

“生命”视域下的高职体育教学改革

童锦¹, 纵艳芳²

(1.安徽电子信息职业技术学院 体育部, 安徽 蚌埠 233000; 2.安徽财经大学 体育部, 安徽 蚌埠 233000)

摘 要: 从生命中的自然生命、精神生命、社会生命 3 个维度探究体育与生命的关系, 并审视高职体育教学现状, 进而提出了生命视域下高职体育教学的构思: 在自然生命层面, 实施“岗位主导”教学模式, 着重发展学生的职业岗位体能, 增设生命安全教育内容; 在精神生命层面, 结合“职业规划”教育, 运用简单易行的拓展训练增强学生的职业心理素质, 深化挫折教育, 完善学生的精神生命结构; 在社会生命层面, 教师言传身教, 强化学生的服务意识, 彰显学生的社会生命价值。

关 键 词: 学校体育; 高职院校; 体育教学; 生命视域

中图分类号: G807.4 文献标识码: A 文章编号: 1006-7116(2010)01-0050-04

Reform of physical education teaching in institutes of higher vocational education from the perspective of “life”

TONG Jin¹, ZONG Yan-fang²

(1.Department of Physical Education, Anhui Vocational and Technical College of Electronic Information, Bengbu 233000, China; 2.Department of Physical Education, Anhui University of Finance and Economics, Bengbu 233000, China)

Abstract: The authors probed into the relation between sport and life in such three dimensions as natural life, spiritual life and social life in life, and contemplated the current situation of physical education teaching in institutes of higher vocational education, then put forward the following conceptions for physical education teaching in institutes of higher vocational education from the perspective of life: in terms natural life, implement the “post guided” teaching mode, focus on developing student’s vocational post capacities, add the content of life safety education, and ensure student’s natural life quality; in terms of spiritual life, apply simple and feasible expanded training to develop student’s vocational mental makings coupled with “vocational planning” education, deepen frustration education, perfect student’s spiritual life structure; in terms of social life, teachers should teach students both verbally and physically, sharpen student’s service awareness, and highlight student’s social life value.

Key words: school physical education; higher vocational institute; physical education teaching; life view

自 20 世纪 90 年代以来, 从生命角度思考教育成为了我国教育理论界的热门话题。叶澜^[1]于 1997 年发出了“让课堂焕发出生命活力”的召唤, 强调生命是教育的基础, 教育是为了提升人的生命质量而进行的活动。这标志着人们开始从生命的视角思考教育理论和实践的问题, 而学校体育本身就是面对生命、提升生命的事业, 因此, 如何使生命焕发生机, 使生命茁壮成长, 是现代学校体育必须承担的责任。近年来, 高职体育, 伴随着教学改革的大潮, 取得了长足的发

展, 但也存在着不少问题, 如教学目标片面, 忽视学生全面发展; 教学内容没有体现职业特点, 导致学校体育与学生职后体育脱节, 学非所用; 过分重视学生的体质健康, 轻视学生的心理健康; 在倡导学生主体性的同时, 造成“放羊式”教学的局面等等。以上的种种问题, 导致了高职体育与学生生活世界的割裂, 而体育课也因此丧失了应有的生命活力和意义。为此, 本研究在“生命”的视域下, 剖析体育与生命的关系, 重新审视高职体育教学现状, 进而探讨“生命”视域

下的高职体育教学实践，以期高职体育教学改革提供参考依据。

1 体育学科的生命意义

1.1 生命的内涵

人的生命是一个双重存在，既具有本原的自然生命，又具有超自然的价值生命^[2]。人的生命包含自然生命、精神生命和社会生命等3种形式。自然生命反映了人的一种生存、活着的状态，其身心发展更接近生物规律；精神生命体现了“活着”的意义，生命乐趣、挑战、激情、超越的体验无不表达人的精神生命所在；社会生命是人的自然生命与精神生命共同作用的结果，表达了存在于社会关系之中人的价值，是精神生命在社会领域和层面的延伸^[3]。由此可见，自然生命源于生物学基础；精神生命源于心理学基础；社会生命源于社会学基础。因此，人的生命价值是积淀于自然生命之上，形成于精神生命之下，体现于社会生命之中。

1.2 生命与体育

马克思曾说过：“只有当物按照人的方式同人发生关系时，人才能在实践上，按照人的方式同物发生关系。”而“体育”正是人类实践活动的产物，“人”可以通过这种实践活动促成自身生命的发展。无论人类是在刚开始直立行走的原始社会，还是在科技迅猛发展的现代社会，体育一直如影随形伴随着人类的进化与发展。所以说，体育在促进人对生命自身的超越，提升生命的精神境界，实现生命的价值，寻求和创造生命的意义等方面起着非常重要的作用。

