

中学体育实施素质教育的调研

舒盛芳, 沈建华

(上海体育学院 体育理论教研室, 上海 200438)

摘 要: 中学体育怎样体现“以学生发展为本”, 怎样体现以培养中学生的创新意识和实践能力为重点, 树立“健康第一”的教育观, 这是当前中学体育在实施素质教育过程中所面临的最根本的问题。对上海市中学生进行调查结果表明: 中学生普遍喜欢体育运动, 但对体育课的满意程度较低; 部分中学生认为在体育课上“玩”得不高兴, 难以享受到运动的乐趣; 部分中学生没有养成经常锻炼的习惯, 不知道怎样锻炼身体, 参加身体锻炼的主动性不够; 体育课对中学生创新意识的培养不够。

关键词: 中学体育教学; 素质教育; 教学改革

中图分类号: G807.3; G633.96 **文献标识码:** A **文章编号:** 1006-7116(2003)02-0097-03

The analysis of the quality education implemented in middle school PE

SHU Sheng-fang, SHEN Jian-hua

(Division of Physical Education Theory, Shanghai Institute of PE, Shanghai 200438, China)

Abstract: The author used many methods and managed to make a systematic research of Shanghai's middle students. The followings are showed in the result of the research. Most of the middle students like sports, but a few of them are satisfied with PE classes. Part of the students don't have a good time and can't enjoy sports in their PE classes. They haven't grasped the correct way of taking exercise and the habit of taking exercise haven't been developed well. They seldom take exercise on their own initiative. Students' creative idea isn't fostered well.

Key words: middle schools' PE teaching; quality education; teaching reform

中学体育怎样体现“以学生发展为本”, 怎样体现以培养学生创新意识和实践能力为重点, 树立“健康第一”的教育观, 这是当前中学体育教学在实施素质教育过程中所面临的最根本的问题。中学生在体育课上能不能享受到运动的乐趣, 它从一个侧面反映素质教育能否体现“以学生发展为本”。中学生创新意识和锻炼方法掌握的情况、锻炼习惯的养成情况, 反映了当前中学体育教学能否以培养学生的创新意识和实践能力为重点, 和树立“健康第一”的教育观。本文以上海市中学生为研究对象, 于2001年11月7日~12月4日向上海市闸北区和杨浦区的9所中学发放问卷1144份, 回收1144份, 回收率100%, 有效问卷1128份, 有效率为98.6%, 然后用SPSS10.0统计软件进行处理, 旨在为素质教育的全面深入找到更可靠的实践依据。

1 中学生对体育的兴趣

对“您喜欢体育运动吗?”, 答“喜欢”者为54.7%, “一般”为40.7%, “不喜欢”为4.6%。而“对体育课是否满意?”, 有34.1%的中学生认为“满意”, 50.8%认为“一般”, 15.1%认为

“不满意”。可见, 大部分中学生喜欢体育运动, 但只有少部分中学生对体育课满意, 这说明体育课还没有完全满足中学生心理的需要。我们对中学生上课时的心理感受也进行了调查, 有38.8%认为上课时的心情处于“高兴”状态, 54.4%认为“一般”, 6.7%认为“不高兴”。此外, 还对体育课不满意的原因进一步做了调查。“上课玩得不高兴, 很难享受到运动的乐趣”是中学生对体育课不满意的首要原因。

长期以来, 我国的教育价值取向主要局限在工具价值, 而表现出对人的发展不够重视。诚然, 教育的社会工具价值是客观存在的, 忽视甚至取消它是不现实的, 也是不可能的, 教育理所当然地要考虑到社会政治和经济发展的需要, 离开社会现实, 教育也就失去了其生长点。但长期只考虑教育的社会工具价值, 必然会导致教育价值的严重失衡, 也就必然有背离当今“以学生发展为本”的教育理念。目前中学生面临着来自学习、升学、家庭、人际关系等的压力, 相应地会存在很多心理问题。体育活动是缓解心理压力最有效的手段。疾病形成于压力的长期积蓄, 而借助运动则可将所蓄积的心理压力(精神能量)通过身体活动予以释放。赫选明等人在

