

高校公共体育教师的“导学”理念

郑志彬, 袁雷, 俞大伟

(吉林大学 体育学院, 吉林 长春 130012)

摘 要: 高校公共体育教师是体育教育的执笔者, 对体育教学起到引领的重要作用。体育教师应从教育的本质出发, 引导学生体育兴趣、辅导体能训练、倡导快乐体育, 全面推进多元教育目标的实现。体育教师应从学生的角度思考, 由“重教”向“重学”转变、由“注入”向“启发”转变, 由“主演”向“导演”转变, 充分突显大学生的主体作用; 体育教师应以科学锻炼为准则, 传导锻炼方式方法、培养锻炼习惯, 授人以渔。高校公共体育教学, 既要关注大学生主体作用的发挥, 也要推动教师“导学”理念的实现, 实现师生间的教学相长与互动共进。

关键词: 学校体育; 公共体育; 体育教师; 体育教学; 导学; 高校

中图分类号: G807.4 **文献标志码:** A **文章编号:** 1006-7116(2017)05-0102-04

University public physical education teachers' "learning guidance" philosophy

ZHENG Zhi-bin, YUAN Lei, YU Da-wei

(School of Physical Education, Jilin University, Changchun 130012, China)

Abstract: University public physical education teachers are physical education executors, playing an important role in guiding physical education teaching. From the macro perspective, physical education teachers should comprehensively promote the realization of multiple education objectives by starting with education essence, basing the precondition on guiding sports interest and the foundation on tutoring stamina training. From the medium perspective, physical education teachers should think from the student perspective, change their idea from “focusing on teaching” to “focusing on learning”, change their thinking from “knowledge injection” to “interest inspiration”, change their role from “actor” to “director”, fully highlight university students' principal roles. From the micro perspective, physical education teachers should teach exercising ways, instruct exercising methods and coach exercising habits by basing the criterion on scientific training, so as to effectively complete such a teaching mission as “teaching students how to learn”. In future public physical education teaching, attention should be paid not only to the exertion of students' principal roles, but also to the execution of the teachers' “learning guidance” philosophy, so as to realize the mutual interaction and improvement between teachers and students in the process of teaching and learning.

Key words: school physical education; public physical education; physical education teacher; physical education teaching; learning guidance; university

公共体育教学是高等教育的重要内容,也是大学生参与体育活动的首要平台,更是大学生掌握锻炼方式方法、养成锻炼习惯的主要途径。随着高校公共体育教学改革的推进,学生的主体地位受到了高度重视。但当广大教育工作者愈加关注学生的主体角色时,教师“导学”作用的缺失反而日渐突显,把“俱乐部”教学

模式等同于“快乐体育”,将“放羊式”教学与“自主学习”相混淆,教学中的其他负面现象层出不穷。体育教师是教学的组织者与执行者,已不再局限于充当教材的讲授者与知识传播者,而是综合素养兼具的“导学”者,直接影响着体育教育功能的发挥^[1]。理念是实践的先导,思想是行动的指南。只有对教师“导学”理念的

收稿日期: 2017-05-16

基金项目: 教育部教育科学青年项目(ELA140382)。

作者简介: 郑志彬(1981-),男,副教授,研究方向: 高校公共体育教学。E-mail: 66232278@qq.com 通讯作者: 袁雷教授

目标加以准确定位,及时对阻碍体育教学发展的观念进行根本性转变,方能推动公共体育教学的顺利开展。“百年大计、教育为本”,高校公共体育教师的“导学”理念要与时俱进,才能教育出拥有强健体魄、创新精神、顽强斗志的高素质人才,才能为社会主义事业培养合格的接班人。2016年9月,教育部部长陈宝生^[1]在广西大学调研时提出:“高等教育要增强五大办学理念。”首当其冲的是“教学决定生存”,强调了高等教育教学理念的重要性。因此,有必要对高校公共体育教师的“导学”理念进行探讨。

1 从教育本质出发实现多元教育目标

公共体育教学是高校教学体系的重要组成部分,在培养人、塑造人的过程中,有着其他学科无法替代的教育作用。在教学改革中,教师要从教育的本质出发,全面理解和把握党的教育方针,否则将导致高校公共体育教学理念的偏差。

1.1 培养体育兴趣,推进素质教育

1999年,国务院印发《关于深化教育改革、全面推进素质教育的决定》,为培养新世纪人才作出了具体部署:“实施素质教育应当贯穿于各级各类教育,必须把德、智、体、美等有机地统一起来,相互渗透、协调发展,促进学生的全面发展和健康成长。”^[2]