1.3 生命的发展与体育学科

因为，人的生命存在包含自然生命、精神生命和社会生命3个维度，所以，人的3个维度的生命是一个互为前提、互为因果、循环往复的生命流程，实现着人与自我、人与自然、人与社会的交换和协调。因此，生命3个维度间的互为表达也体现了“完整”意义上“人”的存在，而生命视域下的教育活动也必须兼顾生命的3个维度，彰显生命完整性。

“身体活动”是体育的本质，体育强身健体功能毋庸置疑，因此，体育可以满足人的自然生命发展的需求。同时，自然生命是人的生命“可持续发展”的前提，没有健康的自然生命，精神生命和社会生命的发展必将存在缺憾，正如毛泽东同志所说：“无体是无德智也。”智育、德育作为教育活动的两大核心内容，其实质指向人的精神生命和社会生命。体育在发挥其“育体”功能的同时，也在发挥着“育心”的功能，即促进人的精神生命健康发展，如培养意志品质、道

德情操等。此外，在参与体育实践的过程中，还要学会适应规则、学会与人协作、交流等，因此，体育在发展人的社会生命方面，同样具有不可忽视的作用。所以说，相比其它学科来说，体育学科的生命特征更鲜明，也更完整。体育教学在兼顾精神生命的同时，也兼顾了自然生命与社会生命。

2 从“生命”审视高职体育教学现状

与普通教育不同的是，所有的专业教育面向的都是“职业”，都是为将来的职业岗位做准备^[4]。高职教育，属于专业教育，目标是为社会培养技能型、技术型人才。此外，高职教育还具有：教育对象的基础文化层次较低、学制较短(3年)、教育内容偏重实践操作、就业走向多为工作第一线的特征。故而，高职院校学生在校期间及职后的生活轨迹，与普通高校学生不太相同。因此，从生命的视角来审视高职教育的体育教学工作，必须结合高职学生当前与未来的生活轨迹，探究体育教学是否有利于促进学生的生命价值与意义更完美展现。

2.1 自然生命层面轻视发展岗位体能和安全教育

1) 忽视发展职业岗位体能的环节。

职业岗位体能是指个人所从事的职业工作中，能够抵抗日常生活和工作压力，增强抵御疾病的免疫力，提高工作效率，以精力充沛的良好体能状态去胜任各种工作的能力^[5]。从高职教学的学制分配来看，通常学生接受课堂教育的时限为2个学年，所以，学生接受体育课堂教育的时限为4个学期。在这短短的时间里，竞技体育项目或者是教材化的竞技体育项目，几乎充斥整个体育课堂的教学内容。然而，能够增强职业岗位体能的术科教学内容，以及能够为从业后所用的体育保健学、营养学、卫生学等内容，却极少出现在高职院校的体育课堂中。

2) 欠缺职业安全意识与知识的教育。

职业安全是指以防止职工在职业活动过程中发生各种伤亡事故为目的的工作领域及在法律、技术、设备、组织制度和教育等方面所采取的相应措施^[6]。与其它学科相比，体育教学过程中“高风险性”，则凸显了在体育课堂中进行职业安全教育的优势。可是，在现实的高职体育课堂中，关于职业安全的教育是欠缺的。如，在练习前进行的“准备活动”，几乎没有教师向学生宣传其目的是为了调整身心状态，预防运动损伤。在练习中，教师只是一味地提醒学生注意练习安全，而对于如何紧急处理运动伤害事故极少提及，导致了学生发生运动伤害后不知所措。对此，毛振明^[7]指出：我们现在的学生对自己身体保护和救护的知识已经贫瘠到

了极其严重的地步，我们的社会也是如此。

2.2 精神生命层面忽视职业心理和挫折教育

1) 职业心理教育的遗漏。

职业心理与其他心理现象一样极其复杂，由多种心理成分组成，不仅内含个体的兴趣、气质、个性、情感、世界观、价值观等方面，还包括个体对职业的认知活动、能力和技能、需要和动机以及职业品德等心理素质^[8]。职业性、技术性是高职教育的显著特征，“体育”作为高职院校基础教育中必不可少的部分，理应完成“为专业服务”的基础教育任务，故而，职业心理教育内容也应融入高职体育课堂中。纵观近年来高职院校使用的体育教材，几乎所有教材都没有“职业心理”的相关内容，只有“心理健康”的内容。虽然现有的心理健康内容能够促进学生的精神生命健康发展，但是缺乏职业针对性。