研究后认为,“从身体感觉出汗情况,自感强度及心理感受等分析,通过活动不仅可保持健康与体力,且多数学生可获得心理放松与满足感(70%以上)。”^[1]每周两节体育课同样是把学生从繁重的学习中解放出来,获得放松,减轻心理压力的绝好机会。很多中学生本希望在教室里呆了几个小时以后到体育课上去轻松“一把”,没想到体育课单调的教学方法,枯燥、缺乏自由的组织形式,乏味的教学内容,使学生难以享受到运动的乐趣,最终导致学生对体育课的失望。

让学生在体育课上得到运动享受,它不仅仅是增进心理健康、减轻目前中学生强大精神负荷的需要,也是学生乐学的前提和基础,是进一步培养终生锻炼习惯的前提和基础。只要学生享受到运动的乐趣,学生就快乐,学生就满意。另外,学生在体育课里能不能得到运动的享受,对体育课不满意,除了教师将“以学生发展为本”的教育理念在教学中具体得以体现以外,还与技术传承采用什么样的形式——“顺序”是有很大的关系的。“在过去的一些教学中,由于把运动技术传授放到了至高无上的地位,忽视了学生身心发展的特点和差异,采取‘一刀切’的教学要求,加之教学方法呆板,致使一些学生对体育教学产生一定的厌学情绪”^[2]。在以往的教学中大多遵守一个“从简到繁”的原则,实践表明有的效果好,但有的效果并不好。运动技术教学到底从哪里开始呢?张实践等人^[3]研究认为,“如体操的技巧,从侧手翻开始到前滚翻,然后再按后滚翻——头手翻……顺序进行教学,从易到难,层次清楚,学生既能顺利地掌握一系列的动作,有领会体操技巧的学习过程,教学效果很好。但在篮球教学中,如果也从徒手滑步——持球——传球……比赛的方式进行教学却效果不佳。”造成两种不同效果,其原因在哪里呢?他们认为这是由于运动项目的特点不同和由此产生的不同的教学规律所决定的。“当教师把徒手滑步和徒手投篮来‘开始’篮球教学时,学生虽然在理性上知道这是在学篮球,但手中无球、眼中无篮、无对手、无同伴、无规则、无比赛、无胜负,实际上他们在感性上并没有在学习篮球,而且过细的教学步骤又一再地延缓着他们真正意义上的篮球学习,加之单元偏小,学时偏少,经常是还没打篮球比赛,学习就结束了。如此教学,学生只学会了一些单个动作,没有运用也没有实践,学习缺乏实效性,学生也体验不到篮球的乐趣,学习兴趣不高,教学效果自然好不了”^[3]。这不仅暴露了教师在把握教学规律上存在问题,而且从根本上表明了过去在教学中以教材为中心,忽视学生需要和情感体验的做法。这正是在素质教育中教师是坚持以学生为本,还是坚持以教材为本所要解决的一个重要问题。

2 中学生锻炼的习惯

对中学生课外是否锻炼身体进行了调查,结果有32.8%的中学生经常锻炼,61.5%的中学生偶尔锻炼,5.7%的中学生从不锻炼。

课外经常锻炼的原因主要集中在“能增强体质”和“有锻炼习惯和喜欢的项目,爱好体育活动”以及“丰富文化生活,增加社会交往”3项上,可见增进健康仍然是参加锻炼的第

一需要。中学生有自己喜欢的项目和习惯是经常锻炼不可忽视的重要原因之一。爱玩是少年儿童的天性,因此,“丰富文化生活,增加社会交往”也成为锻炼的动机。但同时,我们也应该看到中学生经常锻炼还有不可忽视的其它原因,如为了“对文化学习有好处”和“为了提高体育课成绩”;32.1%的人经常锻炼是因为“被人邀请,有伙伴”。这在一定程度上说明他们的锻炼缺乏一定的主动性。因此,培养健身意识和锻炼习惯就显得非常重要。