兴趣也被现代教学理论视为教育的动因,没有兴趣的体育运动,将使高校公共体育教学宛如“食之无味、弃之可惜”的鸡肋,素质教育的推进与落实则成为一纸空谈。“施教之功,贵在引导”^[3],体育教师的教学魅力就在于引导水平的完美展现。教师要从大学生已有的体育基础中探寻新的增长点,通过各种有效的方法与手段,不断打破既定的认知结构,培养大学生的体育兴趣,创设自主锻炼与健康体验的空间,积极调动主动参与性和主观能动性,形成以体育兴趣为核心、育人为目标的素质教育新模式。

1.2 辅导体能训练,促进健康教育

拥有强健的体魄是中华民族旺盛生命力的体现,也是大学生为祖国和人民服务的基本前提。基于时代的发展所需,教育部于2000年12月颁发了《体育与健康教学大纲》,把现有的《体育》更新为《体育与健康》^[4],提出了新的要求,教师需将体育与健康有机地结合到一起,有意识地把健康教育融入到教学实践之中。近年来,“健康第一”的指导思想已得到确立,健康教育的目标如何在体育教学中实现,成为体育教师“导学”的重点。体能是身体素质的核心,体能训练能更好地提高身体姿态控制能力、身体适应能力、身体运动能力和恢复再生能力。通过体能训练能矫正不

良的身体姿态,提高运动能力的综合表现,改善心肺功能的水平,增强神经肌肉的支配能力,为提高大学生健康提供支撑和保障。很多专家提出“无体能不体育”“无体能不运动”“无体能不健康”的观点,体能训练已经成为体育教育和健康教育不可或缺的内容。体育教师要把体能训练的内容纳入教学体系,有序安排到体育实践之中,做到每一课均有体能训练,每一学生都会关注身体健康。

1.3 倡导快乐体育,达成终身教育

终身教育最初由法国人保尔·朗格朗提出,“教育应是个人一生中连续不断地学习的过程。”^[6]依据心理学理论,缺少快乐的被动参与体育运动,无法有效维持终身教育的持续性。快乐体育是达成终身教育的前提和保障,也是终身教育发展的必然。教师不仅要着眼于现在,更应该放眼于未来。既要通过各种有效手段来影响大学生的体育态度和行为,着重培养大学生的健身思维和参与意识,也要用感兴趣的项目和方法让大学生体验到运动的快乐,使快乐体育成为大学生人生观、价值观的一部分,并逐步内化为一种品格,为大学生接受终身教育奠定良好的基础。

2 从学生的角度思考大学生的主体作用

理念是上升到理性高度的观念,是人们思维活动的结果。高校公共体育教学改革,不仅是对教学方式方法的创新,更是对教师教学观念与思维的转变。高校公共体育教师要做到由“重教”向“重学”转变,由“注入”向“启发”转变,由“主演”向“导演”转变,充分突显大学生的主体价值与核心地位。

2.1 由“重教”向“重学”转变

在传统的体育教学观念中,体育教师领着学生走,学生围着体育教师转。这种以教促学的模式,过于强调以教师为中心,忽视了对大学生体育兴趣的培养,忽略了大学生所应发挥的主体作用,会严重限制大学生的主观参与意识,不利于素质教育的有效推进,也无法实现体育教学目标。体育课堂是师生的双边活动,教师的教与学生的学共同决定着教学质量。在体育教学的整体把握上,应正确处理教与学的辩证统一,从根本上转变体育教学观念,将“传技”提升为“育人”。体育教师一定要为学而教,由“重教”向“重学”转变,让学生熟练掌握一种以上锻炼技能。

2.2 由“注入”向“启发”转变

我国高校公共体育课一般采用“三段式”教学,即“注入式”教学,以运动技能的传授为主线,从备课到教案的实施都是以教师为主,学生只能根据预先设计的方案被动地接受。整个教学过程学生不但无法

体会到运动带来的快乐,甚至会产生逆反心理和厌倦情绪。因此,体育教师要在教学观念上有所转变,从传统的以体育知识和运动技能的灌输为中心,转向以培养学生独立思考和创造能力为主导的启发式教学。从体育教学的生物、社会、教育、心理等多维视角出发,关注不同性别及各种专业的差异,把握好大学生的主体性与主动性原则,从深层次激发体育兴趣及学习动机,使体育教学实现由“注入”向“启发”转变。启发教学是一种以诱导启发为主,讲解示范为辅的综合性教学理念^[7]。在教学过程中,教师是引导而不是拉拽,是激发而不是推压,是开导而不是代替。体育教学要回归主体、发展主体,就要彻底改变课堂上的常规模式,侧重从师生间、生生间的关系和互动入手,深入挖掘大学生的主体潜能,多渠道、多角度、多形式去推动大学生的主动探究。

