升。

## 1 女生体育课程设计与实施

### 1.1 女生体育课程设计初衷

以身体活动为主要标志的女生体育课程, 对于促进大学女生身心健康, 培养其积极健康的生活方式无疑具有重要作用<sup>[2]</sup>。然而在现实中, 女生参与体育锻炼的热情却又总是差强人意。史燕等<sup>[3]</sup>对南京高校 1 000 名在读女大学生的体育意识及体育行为进行的调查结果表明, 喜欢参加体育锻炼的女生仅为 21.37%, 且有 21.2% 是为体育考试达标而参加体育锻炼。关彦莉<sup>[4]</sup>对女生闲

收稿日期: 2013-02-20

基金项目: 2011 年新世纪广西高等教育教改工程立项项目(2011JGA016)。

作者简介: 陈玮君(1975-), 女, 讲师, 硕士, 研究方向: 学校体育学。

暇体育现状的调查表明,女生不喜欢参加体育锻炼,多是因为她们在进行体育锻炼时面对他人,自己易胆怯、害羞等。相似关注女生体育的研究不一而足<sup>[5-9]</sup>。这表明女生体育在我国高校的开展如果不能说是失败的话,那么至少是不成功的。因为我们稍微观望一下象牙塔外女子健身会所的火热,就会明白学校开展的女生体育的差距如何。将社会性别理论引入女生体育课程所做的实践努力,希望能为女生体育课程注入一股活力。女生体育课程设计之初,基于对理论指导实践重要性的考量,本研究多次组织教师进行社会性别理论的学习,务必使教师意识到女生体育课程应是协助女生正确认识性别角色,消除性别角色刻板印象,树立现代性别平等意识,为女生提供参与体育实践各种帮助,提高女生体育运动能力,引导其充分认识体育对于改变传统观念的积极作用,使女生参与其中,享受体育;同时又多次通过问卷调查、访谈、座谈等形式了解当前女生体育兴趣所在,把握当下女生体育锻炼的动机及关注焦点,实实在在将社会性别理论与教学实践结合,把该理论渗透到女生体育课程各环节。

## 1.2 女生体育课程设计实施策略

### 1)多元理论共建。

多元理论共建,多学科交叉互补是女生体育课程亮点之一。为突出女生阳光体育特征及女生体育文化特色,女生体育课程在实践中,推出了“一主多项、二个阶段、三项功能、四个结合、五步策略”的女生体育教学课程体系。“一主多项”以女生喜爱的运动项目为主,同时兼顾其它相关项目。“二个阶段”将女生在校期间的体育学习分为普修和选修2个阶段。普修对新生开设,是体育学习准备阶段;选修则是在普修基础上,为满足学生身心、兴趣需求而开设,以便更好地达到大学体育教学的目的。“三项功能”即为女生体育教学内容的健身功能、健心功能和美育功能。“四个结合”强调女生体育教学的组织教法以“健康”为目的,结合女生个性身心特点、结合女生专业知识特点、结合女生体育需求与兴趣特点、结合学校人才形象塑造需求特点,予以因材施教,按需施教。“五步策略”:一是以挖掘女生潜质,尊重女生个性发展,引导女生自我完善的女生体育教学为育人理念;二是构建一支教学、科研、知识结构合理和年龄、学历、职称、学位结构优化的女生体育教学团队;三是形成以教学带动科研,以科研促进教学的女生体育教育学科科研链;四是将社会性别理论与其他体育理论进行跨学科融合,丰富女生体育教学方法手段,拓宽女生体育教学内容,以多种多样的形式开展课内外一体教学的实践活动;五是注重课内教学和课外学生社团的互动,

实施女生体育课内外一体化统筹管理模式。其突出表现为理论课集多学科理论于一体,在社会性别理论统摄下融汇“女性学”、“女性气质塑造新方略”、“形体与形象塑造”、“女性休闲——女性主义的视角”、“大学体育文化教程”等,向女生传播女性休闲及现代社交礼仪、性别理论视角下女性心理健康与生理卫生、运动营养与大众健身、体育艺术鉴赏与欣赏、运动损伤的预防与康复、体适能等;实践课则注重个性发展,开设女生较为喜爱的健美操、体育舞蹈等,且兼顾其他体育运动项目,如武术、乒乓球、羽毛球等。

### 2)多元网络共享。

为利于理论课与实践课教学,本研究通过网络搭建起“学生-校园-社会”点、线、面沟通平台,营造网络教学环境。积极与校外网络运营企业联系,构建起一套“个体-群体-整体”三位一体开放式多元网络交流平台。参与女生体育课程网络平台建设的教师还参加了“妇女/社会性别学学科发展网”子网络项目的申报与建设,获得由党校系统、社科研究系统、高校系统及妇联系统组成的跨学科、跨界“四位一体”队伍提供的信息交流、沟通以及师资、课程等学科建设的支持。子网络项目成立了妇女/性别研究与培训基地并获得全国妇联、中国妇女研究会的理论指导与支持,获得了国际劳工组织项目资金支持。

### 3)构建互助式教学平台。

基于对“体育是女性社交、健康娱乐和自我发展的重要平台之一”观念的推广,体育教师和学生参与课程改革的热情被充分调动起来,大家一起参与编排了一系列“趣味性、娱乐性、实用性,易于自我锻炼、评价”的体育活动,开展了各种适合不同能力水平女生的体育项目并形成具有女性特色的体育文化,构建了“教师主导,学生主体”的运动平台,且实现了课堂内外教学一体化。教法上,结合女生体育课程特点,采用引导教学、模拟教学、小团体教学、教学比赛、积极收集教学信息反馈、运用教学视频和多媒体课件、拍摄与分析、表演等方法提高教学质量,使女生在掌握基本运动技能的同时,加强体育参与意识,充分挖掘个性潜质,增强运动实践能力、自我调节能力、自主活动能力、组织协调能力和社会适应能力,形成良好的体育运动习惯。