不锻炼的原因主要集中在“没有锻炼的习惯”、“没有场地没有伙伴”和“没有时间怕耽误学习”3项上。而“没有锻炼的习惯”排在第一位,这不能不引起我们深思。

在课外经常锻炼的中学生中,只有19.7%的人“懂得锻炼方法,知道怎样锻炼”。而46.2%的人的锻炼方法来自于“自己摸索”。41.5%的人不锻炼的原因是因为“没有方法,不知道怎样锻炼”。这表明部分中学生还没有掌握锻炼方法,这从另一方面反映出目前中学体育课的不足。

在“健康第一”思想指导下,体育教学的最终和主要目的就是为健康服务。除了教学内容要围绕“健康第一”进行改革外,在教学中应让学生懂得怎样锻炼身体,以确保自己健康,这是非常重要的。“学生应该学会如何学习。所有的教育者都懂得,在学生结束了课堂学习这种学习形式之后,他的学习活动仍在继续进行。有效的教育应该使学生能够妥善地处理校外的问题。懂得如何学习就是当今世界上的一种具有决定意义的宝贵财富”^[4]。就体育而言,体育技能的掌握不等于知道怎样锻炼,不等于健康方法的全部掌握,而知道怎样锻炼则对健康十分重要。

在调查中,经常碰到一些中学教师在问同一个问题,就是体育教学要不要技术,其回答必然是肯定的。然而,怎样理解“淡化技术”呢?“淡化技术”提出的背景是在我国体育教学普遍地受“传习式”体育影响,将技术传习过细,将身体条件很一般、体育基础很差的大中小学生当成了具备很好的身体条件和具有很高的运动基础的运动员来对待,不但在教学方向上失去偏差,在教学目的上也失去水准。从“健康第一”的教育观看,体育教学不是为了技术而教学,体育教学需要技术,但传给学生的应该是比运动员更粗糙的技术,不宜过分强调技术传习的细节。针对技术传习过细,提出“淡化技术”这无疑是正确的,但“不要技术”无疑也是不现实的。另外,从终身体育的角度看,一个人要想通过锻炼来维护终身健康,也需要借用一定的技术,只是技术有简有繁而已。

3 对中学生创新意识的培养

针对体育课对中学生心理方面的影响做了调查,认为通过体育课“学会了思考,培养了创新意识”只有16.0%,排在倒数第2。此外,仍有13.9%的学生认为通过体育课学习在心理发展方面没有收获。这说明体育课在培养中学生创新意识方面离有欠完善之处。

传统教学的一个致命的弱点就是在教学中只重视学生知识的传授,而不重视学生创新能力的培养,把传授知识、技能当作了教学的最终目的。尽管在教学中强调教师和学生

的双向活动,但事实上只片面强调教师在教学过程的作用。教师被看作是教学过程中的主宰,而作为学生就只能消极被动地接受教师所灌输的知识,成为被动地储存知识的容器和教师工作的附庸。在教学中教师包办代替,把教学内容咬烂、嚼细,然后“喂”给学生,这种教学由于把学生变成了教师、技术的附属品,反而养成了学生的依赖性和惰性,剥夺了学生的自主精神和创造性。学生“不再对新鲜事物感到惊奇,不再对日升日落的绚丽景象感到惊喜,不再有创造性和想象力。这种教育把知识的学习与人的精神建构分离开来,把社会角色的指定与人的全面发展分割开来,从而‘销毁了儿童的有机生长’”^[5]。

