

归因理论在体育教学中的作用

冯海

(四川师范学院 体育系,四川南充 637002)

摘 要:在教学中运用归因理论,从学生自我掌握技能的成败因素以及该理论对教师要求两方面,论述了这两者相互独立、相互交织的关系,同时强调师生均要善于自我归因,以便更好地提高教学质量及自身素质。

关键词:归因理论;公共体育课;体育教学

中图分类号:G807.01 **文献标识码:**A **文章编号:**1006-7116(2001)02-0049-02

Function of attribution theory in PE

FENG Hai

(Department of Physical Education, Sichuan Normal College, Nanchong, 637002, China)

Abstract: The paper probed the relations between the factors of success and failure during the students grasping skill by their self and their demand for teachers. It is emphasized that both teachers and students must be good at doing attribution to raise teaching quality and self quality further.

Key words: attribution theory; PE Course; PE teaching

自70年代初开始,教学模式的研究日益受到心理学工作者的重视。他们对研究一切事物的成功与失败、建立的目标与成绩结果之间的关系进行了深入的探讨,并采用了社会心理学的归因理论来解决这一问题,得到了显著的效果。因此,心理工作者对归因理论的研究从此也就活跃起来了,范围也愈来愈扩大,深入到各领域。

归因理论的大部分内容能运用于体育运之中。因此,不少体育工作者都有意识地或无意识地加以使用,取得了一定的成果。但用归因理论专门来对公共体育课的研究,目前在国内尚不多见。

1 归因理论定义及其分类

所谓归因理论(又称归属学说),它是人们解释他人或自己行为因果关系的信息理论。例如:“他这节课为什么收效不大”,“我这节课为什么收效不大”。显然归因理论观察的是个体的得与失的关系。所以在教学中只有认真分析行为的动因,才能不断总结经验,逐渐提高教学效果。

美国心理学家温纳(B. Weiner)把归因分为两类。第一类是情景归因:指个人行为的根本原因来自外部环境(社会条件);第二类是个人倾向归因。第一类是行为的根本原因,来自内部本身的特点(兴趣、态度)。因此,在教学中我们可以这样归因:当学生技术动作掌握不好时,如果是教师要求过高、过严,则属于情景归因(属来自社会条件);如果是学生

自己学习积极性不高,态度不好,则属于个人倾向的归因(属来自内部条件)。

2 掌握技能成功与失败的归因因素

在此我们把学生掌握技能好称为成功,反之称失败。

这里值得提出的是温纳等人在70年代中期的研究中,首先把成功与失败的归因归结于个人能力、自己所做的努力程度、工作任务的难度以及“运气”4个因素,并从控制性和稳定性两个范畴来划分,列出了这样一个关系表(见表1)。

表1 影响技能掌握的因素

稳定性	内部的	外部的
稳定的	能力	任务难度
不稳定的	努力	“运气”

例如:一个人的能力属于一个内部的稳定的因素。国内有人从运动竞赛的角度出发,对此进行了初步的研究。但是运用于公体教学,我认为还存在不足之处。因为影响公体课教学质量高低是多方面的,只有充分地把各种影响因素都考虑进去,分析问题才能更为完善(见表2)。

从表2可以得知:影响学生技能成败的因素很多。但是,学生学完每一项练习之后,对自己的成绩归因分析,存在着两种倾向:一是把成绩差的原因归于内部(个体)造成,如能力差,努力不够,表示以后要多接受教师的指教;二是把成

收稿日期:2000-04-20

作者简介:冯海(1957-),男,四川岳池人,副教授,研究方向:体育心理学。

绩差的原因归因于外部(社会)造成,如“教材难”、“教师教不好”等等,不愿以后自己努力。这说明了学生对自己的学习认识态度是有差别的。但理论与实践都证明了:有意识的自我努力是众多因素中最主要的因素,是受意识的稳定性控制的,学生在学习过程中,只有努力了,才能达到增强体质目的,

同时提高他们的运动水平。所以它是占第一位的,它可以排除一切不良的影响,其他因素只是为个体创造条件的,为个体服务的。只有这样,才能使学生长期保持良好的学习态度,不断地努力学习。

表2 影响学生技能形成的因素

注意	稳定性	内 部 的	外 部 的
有意的	稳定的 不稳定的	自我稳定的作用:技术水平 自我不稳定的作用:努力,学习态度	其他稳定作用:场地设备,教师,教材教法 其他不稳定的作用:教学态度
无意的	稳定的 不稳定的	自我能力,伤痛,智力 疲劳,情绪状态	其他能力:任务的艰巨性 “运气”,同伴的技术水平

另外,是否仅仅使学生认识到自己努力不够,或仅仅强调学生要不断努力,就能取得学习的成功呢?

