

定向运动体验式教学与应急安全教育融合模式研究

刘阳¹, 柳文杰²

(1.陕西师范大学 体育学院, 陕西 西安 710119; 2.北京工商大学 体育与艺术教学部, 北京 100048)

摘 要: 在生命安全教育视角下分析了我国青少年应急安全教育面临的困境与原因, 探讨了定向运动体验式教学对应急安全教育独特的价值, 建构了与应急安全教育相融合的定向运动体验式教学模式。研究提出: 当前很多应急安全教育受到思想、观念、资源等因素影响, 存在安全教育边缘化、内容单一、难以开展等现象, 缺位与低效是当前青少年应急安全教育的症结。定向运动体验式教学模式将定向运动、体验式教学与青少年应急安全教育相融合, 确定课程教学目标, 设计方位定向、迷宫逃生训练、绘制安全逃生路线、应急安全逃生训练等体验模块, 通过理论知识、识图用图、逃生技能、身体素质对学生进行综合评价, 形成行之有效的定向运动体验式教学模式, 为落实青少年应急安全教育, 提升青少年的生命意识与生存能力寻找新的切入点。

关 键 词: 体育教学; 应急安全教育; 定向运动; 体验式教学

中图分类号: G807.01 **文献标志码:** A **文章编号:** 1006-7116(2019)06-0108-05

Research on a mode of the fusion of orienteering experiential teaching and emergency safety education

LIU Yang¹, LIU Wen-jie²

(1.School of Physical Education, Shaanxi Normal University, Xi'an 710119, China;

2.Beijing Technology and Business University, Beijing 100048, China)

Abstract: From the perspective of life safety education, the authors analyzed dilemmas faced by teenager emergency safety education in China and their causes, probed into orienteering experiential teaching's unique value for emergency safety education, and established a mode of orienteering experiential teaching that fuses with emergency safety education. The authors pointed out the followings: currently a lot of emergency safety education is affected by such factors as thoughts, conceptions and resources etc, having such signs as safety education marginalization, undiversified contents, difficult to develop, etc; missing and low efficiency are the cruxes of current teenager emergency safety education. The mode of orienteering experiential teaching fuses orienteering and experiential teaching with teenager emergency safety education, determines course teaching objectives, designs such experiential modules as orienting, maze escape training, plotting safe escape routes, emergency safe escape training etc, carries out comprehensive evaluation on the students via theory knowledge, map understanding and using and physical quality, forms an effective mode of orienteering experiential teaching, and finds a new way for implementing teenager emergency safety education, and improving teenagers' life awareness and survival ability.

Key words: physical education teaching; emergency safety education; orienteering; experiential teaching

在 2008 年汶川大地震中, 四川安县桑枣中学虽然也遭受重创, 但是地震发生时, 全校 2 000 多名学生从不同位置井然有序地疏散到操场, 整个过程仅用了 1 分 36 秒, 创造了零伤亡的奇迹。这说明平时注重应

急安全教育, 在关键时候能够有效地规避自然灾害所带来的伤亡风险^[1]。如何通过有效的教学手段培养青少年自救、逃生, 让学生通过感兴趣的方式去学会躲避灾难、安全逃生的知识, 提升生存能力就成为我国学

收稿日期: 2019-03-23

基金项目: 教育部人文社会科学规划基金项目(16YJCZH063); 陕西省社会科学基金项目(2016Q001)。

作者简介: 刘阳(1979-), 男, 副教授, 博士, 硕士研究生导师, 研究方向: 户外运动理论与方法。E-mail: 281370538@qq.com 通讯作者: 柳文杰

校教育迫切需要解决的问题^[2]。

定向运动是体力与智力相结合的智慧型科技体育项目,是一项充满趣味和挑战的户外运动。本研究将定向运动体验式教学与应急安全教育相融合,通过教会青少年识图、用图、指北针使用、逃生路线选择等技能,体验不同难度的应急逃生情境,建构针对青少年应急安全教育的定向运动体验式教学模式,落实应急安全教育理念,创新应急安全教育的实施载体,最终达到保护生命安全、规避危险的目的。