### 4)构建辅助式外联平台。

女生体育课程在虚拟网络上走出去,搭建起网络平台的同时,其做法和影响也走出了校园、走向了社会。2010年全国妇女社会性别学学会“妇女社会性别学课程建设与发展经验研讨会”上,女生体育课程得到妇女社会性别学会同行的好评。为拓展、整合多方

资源,从性别与社会体育的角度开展了“女生节”等系列活动,并结合本校女生自身特点在2010年实施了“女生阳光体育”推广策略的跨校联谊会,将运动健康身体理念与自信阳光的心理理念融合,同时安排了体育文化讲座和趣味体育比赛。通过与社会联合开展各种活动,女生体育课程让女生得到了更多实践与锻炼。这种与学术界和社会的互动还在不断地推进中。

## 2 女生体育课程实践的启示

### 2.1 多学科交叉合作提高了女生体育课程的学术内涵

当前国内外均在积极推进和鼓励多学科交叉,因为学科交叉与创新的本质有着必然的联系。物理学家普朗克(M. Planck)曾指出:“科学是内在的整体,它被分解为单独的部门不是取决于事物的本质,而是取决于人类认识能力的局限性。实际存在着由物理学到化学、通过生物学和人类学到社会科学的连续的链条,这是一个任何一处都不能被打断的链条。”<sup>[10]</sup>科学走向综合化作为一种趋势,学科交叉研究及交叉学科不断大量涌现便不足为奇。现代体育是以身体活动为基本手段,以增强体质,促进人的全面发展,丰富社会文化生活和促进精神文明为目的的一种有意识、有组织的社会活动,已经是一门集多学科成果为一体的综合性学科。因此,其本身也有着内在和外在的多学科交叉教学和研究的需要。通过不同学科间的思维碰撞、交流与合作,可以打破体育学科视野的局限性,突破定式思维,产生创造性思维。而女生体育课程正是引入社会性别理论,在其统摄下完成的。女生体育课程的设计和和实践,对体育其他学科的课程改革具有一定借鉴价值。

### 2.2 激发体育课程改革的活力,提升体育课程的价值和地位

女生体育课程教学目标从设计伊始,便不仅着眼于教会学生一些运动技能,增强学生体质,而是注重通过女生体育课程的实施,真正促进学生的全面发展。这就在教学上摆脱了传统教学模式的束缚,把握住时代脉搏,将流行元素及学生个性特点融于一体,进行开放式教学,适时增加实践性、趣味性教学内容,使这门课真正成为一门以身体练习和身体活动为基本手段,以增强体质、促进女生全面发展、丰富校园文化生活和促进精神文明建设为目的的课程。该课程创造性地将社会性别理论引入体育教学实践,以理论指导实践,以实践反馈理论继而进一步完善女生体育课程项目建设,形成了“以项目促进学科建设,以理论推

进课程改革,以教学带动活动,以活动引领运动训练”的科研、教学、活动、训练统筹管理新模式。

科研是提高教师队伍素质的重要途径。科研既能促使教师把握学术研究动态,开拓视野,又能丰富其教学内容,提高授课质量。因此,科研和教学实践作为体育课程的两方面,不仅理论课教师需要学习,术科教师同样需要重视。将相关学科理论渗透于体育课程设计之中,把教学实践上升到理论层次,再反过来指导实践引导学生,这样的体育教学往往能够有创新、有新意。女生体育课程实践表明,适宜的理论-实践策略在教学实践的应用,会使体育教学内容更丰富、设计和安排更合理有效,体育教师的理论素质和业务能力均得到提高,体育教学质量也得到了保证。以“教学内容科研化,科研项目教学化”为指导处理体育科研与教学实践的关系,可使体育课程摆脱肤浅而缺乏深度的弊病。

### 参考文献:

- [1] 卡拉·亨德森. 女性休闲: 女性主义视角[M]. 刘耳, 译. 昆明: 云南人民出版社, 2000.
- [2] 欧平. 社会性别视角下的女性休闲体育[J]. 体育学刊, 2009, 16(5), 33-36.
- [3] 史燕, 马云, 罗建萍, 等. 高校女生体育意识及体育行为的调查研究[J]. 北京体育大学学报, 2004, 27(11): 1548-1550.
- [4] 关彦莉. 兰州市高知女性闲暇体育现状调查与分析[J]. 甘肃联合大学学报, 2005, 19(2): 63-66.
- [5] 尹剑春, 柏建清. 情绪调节体育教学模式对初中女生身体自我概念、状态焦虑的影响[J]. 体育学刊, 2009, 16(9): 78-82.
- [6] 马卫平, 李凌霞, 夏漫辉, 等. 当前对学校体育认识的误区[J]. 体育学刊, 2011, 18(1): 75-78.
- [7] 叶芳. 高校女生终身体育意识培养研究[J]. 长江大学学报, 2012, 35(9): 164-165.
- [8] 梁月红, 李大永, 曹永庆, 等. 高校体育-健康课程模式的构建与试验[J]. 体育学刊, 2010, 17(1): 54-58.
- [9] 张玉强, 徐晓飞. 大学生锻炼态度对身体自我描述的影响[J]. 体育学刊, 2010, 17(3): 65-69.
- [10] 吴宜灿. 学科交叉与创新型人才培养的实践与思考[EB]. 中科院院刊, 2009(5). [http://www.bulletin.cas.cn/dqml/yjsjy/200910/t20091010\\_2542361.html](http://www.bulletin.cas.cn/dqml/yjsjy/200910/t20091010_2542361.html), 2010-10-20.