我认为应这样回答:要使学生取得成功,就应该不断地使他们感觉到他们自己的努力是有效的,并不断给予他们成功的反馈,才能使他们的努力坚持下去,不断地取得成功。因为一味强调学生努力,不对他们的成绩给予及时的反馈,那么尽管他们已取得了一些进步,他可能还认为自己努力不够,甚至怀疑自己的努力是否有效。所以教师针对学生的实际情况,对每个学生进行分析归因,对其提出不同的要求,因材施教,使学生通过自己努力能如愿以偿,由此增强学生的学习信心。

3 归因理论对教师的启示

由于多方面的原因,造成了现在公体课中多数学生的运动能力较差,有的甚至没有一点基础。所以他们对体育课的认识有不足现象,学习的态度也不一样,大致分为积极的、一般的和消极的三种。下面我们来分析:

有的学生常常凭情绪上课,高兴起来劲头很大,有的则不然,并且课前常在教师面前表现有如何身体不适,寻找借口在课中不努力,以致造成注意力分散,情绪低落;也有的学生特别是那些不爱运动的女学生,一谈到体育课就摇头,对运动技术缺乏足够的信心,总认为教材不适或自己没有运动才能;另外有的人心理上存在着一些其他的观念(如对体育课的偏见),所以努力程度也就不够(这两种均为消极因素)。因此,这些学生多数认为掌握不好技能是外部因素干扰所致,也埋怨自己“运气”不佳。当然也有部分学生认为是自己努力不够(内部因素)。他们有时对某个技术动作掌握较好认为是“运气”好。所以形成这些心理的因素并非一二。但我们说这些学生课上是否就始终是被动的做练习呢?不是的。这些大学生都有较高的自我评价能力,他们会思考自己在一定的条件下为什么完成得好或差,然后根据自己的意向来确定自己下一步该如何做。另外也有些学生则不管内在还是外在的因素,自己所考虑的是如何来上好每堂课,争取多学些知识技能(积极因素),所以收到了较好的效果。他们把成功往往归因于内在因素,有的人也认为是严格执教的结果(外部因素)。同时他们也认为课上情绪的“高”或“低”也是练习收效的重要因素,当他们有时课上情绪不稳定而收效不大或失败时,也常常把失利原因归因于内部因素,很少归

于外界环境。因此我们说后者这样的学生掌握运动技能较全面,因为他们对体育课很少出现焦虑,学习也就努力些,收获则大些。

根据上述特点,教师要认识到,学生练习成败应归因多种原因,不能简单归咎于一二个问题。导致成败原因不仅在情绪方面有其特殊性,还应根据相对暂时发生的情况而波动,如天气、学生课上的暂时心情,还有同伴的努力和情绪都会引起他们在课堂中成败的变化。这就是说,那些相对稳定的内在和外在的原因会影响学习效果。所以课前教师应多了解学生的情况,帮助学生避免可能导致不利的外在原因发生。例如:学生反映这节课教材太难了,一方面要告诉学生实际情况并不是像他们想的那样令人生畏,另一方面应立即判明事情的真实情况,教材确实订得过高(教师内部的),那要进行修改,如果学生只是随口说说而已(教师外部的),应坚持原则。总之,这时教师不能只限于全班性的鼓动,还应尽可能接近每个学生,了解学生对练习的学习动机,特别是那些上课持消极态度的学生更应该加以关心,帮助学生建立合理的且可达到的目标。教师在找学生谈话时,应注意多强调让学生努力为主,由此提高他们对体育课的认识,端正学习态度。教育他们要少考虑外界影响(如不相干的小伤病等等),多考虑在课上应如何开动脑筋,发挥自己应有的水平,掌握运动技能,这样才能使学生的思想转变过来,逐渐形成体育课上所需要的思想品质。

另外,教师自己也要善于加强自我归因(即做个人倾向的归因)。当学生练习有不顺利时,不要老是责怪学生不努力或能力差,首先要自己检查一下自己的教法是否科学,是否按照教学原则进行的,然后再分析归因学生。当学生对动作掌握得较好时,教师切记也要进行自我归因,总结自己的优点在哪,还有什么不足,以便积累经验,为以后的教学提供方便。在可能的条件下,教师也要让学生自己学会自我归因,分析解决问题,配合教师更好地完成教学任务。

参考文献:

- [1] 体育社会心理学[M]. 武汉:武汉体育学院出版,1995.
- [2] 社会心理学[M]. 哈尔滨:黑龙江人民出版社,1994.
- [3] 归因理论与学习动机的激发[J]. 心理科学通讯,1983(5).

[编辑:周 威]