1 我国青少年应急安全教育面临的困境与原因

对西安理工大学附中、附小,西安市83中学,西安交通大学附中、附小,西安建筑科技大学附中、附小等学校867名学生进行问卷调查,共发放问卷867份,回收问卷834份,回收率为96.2%。调查结果显示,57%的同学都很关注应急逃生知识,76%的学生对此类危机的严重性都很重视,认为很有必要接受应急安全教育,但只有14%的同学系统学习过有关应急安全教育,多数学校并未系统开展过应急安全教育。事实证明,我国青少年应急安全教育很大程度上存在着缺失与低效。究其原因主要是由于我国教育办学思想偏差导致应急安全教育边缘化。我国中小学教育长期以来主要以升学率和考试分数为核心,在“考试成绩论英雄”的教育体制下,安全教育、逃生知识基本上被列在升学考试知识范围之外,教育者多将安全教育仅仅停留在思想和意识层面,被完全边缘化。在教育形式上青少年应急安全教育往往面临着学生人数多、场地条件差、教育内容过于简单化等问题,教学形式多以参观、讲座的方式开展,很多学校只有教学楼,没有像样的运动场,有的学校一栋教学楼容纳了很多学生,全体学生同时进行演练难度很大,学生多数是观众没有途径去学习生存技能,缺乏身临其境的体验,也就无法感受到危机来临时的紧迫感,又何谈安全逃生。目前我国中小学课程之中没有一门课程可以提供专门的、系统的应急安全教育知识与技能,没有关于青少年应急安全教育细化的评价系统,安全教育很难有效开展。如果真的灾难降临,那么学生如何安全逃生真是一道难题。因此,如何因地制宜地开展应急安全教育,充分利用已有资源,进行长效的教育就需要与相关课程有机融合,通过课程体验达到惠及每名学生的教育目的。

2 体验式教学引入应急安全教育的意义

体验式教学是指让学生通过亲身经历去感知、理

解教学内容,充分参与到教学与实践中的一种教学模式。鉴于传统的应急安全教育无法满足青少年对应急逃生知识学习的需求,在改变应急安全教育内容的同时,要高度重视教学模式的改革,而体验式教学具有的优势可以更好地满足应急安全教育改革的需要^[3]。

2.1 更好地了解应急安全的前沿知识

体验式教学优势就是可以让青少年通过对现实情境的真实体验,增强对前沿知识的认知和理解。在教学中,设置前沿的理论与实践学习目标,根据应急安全知识体系安排教学内容,通过各种实践学习让青少年在体验教学中准确把握理论知识。比如通过模拟遇险情境以及逃生路径等方法,将应急安全知识的传授与实践相融合,组织青少年开展不同情境融合项目。这样,青少年在体验式教学过程中可以深刻理解应急安全以及逃生的特点,保证青少年在学习过程中始终能够与先进方法和动态保持一致,从而不断掌握最新最全的应急安全知识。

2.2 更好地促进应急生存能力的提升

在体验式教学中,通过设计和布置不同主题和层面的体验任务,明确任务要求和进度要求,探索多元化的教学形式,同时明确评价评分标准。通过体验教学方式使每个学生在课堂教学中成为学习的主体,模拟体验不同应急逃生情境,有效提升学习兴趣,从而提高课堂教学的实效性,提升学生的应急生存能力,其效果显然是纯理论知识传授所达不到的。因此,改革传统的应急安全教育模式,构建符合应急安全情境的体验式教学模式,是满足应急安全教育时代需求的最佳路径,是提升学生应急生存能力的重要途径。

2.3 更好地发挥学生在课堂中的能动性

传统应急安全教学中多是观摩等形式,学生只能坐着被动地听课。体验式教学模式是重视学生参与以及实践体验的新型教学模式,注重认知主体主观能动性的发挥和自主学习能力的培养,老师只作为引导者和点评者,使学生在体验的过程中去了解 and 感知应急安全的理论知识、学习逃生技巧、探索解决问题的思路。这样不仅可以调动学生的能动性,还可以让他们更加深刻地理解相关知识。培养学生真实的逃生能力、丰富的生存技巧、健康的体魄和心理,使学生形成身体适应能力、应急逃生应对知识、思考、判断并进行执行的能力。