2) 挫折教育的肤浅。

入学分数低、职后地位低是高职学生区别于普通高校学生的显著特点。在许多人的眼中，高职学生被定义为学习不好的“差生”或找不到“好工作”的学生，人们的偏见很大程度上会使高职学生体验到强烈的受挫感。高职学生这种心理状态在入学初期表现得尤为强烈，如不加以修正，极易形成自暴自弃、自卑的心理。而体育教学中频繁出现的竞争，正是实施挫折教育的最佳时机。可是，众多高职体育教师在教学过程中，忽视或轻视挫折教育，使学生的精神生命无法体验到挫折给个体带来的动力。现实中，当学生因完成动作失败或比赛失利时，教师的教学应对可以归纳为两种方式：一些教师会给学生鼓励，一些教师则会训斥学生。事实上，采用这两种方法的教师，不同程度地轻视了“失败”或“失利”所蕴含延伸意义——挫折是生命历程中必不可少的部分，挫折的历练能够增强人的心理承受力；在我们的生命历程中遭遇挫折并不可怕，可怕的是没有面对挫折的勇气和战胜挫折的信心。所以说，当前高职体育教学中，对挫折教育的理解还停留在表面，至于如何使学生的精神生命体会到挫折的“价值”，如何帮助学生调适心态，如何提高学生抗挫折能力等方面都是较为肤浅的。

2.3 社会生命层面忽视培养学生的服务意识

服务意识是指能自觉地、发自内心地、时刻准备为客户和社会提供主动、热情、耐心、周到、礼貌、细致服务的一系列思想和行为方式^[9]。高职院校中有诸多专业的就业岗位本质就是服务性行业，如酒店管理专业、旅游管理专业、护理专业等。因此，培养学生形成良好的服务意识，直接关系到他们在就业后能否出色地融入工作环境以及确立和谐的客户关系，直至

能否胜任本职工作。在体育课堂中，课前场地器材的准备布置、课中练习时的保护帮助、课后场地的清理与器材的归还等，都需要每位学生具有服务意识。可是目前，如果没有教师的指定甚至“强迫”，几乎没有学生会主动参与以上工作。这种现象，一方面反映出学生的服务意识差，另一方面也反映出目前的高职体育教学忽视了对学生服务意识的培养，不利于促进高职学生职后积极主动地服务他人和社会。

3 “生命”视域下的高职体育教学

无论哪一种学习，其本质都是生命的呼唤。体育教学实践也说明，学生一旦认为这种学习有意义，从中感触到其与自身生命发展的某种联系，就会以极大的热情投入到学习中去，学习的质量和效率就会得到极大的提高^[10]。

3.1 实施“岗位主导”教学模式，注重发展学生职业岗位体能，增设生命安全教育内容

瞄准岗位设置课程是“岗位主导”教学模式^[11-12]的实质所在，其内涵是高职院校应该根据不同专业的职业特征，设置不同的课程内容。“体育”作为高职院校各专业的必修课程，同样应该将“职业内容”引入到体育课程中。既然高职教育具有显著的工种特征，并且培养的学生就业多以体力劳动为主。所以，高职体育教学应充分发挥健体的功能，强调课程内容贴近学生当前及未来的工作与生活实际，选择能够增强学生职业岗位体能的课程内容，例如，针对站姿岗位的专业，应着重安排发展腿部力量及耐力的教学内容，并适时加入局部肌肉放松的保健学内容等，以促进体育教学能够为学生的自然生命服务，这也顺应了“终身体育”的理念。

体育除了本身具有的健身功能外，还能有效地提高人体的各种自救能力，避免机械外力的伤害和人身伤害，它能使人掌握自救、互救的知识和本领，具有灵敏的反应能力和应变能力，克服意外事故的良好体力，并给人以处变不惊的良好心理状态^[13]。因此，面对未来走向工作岗位第一线的高职学生，体育课程中理应安排生命安全教育的内容，强化和提高学生的防范意识和应急处理能力，保障学生的生命健康、安全、和谐的成长。在具体的教学实践中，教师首先可以根据学生心理特点，与其进行情感交流，使其明白自己的生命与家庭幸福密切相关。其次，可利用“准备活动”的意义，引导学生形成操作机械设备前进行安全检查的意识；可利用体育竞赛规则，引导学生形成遵守安全生产规章制度的意识；结合体育保健学中关于紧急救护的内容，创设模拟情景，培养学生正确应对

