

文章编号: 1007-2985(2011)01-0114-03

高校女生体育教学效果影响因素的调查与分析^{*}

樊伟

(湖南女子职业大学体育教学部, 湖南长沙 410004)

摘要: 调查分析了影响高校女生体育教学效果的因素, 指出要全面提高高校女生体育教学质量, 必须对现行的体育课程从教学内容、方法、到教学目标进行整体改革; 从理论到实践, 充分发挥体育教学的各种功能, 培养学生体育能力, 奠定终生体育基础。

关键词: 高校女生; 体育教学; 教学效果; 体育能力; 终生体育

中图分类号: G807.4

文献标志码: B

高校体育是学校体育教育的最高层次和最后环节, 是学校体育和社会体育的衔接点, 是学生形成良好健身意识、终身体育习惯和体育能力的重要环节。另一方面, 大学生处于身心较为成熟的时期, 其思维活动、认识能力都达到了较高的水平, 对事物能作出自己的分析和判断, 是接受教育、自我完善和实现个体社会化的最佳时机。因此, 深化高校体育教学改革, 全面提高高校女生体育教学质量、积极推进素质教育、奠定学生终生体育基础, 是高校体育工作者的一个重要任务。然而, 由于学生对体育的认识、生理、心理特点以及教育模式等方面原因, 影响了体育教学质量和体育锻炼效果。据此, 笔者根据高校女生体育多年教学实践, 对影响高校女生体育教学质量因素进行调查分析, 并提出相应措施, 以全面提高教育教学质量, 促进高校女生身心健康发展。

本调查以湖南女子职业大学、中南大学铁道学院、长沙民政职业技术学院、湖南师范大学、湖南中医药大学、湖南科技职业技术学院、湖南交通职业技术学院、湖南工业职业技术学院的在校女生为研究总体, 对采用分层抽样方法抽取的400名在校女生发放调查问卷, 收回381份, 回收率95.25%, 有效率100%。使用Microsoft Excel软件对收集的相关数据资料进行统计处理。样本和数据处理符合一般性调研要求

1 结果分析

1.1 身体素质差异对体育教学效果的影响

在问卷调查中有38.21%的同学认为自身素质较好, 38.47%的同学认为一般, 26.43%的同学认为较差。在学习中, 认为身体素质对学习有效果影响的占71.73%。在课堂中, 身体素质好的则表现积极, 勇于完成动作; 身体素质差的处于被动状态, 不敢表现自我, 难于完成任务。由此可知, 在教学过程中, 教师应根据学生身体素质情况, 合理安排教材和教学方法。对于身体素质好的学生, 在练习中要充分发挥其想象力和创造力, 表现自己; 对于身体素质差的学生, 可以降低练习难度和动作要求, 让她们在练习中体验到成功的快乐, 从而激发学习兴趣。

1.2 性格的差异对体育教学效果的影响

性格是人对客观现实的稳定态度和习惯了的的行为方式。学生的性格不同, 往往对各种练习所持态度不

* 收稿日期: 2010-03-26

作者简介: 樊伟(1969-), 男, 湖南茶陵人, 湖南女子职业大学体育教学部副教授, 硕士生, 主要从事高校体育教学与管理研究。

同,所表现出来的学习效果也不同.调查中,31.81%的同学认为自己属内向型性格,42.83%的同学属外向型;在练习过程中认为受本身性格影响的占34.18%,认为不受影响的占48.97%.内向型的学生一般表现为意志较坚强,自制力强,沉静、含蓄、敏感、自尊,对动作理解能力强,情绪较稳定.但在练习过程中缩手缩脚、害羞、不大方,经不起失败的考验.外向型学生一般表现为敏感、活泼好动、情绪比较激烈,反复性强,在练习过程中能充分表现自我,能大胆完成动作.

1.3 体育态度对体育教学效果的影响

体育态度问题是体育心理学的重要内容,是由认识、情感、意志构成的.调查中,有25.16%的同学表明是为了拿学分而参加体育活动,11.78%的同学认为参加体育活动是为了打发时间,调节情绪,66.17%的同学是为了健身,培养良好锻炼方法,为就业打基础.显然由于学生对体育的认识态度要求不同影响了学习情绪.

1.4 生理特点对体育教学效果的影响

女生进入大学阶段已进入青春期,其身体形态、机体的代谢已日渐成熟.她们具有旺盛的精力,蓬勃的朝气,能较好地适应外部环境变化.这一阶段她们的皮下脂肪增厚,但仍保留青春期一些特点,即发展的不平衡和不稳定.这时期由于内分泌活动发生了变化、性腺活动加强,使神经系统的稳定性受到影响,表现为动作协调能力暂时下降,动作迟缓等.特别是女生生理周期内情绪波动较大.鉴于以上特点,在教学中要注意尽量安排刺激较小,难度适中,运动量和动作频率便于自我调节的项目.同时注重全面身体锻炼,在组织方法上运用多样、多变、多层次的方法,采用启发、鼓励、循序渐进等教学方法发挥她们的独立性、创造性,提高她们对体育课的兴趣.

1.5 教学内容对体育教学效果的影响

教学内容是调动学生学习积极性,影响教学效果的关键因素.进入高校以后,她们对上体育课有很高的期望,希望大学体育教学有新的色彩.然而到了大学阶段,她们却发现,教学内容仍然是中小学教材的重复.表1列出女生喜欢参加的体育运动项目调查结果.