3 定向运动体验式教学与应急安全教育融合的适用性分析

随着《中小学幼儿园应急疏散演练指南》的颁布,学校应急安全教育力求科学化、有序化和常态化。定向运动体验式教学与此目标相契合,通过体验式教学,

模拟逃生情景,注重青少年的亲身感受,通过鼓励青少年自我思考、自我探索、团队合作,感受不同的体验刺激,教会青少年如何有效地进行安全逃生,从而更好地提升自身生存能力。

3.1 拓展应急安全教育空间,丰富教育内容

学校体育空间是实现生命化教育、促进生命健康的重要场所。定向运动的教学和比赛既可以在室内又可以在户外,既可以单人也可以多人,教学过程不需要专业场馆设施,校园内的小操场、校园角落、小花园等都可以作为定向运动教学的场地,定向运动体验式教学与应急安全教育融合,是将传统的应急安全教育搬到大自然中去,创新了教育形式,最大限度地拓展了应急安全教育的内容和空间。在教学中,根据应急安全可能出现的各种情景,充分地利用校园现有的地形条件资源,与应急安全逃生路线设计相结合,模拟逃生情景,教会青少年使用指北针判别方向,利用地图寻找逃生路线,躲避危险,最终到达安全区域。学校开展定向运动体验式教学符合应急安全教育需求,缓解了应急安全教育资源的不足,丰富了学生的应急安全教育体验,在拓展应急安全教育空间的同时,丰富了教育内容。

3.2 提升青少年识图用图的生存能力

当洪水、风暴、雪灾等突发灾难来袭时,人们的第一反应就是逃生。逃生,就是在跟时间赛跑,怎么跑最快,怎样跑生存的几率会更大,这就需要学会认识和使用逃生地图,掌握识图用图技能,这样就能以更好、更快、更便捷的方式逃到安全地点。定向运动项目要求参与者利用指北针作为判别方向的工具,通过使用地图去寻找地图上所标记的各个检查点为目标,以正确完成整条线路的用时判断胜负。定向运动体验式教学的应急安全教育主要价值在于教会青少年识图用图,了解地图信息,能够根据地图信息规避风险,选择安全路线,根据自己设计的逃生路线实现有序撤离、避免盲从、避免伤害。在授课中,可以就危险状况进行模拟,让青少年能够在应急条件下选择逃生路线,获得生存的机会。快速的逃生能力是青少年应该具备的核心生存能力,通过定向运动体验式课程鼓励青少年自主绘制当地防灾地图,促进其转化为脑中地图。在实践中通过实地体验积累,通过定向运动体验式教学重点在于体验,通过实际操作让青少年融入到逃生的情境之中,快速的判别方向、标定地图、识别地图、规避风险、选择安全路线,不仅提高了青少年的定向运动水平,也为应急逃生提供了保障,提升了青少年的应急逃生能力^[4]。

3.3 改善青少年的综合身体素质

印尼海啸的电视转播画面仍历历在目,人们为了

逃生在四处奔跑,跑得快的人洪水就离他越来越远,但很多人因逃生不及时而被洪水吞没^[5]。定向运动不同于一般的体育项目,对改善青少年的综合素质具有很大的教育价值。参与者不是在平坦的跑道上进行越野跑,也不需要按照固定的路线去进行,它要求参与者根据判断去选择最快、最安全的路线,场地多为草地、山林等,需要不断克服斜坡、障碍物等地表阻力,在跑动过程中跳跃、攀爬、通过的动作更接近户外生存的状态,能更好地应付突发灾难时的逃生。由于定向运动项目在户外进行,每次教学都规定了一定的距离、设计了一定的路线,一方面要求学生根据地图信息寻找合理的路线,与单纯的绕着跑道跑步相比,更具趣味性和挑战性,在跑的过程中,要不断地选择和判断前进路线,对耐力素质要求比较高;另一方面户外大自然新奇的环境分散了青少年对跑步这一艰苦项目的注意力。对于青少年往往喜欢新奇的事物,定向运动正好满足了他们的好奇心,它特有的趣味性和体验性使学生乐于进行长时间的耐力锻炼,提升了青少年协调、速度、耐力等综合身体素质。