伤害事故的能力。

3.2 结合“职业规划”教育,通过拓展训练进行生命教育

为了促进高职学生端正择业态度,提高就业质量,各高职院校相继组织实施了“职业规划”教育。体育教师应抓住这一契机,广泛了解学生的职业期望,针对不同岗位对从业者的交往能力、表达能力、协作精神、心理素质等,设计不同的拓展训练计划,通过学生自身生命的体验,引导学生认识自我,澄清自我价值趋向,树立正确的职业理想,设计符合自己的职业规划,提高就业心理素质。例如,针对营销专业的学生,为了增强他们与人沟通、交流的自信心,可利用单杠自制“电网”,进行“穿越电网”的拓展训练;针对建筑设备安装专业的学生,为了增强他们信任团队、团结协作的精神,可利用跳箱进行“信任背摔”的拓展训练。总之,良好的职业心理素质在一定程度上可以弥补自身能力、学识方面的某些不足。因此,体育教学应当充分发挥其体验性特质,依据职业心理要求,利用现有场地器材资源,设计易于教学开展的拓展训练项目,强化学生的职业心理,树立学生的职业意识,形成良好的职业精神,进而完善学生精神生命的结构。

针对体育运动的健身性、竞争性、娱乐性等显著特征,高职体育教学应积极实施挫折教育。在组织教学时,用榜样激励学生的进取心,用强度练习磨练学生的意志,用竞争性游戏和比赛培养学生的竞争意识和团队精神,教会学生勤于自我反省,积极与他人交流与沟通,培养学生既有拼搏进取、力争成功的信心,也有承受挫折、面对失败的心理准备和能力,全面塑造学生良好的心理素质,提升学生精神生命的质量。

3.3 强化学生的服务意识,彰显学生的社会生命价值

体育作为高职院校各类专业的基础课程,是一门有广泛应用性的学科,本身就承担着为专业服务、全面培养人才的任务。因此,高职体育教学应围绕着人才培养目标强化服务意识。首先,教师不能以传授者自居,应本着服务学生的原则,主动营造民主和谐的教学氛围;其次,教师要善于利用教学组织中的场地器材的布置与借用、归还等“小事”,展现自身与他人交流的礼节礼貌,通过自身的仪容仪态、礼貌用语、沟通礼节等,去感染学生。此外,课程内容中还可安排诸如跳背接力、抬轿接力、角色扮演等体育游戏,将游戏中扮“山羊”、搭轿子、角色互换引申为为他人服务,将游戏规则引申为行业要求与规范,教师在组织游戏的过程中适时地点拨出这些引申意蕴,在寓教

于乐中端正高职学生对自身生命的社会价值的认知态度,提升服务意识,促进高职学生在职后平凡的工作岗位上展现自己的社会生命价值。

生命是人的根本,关注生命是人发展的必然要求,对生命的认识是个永无止境的话题,生命的发展需要具有鲜明的时代特征,社会的演进与变革会赋予生命新的含义。学校体育作为培养人的活动,传播的是一种身体运动文化,是以生命存在为前提的,其最终目的应该指向生命的发展与完善。高职体育是学生接受学校体育教育的最后阶段,最终目的是发展、完善学生的生命,从而彰显他们的生命价值和生命意义。

参考文献:

- [1] 叶澜. 让课堂焕发出生命活力——论中小学教学改革的深化[J]. 教育研究, 1997, 20(9): 8.
- [2] 冯建军. 简论学校教育中的生命关怀[J]. 教育评论, 2003(2): 30-32.
- [3] 冯建军. 生命与教育[M]. 北京: 教育科学出版社, 2004: 207-240.
- [4] 裴云. 高职教育的“职业性”误区——兼论高职教育的本质特征[J]. 河南司法警官职业学院学报, 2003(3): 126-128.
- [5] 杨文轩. 当代大学体育[M]. 北京: 人民体育出版社, 2005: 11.
- [6] 张荣. 职业安全教育[M]. 北京: 化学工业出版社, 2009: 5.
- [7] 毛振明. 中国体育课程与教学改革[M]. 北京: 北京体育大学出版社, 2006: 91.
- [8] 李铮. 高等师范心理学教程[M]. 合肥: 中国科学技术大学出版社, 1998: 347-348.
- [9] 陈卫. 强化学生服务意识 提高高职教育质量[J]. 企业科技与发展, 2008(14): 188-190.
- [10] 骆映. 论体育教学中的“生命体验”及其意义[J]. 体育与科学, 2007, 28(4): 76-78.
- [11] 姜生成. 高职体育“岗位主导”教学模式探析[J]. 体育学刊, 2008, 15(7): 71-73.
- [12] 姜大源. 职业教育教学思想的功能说[J]. 中国职业技术教育, 2006(25): 1-4.
- [13] 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): 69-71.

[编辑: 谭广鑫]