2.3 由“主演”向“导演”转变

体育教师已不再是简单意义的“教书匠”。体育教师已由知识的传授者转变为锻炼的促进者,由课程的设计者转变为资源的共享者,由教材的实践者转变为教学的研究者,由唯一的主演者转变为全面的导演者。教师要准确把握其“导学”角色。教师是教学过程中最为关键的能动因素之一,是体育教学活动的设计者和执行者,主导着公共体育教学的全过程,必须意识到体育教学角色的重要性。学生是体育教学中的主角,具有主体作用。体育教学是教师与学生的双向互动,教师的教需要以学生的学为条件,学生的学要以教师的教为先导。要优化体育教学理念,就必须在“导”字上下功夫。在突出学生这个教学中唯一“主角”的前提下,教师必须由唱独角戏的“主演”,向具有指导演出作用的“导演”转变,针对不同学生制定不同的练习计划,因材施教、灵活多变。

3 以科学锻炼为准则,授人以渔

高校公共体育教师要由“教练型”向“导师型”转变,从传授者向“导学”者转变,促进大学生形成主动积极的体育学习态度,帮助大学生建立起科学健康的锻炼体系。

3.1 传导锻炼方式方法

运动技能可为体育教学穿针引线,是体育实现各种功能及各项任务的载体,是重要且很有价值的内容。在当前的公共体育教学中,重视运动技能传授的现象仍较为普遍,大学生虽学了不少技术,却没有激发对体育参与的兴趣,也不会运用所学的运动技能进行自我锻炼。究其原因,主要是大学生在体验运动、感知动作时,未对锻炼方式的掌握这一任务加以传导。大学

生要根据年龄、性别、个性等差异,掌握适合自己的锻炼方式。因此,教师要突破技能教育,将教学的重点由传授向传导转变,在教学过程中既传授运动技能,还要传导科学、适宜的锻炼方式方法。

锻炼方式对大学生的发展十分重要,可对体育教育起到广泛的迁移价值和促进作用。掌握一种或多种锻炼方式,有助于大学生定期进行体育活动,培养体育行为的自觉开展,能在步入社会后随着外部环境的变化,适当调整锻炼方式,以保证锻炼习惯的连续性,实现素质教育的延展。在公共体育教学中,教师要以满足大学生的兴趣为先导,在传授运动技能时传导锻炼方式,通过体育教学实现大学生的体育生活化,以达成大学生身体健康的促进。

锻炼方法是通过参与体育运动达到锻炼目的而采取的手段,它与教学方法有所不同。教学方法直接为体育教学服务,锻炼方法直接为身体健康服务。在全国普通高等院校体育教材《理论教程》中提出:“要引导教育大学生主动、积极地锻炼身体,掌握现代体育科学的基本知识、建立正确的体育意识的观念,获得独立从事体育的基本能力,为自身的全面发展打下基础。”^[8]健康教育要求全面、协调及可持续性发展,只重视传授方法、忽视自主健身的锻炼方法必须得到改变。大学生作为社会主义事业的建设者和接班人,应具备较高的自主锻炼能力。教师在辅导锻炼方法时,要交叉运用所掌握的健康常识、营养饮食、保健知识等,还要将物理学、力学、美学等理论融入其中,让大学生充分理解运动的原理,掌握锻炼的技巧,避免运动中不必要的损伤。

随着现代社会的竞争日益加强,大学生的学业压力、人际交往压力、就业压力等越来越大,他们活泼好动的个性需得到良好释放,才会促进身心健康的和谐发展。当下,建立科学、文明、健康的学习氛围,已经是大学生活中的一种必然需求,能够为大学生步入社会后自觉从事体育锻炼,保持健康的体魄打下坚实的基础。不同的锻炼方法,对人体机能具有不同的影响,不同的大学生,要掌握适宜自己的锻炼方法。新的课程标准规定:“体育教育需要由单一锻炼法运用,向多样锻炼法的综合运用转变。”^[9]锻炼方法的形式多样,会避免因锻炼单一性而带来负面影响,可促进大学生以饱满的精神状态投入到学习及生活中。因此,教师要考量教学内外的综合联系,兼备个性与差异的协调统一,通过有针对性的组合与优化,来满足大学生体育锻炼的不同需求。无论何种锻炼方法都兼具优势与不足,不存在通用的锻炼方法,只有综合多种锻炼法并灵活使用,方可实现素质教育中体育教育