3.4 锻炼青少年独立处理问题及心理抗压能力

定向运动是一项智慧型的体育运动,广义的理解,日常生活中每天都在定向,从家到学校哪条路最短?哪条路最快?哪条路最便捷?是步行、乘坐公交地铁还是开车?狭义定向运动是指利用地图和指北针辨别方向、选择道路和越野行进的能力,它要求参与者合理规划路线,准确判别方向。地图在你手里,怎么跑,只有你自己说了算。在每一个目标点、每一条小路、每一片林地,为了获胜,你将竭尽全力开动大脑,规划最优路线,设计最好的比赛节奏。在遇到困难或者迷失道路时,要有冷静的思考能力和坚定的信念。体验式教学模式更好地将心理健康教育知识融入到定向运动中,学生在跑动过程中学会思考,在找点的过程中持有一丝不苟的精神和认真仔细的态度,从而培养了学生独立解决问题和分析问题的能力,防止和避免优柔寡断、孤僻怯懦的性格,使学生在运动过程中充满信心,体会到成功的乐趣^[6]。定向运动中快速识图、迅速逃生训练都是我们面临突发灾难逃生时可能遇到的情境,要求青少年用最短的时间规划逃生路线、做出果断决策,这种能力是在平时日积月累的体验中才能具备的,而不是一两次讲座和参观所能实现的^[7]。

4 应急安全教育视角下定向运动体验式教学设计

4.1 定向运动体验式教学目标

教学目标的设定是教学活动组织和实施的出发点

和归宿。根据我国应急安全教育的实践需求,明确目标,教学设计才能有的放矢^[2]。定向运动体验式教学的设计从运动参与、运动技能、身体健康、心理健康以

及社会适应5个领域进行目标设定,充分利用定向运动的独特价值,实现青少年真正掌握应急安全生存能力的身体与心理目标(见表1)。

表1 定向运动体验式课程教学目标

目标领域	目标内容
运动参与	培养和激发学生在时间压力下,独自选择和判断正确逃生路线,在最短的时间内到达安全场所。体验定向运动乐趣,通过活动改善心理状态、调节情绪
运动技能	掌握有关定向运动、体验方向判别、路线选择、快速奔跑、快速反应的乐趣。从实践中获得生存能力的技能学习,提高面对与挑战危机的自我生存能力
身体健康	通过定向练习发展身体素质特别是耐力跑能力,使运动能力、心肺功能有所提高,使学生应对危机的能力和身体机能得以增强
心理健康	通过定向运动培养学生克服困难、抗压力的能力,磨练意志、在困难面前从容应对和积极乐观的生活态度;培养学生正确的学习和生活态度,懂得尊重生命、感悟生命存在的价值
社会适应	培养自我决策与执行能力、团队协作能力以及应对危机、突发事件的处理能力

4.2 定向运动体验式教学内容与方法

将定向运动课程与应急安全教育、体验式教学相融合,针对安全教育中可能应对的问题进行定向体验化设计,每个教学都以一个特定的主题进行教学内容的设计,充分体现了课程设置的针对性、灵活性、多样性。课程内容包括基本逃生知识、方向感训练、迷宫定向逃生、校园定向逃生、教室定向逃生、应急安全地图绘制等模块。各模块设定模拟情境,教学中根据学校的教学条件选择相应的模块进行组织教学^[8]。

1) 方位定向、迷宫定向逃生训练。

定向逃生训练是指在较小的区域如篮球场、田径场、小花园等,通过隔离带设置障碍(学生不能穿过)。学生从起点(图中三角)出发进入迷宫,依次找到1~20点(见图1),回到终点(双圆圈)的位置,通过比赛时间和完成是否正确判定成绩。