怎样培养学生的创新精神呢?这是体育教学在实施素质教育中所面临的一个根本问题。第1,应注重培养学生健全的人格。解思忠^[6]认为:“‘中国人自古不讲人格’,并不是不讲道德品质,而指的是人们普遍地不承认‘个人’,即不承认人的独立存在状态,并进而抹杀‘个人’,即抹杀个人的主体身份、主体地位和主体资格。”今天在素质教育下强调独立人格的培养非常重要,因为“一管到底”、“一刀切”这种过于强制的教学组织形式和不尊重学生人格,变相体罚,缺乏民主、平等的师生关系的情况依然存在,如果不注重人格的独立,人云亦云,就不可能培养出新时期所需要的具有创新意识和创新精神的人。第2,创新来自于学生的自主学习。学生是学习的主人,教师不能包办代替。而人格独立与学生的自主学习又是相辅相成的。只有学生主动积极的参与,其活动才有可能蕴涵着探索精神的存在。第3,留一定的时间给学生思考与探索。有的教师意识到提问题能引起学生思考,能启发学生,但提问之后又马上“自拉自唱”,把本应由学生做的事教师把它做了。而技术学习与知识的学习又有区别,有时说得出口,但不一定能感觉得到,其探索时间需要更长。另外,教学内容安排太多,“节奏”太快,也是制约学生创新意识培养的重要因素。我们常看到有的课安排好几个教学内容,教学只是匆匆而过,蜻蜓点水,学生还来不及进一步体验动作又进入了下一个内容。有时学生连动作的“影子”都还没有,哪谈得上有更多的探索和思考。第4,教师在留一定的时间给学生思考时不要怕浪费时间。调查发现,有的教师仍然有一种过去承传下来的不正常的心态,认为让学生赶紧掌握动作是正事,让学生自己去探索觉得效率低,很浪费时间,或者怕别人认为这样做是教学不得法的表现。第5,鼓励、提倡学生创新。在观摩上海中小学公开课时,几乎每一节公开课在课的结构上都有一个“创新练习”,虽然有的

教师对公开课的“创新练习”存有异议,但它毕竟代表了目前上海中小学体育教学在实施素质教育方面形成的一种发展趋势,它从一定程度上营造了一种有利于培养创新精神的教學环境。不愧为一种富有意义的创新和探索。第6,培养学生的创新意识。创造性人才首先要具有创新意识,但我国的传统观念和教育模式不利于创新人才的培养。为了培养创造性人才,必须要使学生具有推崇创新、追求创新、以创新为荣的意识,具有强烈的创新欲望。实践证明,如果一个人总是认为自己没有创造力,认为创造与自己无关,认为现在的理论已经完美无缺,就体育而言,教师怎样教就怎样学,被动模仿而缺乏主动参与,就不可能再有创新。一个人要想在科学研究和其它工作中具有开创能力,首先要相信自己具有创造力。为此,教师要结合教学培养学生敢闯,敢冒险,敢于怀疑和批判的科学精神,教育学生不迷信书本,不盲从权威,甚至有点“离经背道”的精神。这种精神对我们民族的发展和进步无疑是至关重要的。而体育教学则不应只局限于传承技术、锻炼体格,理所当然要承担起培养健全人格和创新意识这一重要的教育使命。

立足于“学生发展”和“健康第一”这个根本,突出“创新意识和实践能力”培养这个重点,这是当前中学体育教学的最大追求,也是与传统体育教学的本质区别所在。它是新世纪中学体育教学实施素质教育的努力方向。

参考文献:

- [1] 赫连明. 小学、中学、大学学生心理压力负荷与体育活动现状调研[A]. 第六届全国体育科学大会论文摘要汇编(一)[C], 2000.
- [2] 真名, 夏峰. 必须正确认识和对待运动技术教学[J]. 学校体育, 1995(4): 62.
- [3] 张实践. 运动技术教学从哪里开始[J]. 中国学校体育, 1998(6): 27.
- [4] 罗伯特·梅逊[美]. 西方当代教育理论[M]. 陆有铨译. 北京: 文化教育出版社, 1984.
- [5] 金生宏. 理解与教育——走向哲学解释的教育哲学导论[M]. 北京: 教育科学出版社, 1997.
- [6] 解思忠. 国民素质忧思录[M]. 北京: 作家出版社, 1997.

[编辑:周威]