的需要。教师要注重教学方法的创新,指导大学生系统并有层次地掌握多种锻炼方法,可通过有趣味的组织形式使锻炼方法更具娱乐性,也可以在教学过程中降低难度和强度,促进大学生顺利掌握这些项目的基本要领,使他们在练习时不觉得是一种负担,而是一种乐趣的体验与享受,让大学生在轻松愉快的氛围中掌握锻炼方法。

3.2 培养锻炼习惯

2007年5月7日,中共中央、国务院发布了《关于加强青少年体育增强青少年体质的意见》,明确要求:“学校要广泛开展阳光体育运动,吸引广大青少年学生走向操场,走近大自然,走在阳光下,积极主动参与体育锻炼,培养体育锻炼的兴趣和习惯,有效提高学生体质健康水平。”^[10]全国亿万学生阳光体育活动的开展,突出了今后学校体育工作的重点,明确了学校体育改革的要求和措施,指引了高校公共体育教师“导学”理念的行使方向。当下,终身体育已成为体育教育的主导潮流,不同学校都在进行着特色的体育教学改革,更加关注于大学生身、心、群的全面健康,力争使大学生养成终身锻炼的习惯。

锻炼习惯的形成既有内部因素的作用,也需要外部条件的影响,大学生兴趣和快乐等内部因素能否激活,主要在于教师引导等外部条件的推动。可见,锻炼习惯的养成也不是一蹴而就的,是大学生在日常生活中逐步积累的,既要有自身“持之以恒”的坚持,也离不开教师“导之以行”的教育。当下,仍有很多大学生是以被动的方式参加体育运动,并未意识到锻炼习惯的养成会关系到未来的身体健康。意识决定着大学生的体育行为,如果意识不到终身体育的重要性,也就无法获得终身教育的红利。当大学生树立了定期锻炼的习惯意识,就会积极支配相应的体育行为,并根据自己的体育兴趣和专项特长,自主选择体育锻炼的内容和形式,从自发的意识走向自觉的行动。因此,教师要组织大学生积极参加课外体育运动,教导大学生养成定期开展体育锻炼的习惯,将课内外体育教学

有机地融为一体,既可有效提高青少年的体质健康水平,也可推动教师“导学”理念的实现。

从体育教师的“导学”理念来探索高校公共体育教学的发展,旨在改变单纯关注学生主体的片面性,还应侧重教师引领作用的重要性。体育教师应具备较强的“导学”意识,将“导学”理念渗透到体育教学的每一个细节之中,充分突出学生的主体性地位,促进大学生全面发展与个性品格的结合,真正实现学知识、健身体、受教育的目标,并将体育教学的收获延展到生活之中,让体育锻炼成为大学生不可或缺的生活方式,自觉并有计划地进行课外体育锻炼。

参考文献:

- [1] 俞大伟. 互惠分组教学模式中体育教师的“导学”角色研究[J]. 教学与管理, 2016(8): 93-95.
- [2] 陈宝生. 高等教育要增强五大办学理念[N]. 中国政协报, 2016-10-09.
- [3] 中共中央. 国务院关于深化教育改革全面推进素质教育的决定[J]. 人民教育, 1999(7): 4-7, 12-13.
- [4] 吴丹. 施教之功 贵在引导[J]. 中国教育学术论坛, 2006(5): 484-485.
- [5] 张细谦, 杨文轩. 体育与健康课程实施的发展策略[J]. 体育学刊, 2012, 19(1): 74-77.
- [6] 冯爱绒, 邓玉云. 浅析高校体育教学改革[J]. 青春岁月, 2010(9): 70-71.
- [7] 徐乐. 关于“启发式”体育教学模式的探讨[J]. 教育与职业, 2006(11): 98-99.
- [8] 董必凯. 基于首要教学原理的高校公共体育教学模式的构建[J]. 当代体育科技, 2015(1): 92-93.
- [9] 李启迪, 邵伟德. 论体育教学的有效性与正当性[J]. 北京体育大学学报, 2011, 34(3): 90-93.
- [10] 陈至立. 贯彻落实《中共中央国务院关于加强青少年体育增强青少年体质的意见》精神努力开创青少年体育工作新局面[J]. 体育教学, 2007(7): 6-7.