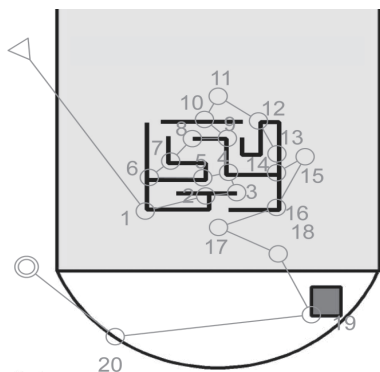


图1 迷宫定向训练地图

在定向逃生体验中,首先要迅速调整地图的方向,寻找每个单圆圈的点位,确定点位后探寻到达点位路线,点位的路线受到迷宫的缺口、拐角等因素影响^[9],学生必须沉着、冷静、从容地选择路线、寻找入口、

确定出口,可以很好地培养学生在出现紧急安全状况时,根据现场情境寻找逃生路线的能力^[10]。

2) 定向逃生路线识图、绘图训练。

在应急安全教育中,让青少年了解地图符号并能够正确绘制应急安全地图,通过地图绘制把逃生地图内化成脑中地图、心中地图,锻炼青少年对逃生路线的规划,提升灾害应对能力。在日本等国家由于灾害多发,对防灾地图重视程度较高,人群密集地区、旅游地都有相对应的防灾地图设置。值得一提的是,2012年日本将“防灾”做为儿童环境地图比赛的指定主题,这也使得我们思考改变忌讳谈灾害的传统文化观念。定向地图是通过不同的地物符号(地面固有的物体如房屋、假山等)、不同的地貌符号(如山背、山凹等)来表示地面的事物,并用不同的颜色表示植被,如黄色表示空旷地、黑色表示房屋、灰色表示可以通行的建筑物、蓝色表示水系、绿色表示茂密的植被等等。通过教授学生认识地图并自己绘制地图,让学生能够深入了解地形、地貌,当灾害、风险来临时能够应对自如^[11]。

3) 教室、校园安全逃生训练。

根据不同场地和情境的应急安全需求以及定向运动特点,充分利用学校现有教学资源,既强调知识技能与身体发展,又重视心理与社会适应。图2从起点教室出发依次找到10个点位最终到达楼道的终点;图3从起点出发依次找到13个点位最终到达田径场中心的终点。路线选择能力是定向运动体验式教学课程的精髓,点与点之间可能是楼房、河流,参与者要根据地图信息合理地进行路线规划。如何选择一条最安全的路线是一种艺术。使学生掌握一定的方法技巧,注意地图的比例尺、方向、符号等要素,根据逃生路线实现有序撤离、避免因慌张而造成伤害^[12]。