表1 高校女生喜欢参加的体育运动项目调查表($n = 381$)

项目	篮球	软式排球	羽毛球	乒乓球	网球	游泳	田径	艺术体操	健美操	形体训练	体育欣赏
人数	140	165	290	301	255	285	21	320	330	324	360
百分比/%	36.75	43.30	76.12	79.01	66.93	74.80	5.51	84.91	86.61	85.03	94.49

从表1可以看出,当代女大学生选择体育项目多集中在中小学没有开设过或开设少的形体训练、健美操、艺术体操、乒乓球、羽毛球、网球等项目.因此,可以认为大学女生体育课在教材选择上,应更多考虑学生身心特点,处理好大、中、小学教材的衔接,注意各项教材间合理搭配,做到既增加女生的学习兴趣,又提高了身体素质、增强了体育活动能力,从而达到全面提高教学质量.

1.6 教学方法对教学效果的影响

体育教学方法是为实现教学目标和提高教学质量服务的,它的选择和运用是否得当,直接影响教学任务的完成.调查中有68.72%的同学认为教学方法直接影响学习效果,24.37%的同学认为影响较小.因此,在体育教学中,必须认真钻研教材,并结合女生的特点合理选择教学方法.要从根本上改变体育教学方法,必须在正确的教学目标指导下,适当调整教学内容,转变教育观念,在全面发展学生素质基础上,把学生人格和心理完善、个性和创造力培养等各种能力培养纳入教学方法综合考虑,将注入式方法改变为启发式、指导式、讨论式,让学生主动参与,感受体育课的价值,有成功感、成就感和难忘的喜悦,使体育课变得更具有吸引力.

1.7 教师素质对教学效果的影响

教师是教学过程的指导者和管理者,教师的言行和素质直接影响教学效果.学生对教师基本素质要求较高,81.63%认为授课语言表达艺术、73.75%认为知识面和学识水平、82.41%认为教学组织和协调能力、76.90%认为讲解与示范能力对教学效果产生直接影响.

因此,在体育教学中,必须充分发挥教和学两个积极性.越是强调学生在体育教学中的主体地位时,对教师的主导作用就要求越高.学生在体育教学中的主体地位体现得如何,关键取决于教师的主导作用发挥

得怎样. 因为教学的一切活动主要都是由教师来设计的. 体育教师必须不断学习, 更新观念, 不断提高教学组织和管理能力, 运用多种教学方法和手段, 调动学生学习积极性, 提高教学效果.

2 建议

(1) 丰富教材内容, 改进教学方法. 大学是学生时代最后一个阶段, 她们希望在大学毕业后能掌握 1~2 项用来终生锻炼身心的动作技能, 且具有较高的水平和实践经验, 而这些项目应该生活中常接触的大众化的体育项目. 因此, 我们认为大学体育应向生活体育、娱乐体育、愉快体育、文化性体育方向发展. 不断丰富体育教学内容, 在教学中充分利用高校女生独立思维能力, 多采用启发式、指导式、讨论式教学方法, 培养学生体育活动力, 奠定终生体育基础.

(2) 改革传统体育教学评价方法. 由于地区差异、城乡差异、身体条件差异以及受“应试教育”的影响, 造成学生身体素质本身存在比较大的差异. 身体素质好的同学学习动作、掌握技术自然快, 而身体素质、身体条件差同学学习动作、掌握技术慢, 但她们练习认真且尽了能力, 却达不到应有的学习效果, 倘若仍沿袭原有评价方法, 必然挫伤学生学习积极性, 影响教学效果.

(3) 转变学生体育态度, 树立“终生体育”的价值观. 我们在教学实践中, 采用多种形式、多种渠道宣传和教育, 帮助学生提高认识, 端正态度, 通过有计划、有组织的教学形式, 传授一些能满足女大学生终生锻炼身体需要的锻炼内容和方法, 提高学习兴趣.

(4) 体育教师应不断提高自身素质. 广大体育教师不断提高学识水平和教育能力, 具有开拓进取精神, 有独到的教学风格, 充分发挥专业特长, 通过优美的动作示范和丰富的形体语言, 让学生感受到体育的美与吸引力, 调动学生学习体育和参加体育活动的积极性, 此外在教学中要与学生多向交流, 及时了解学生身体状况, 合理安排运动项目等, 让学生在轻松中, 融洽的教学环境中, 愉快的参加体育活动.

参考文献:

- [1] 毛振明. 探索成功的体育教学 [M]. 北京: 北京体育大学出版社, 2001: 85- 86.
- [2] 夏云建. 大学体育课教学改革的调查研究 [J]. 武汉体育学院学报, 2002, 36(6): 21- 22.
- [3] 朱静华. 高校女生体育课兴趣现状及培养的探讨 [J]. 北京体育大学学报, 2003, 26(1): 36- 38.
- [4] 朱丰诚. 关于中国学校体育改革和发展的几个问题的思考 [J]. 体育学刊, 1996(1): 15- 17.
- [5] 曲宗湖, 杨文轩. 学校体育教学探索 [M]. 北京: 人民体育出版社, 1997: 120- 121.

Investigation and Analysis of the Influencing Factors on the Physical Education Effect for College Girls

FAN Wei

(PE Department, Hunan Women's Vocational University, Changsha 410004, China)

Abstract: The influencing factors on the physical education effect for college girls are investigated and analyzed. It is pointed out that, to improve the quality of physical educations for college girls, it is necessary to carry out an all-sided reform in the content of the course, the teaching methods, and the teaching objectives; and it is also necessary to bring physical education in full play from theory and practice, so that students' sports capacity can be cultivated and the basis for lifelong physical education be established.

Key words: college girls; physical education; teaching effect; sports capacity; lifelong physical education

(责任编辑 易必武)