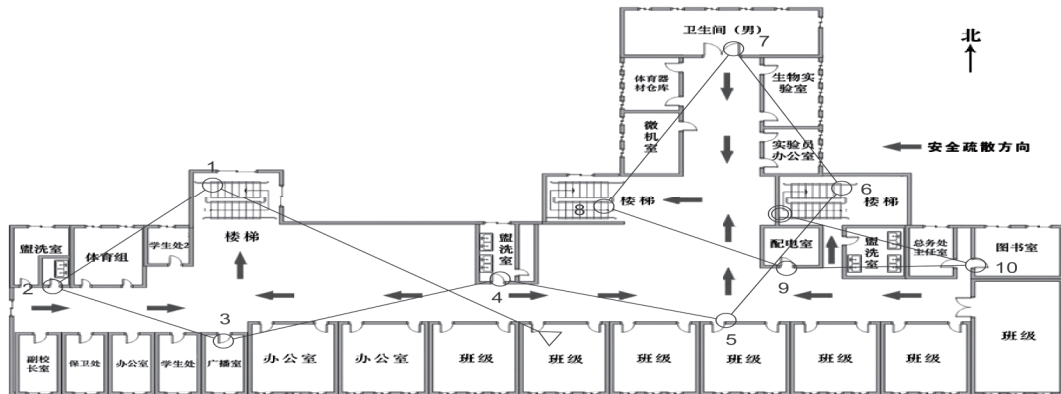


图 2 室内安全逃生定向练习

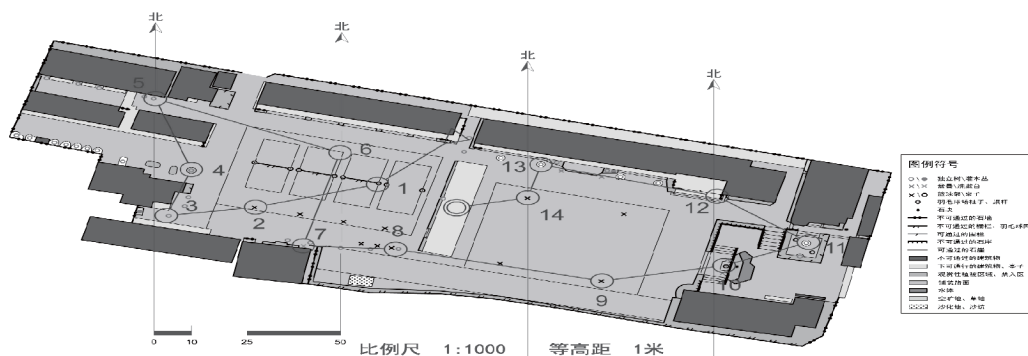


图 3 校园安全逃生定向练习

4.3 定向运动体验式教学评价

教学评价标准的制定是学生进行体验式学习评价的关键所在,从专项技能(占 40%, 迷宫逃生定向、绘制逃生地图、教室逃生定向、校园逃生定向各占 10%)、综合素质(占 40%, 100 m 跑、1000 m 跑、立定跳远、掷实心球各占 10%)和理论知识(占 20%, 定向运动知识、生命安全知识各占 10%)3 个领域对学生进行综合评价,并将各领域进行细化评价,真正做到多元评价,使学生在锻炼身体的同时掌握定向技能,提高安全意识,掌握应急逃生技能。

定向运动是一项与青少年生存紧密结合的新兴运动项目,与应急安全教育相融合,通过设计定向运动体验式教学模式的课程目标、内容、方法和评价,符合应急安全教育的宗旨,拓展了应急安全教育的空间,提升了青少年识图用图的生存能力,改善了青少年的综合身体素质,锻炼了青少年独立处理危机及心理抗压能力,是创新应急安全教育实施载体的积极尝试。

参考文献:

[1] 郑颂平. 青少年学生生存教育模式研究——从体育角度的思考[J]. 成都体育学院学报, 2010, 36(6): 88-92.

[2] 唐宏贵, 李双成, 黄靖, 等. 俄罗斯“生命安全教育”对我国学校体育的启示[J]. 体育学刊, 2004, 11(6): 70-74.

[3] 夏凤军. “体验式教学”在新闻教育中的意义及运用[J]. 传媒教育, 2018(11): 83-86.

[4] 王玉洪, 赵平, 李迎涛. “三生”教育视野下高校定向拓展课程教学模式的建构[J]. 体育学刊, 2014, 21(3): 105-107.

[5] 何晓知, 章罗庚. 从海啸中的生存奇迹看定向运动的生存教育价值[J]. 广州体育学院学报, 2008, 28(3): 39-44.

[6] 刘阳, 何劲鹏. 定向运动专项认知技能的心理诠释与思考[J]. 辽宁体育科技, 2016, 38(5): 64-67.

[7] 刘阳, 何劲鹏. 不同任务情境下定向运动员视觉记忆特征及加工策略[J]. 体育学刊, 2017, 24(1): 64-70.

[8] 陈小蓉. 定向运动与野外生存训练[M]. 广州: 中山大学出版社, 2003.

[9] 刘阳. 户外定向[M]. 北京: 中国原子能出版社, 2018.

[10] 何晓知. 定向运动对创新素质教育培养的研究与思考[J]. 首都体育学院学报, 2004, 16(4): 96-98.

[11] 刘阳, 何劲鹏, 刘天宇. 定向运动练习者专项认知能力训练的实验研究[J]. 体育学刊, 2018, 25(2): 57-62.

[12] 刘阳, 杨宁. 定向运动练习对 ADHD 儿童认知能力影响的实验研究[J]. 中国特殊教育, 2018(11): 39-44.