



契约学习法运用在中小学体育教学中的理论探析

——兼谈“契约式体育学习法”的界定

秦海权¹, 季 浏², 汪晓赞²

摘要: 运用文献资料法对契约学习法的概念重新界定, 提出将契约学习法体育化为“契约式体育学习法”。同时, 明确契约学习法的特点及其优势和局限性、理论解析在中小学体育教学中运用契约学习法, 确定将契约学习法运用在中小学体育教学中从理论上可以提高教学效果, 但需要大量实验进行实践验证。

关键词: 契约; 学习方法; 体育教学; 中小学

中图分类号: G80-05 文献标识码: A 文章编号: 1006-1207(2010)02-0094-04

Theoretical Study on the Application of Contract Learning to PE Teaching in Primary and Middle Schools---- Concurrently Focusing on the Definition of “Contract PE Learning”

QIN Hai-quan, JI Liu, WANG Xiao-zan

(Physical education department of Tongji University, Shanghai 200092 China)

Abstract: Defining the concept of contract learning by the method of literature study, the article proposes a new concept of Contract PE Learning on the basis of contract learning. It points out the characteristics and the advantages and limitations of contract learning and analyses theoretically how to apply contract learning to PE teaching in primary and middle schools. It concludes that theoretically applying contract learning to primary and middle school PE teaching may improve the teaching effect. Yet this has to be proved by a lot of experiments.

Key words: contract; learning; PE teaching; primary and middle school

1 问题的提出

新一轮体育课程改革在全国的普遍开展与实施已经走过10个年头。广大一线体育教师在课程专家们的引领下, 通过各省市级教研员的牵头落实和监督帮助, 充分利用各自地区和学校的优势和特征, 创造出一节节具有新时代特征的优质体育课。然而优质课的产生并不是偶然的, 要创新运用比较新颖的方法才能得以实现, 老师们通过领会新《体育与健康课程标准》(以下简称《标准》)的精神, 主动带领学生运用和实践《标准》中提倡的自主、合作、探究等新型学习方式, 在不断改革和创新中产生了一些新的体育学习方式和方法。契约学习法以其独特的优势和特征, 借助其良好的课堂适应性, 开始零星地被运用在体育教学中, 成为体育教师尝试引导学生运用的一种学习方法之一, 以此提高体育教学的效果。然而对于中小學生这个特殊的学生群体, 契约学习法的适应性究竟如何? 它运用在中小学体育与健康课程的教学中的能否取得良好的效果? 本文试图就契约学习法在中小学体育教学中的运用相关问题做初步的理论辨析, 以期能够起到抛砖引玉的作用, 供同行的研究者们借鉴和参考。

2 契约学习法与契约式体育学习法

契约学习的设想最早可以追溯到1922年美国学者帕尔赫斯特(H.Parhuest)就教育者与学习者之间责任分配问题而提出

的“教育签约”(contracting in education)思想^[1]。至19世纪60年代, 美国教育界兴起了“个别化教学”(individualization of instruction)实验与研究。其中教育学者Bloom、Mckeachie和Minter等人对此提出教学必须适合于学生的个别差异及目标。它结合了独立研究(independent study)、个别化教学、自导式学习及终身学习而成为一个新的理论架构^[2], 因而成为成人教育法体系之中备受推崇的一种方法。到19世纪六七十年代, 契约学习法由美国成人教育大师Knowles首先提倡并大力推广使用。Knowles将契约学习法界定为: 契约学习法实际上是通过学习者与教育者共同协商和签订学习契约书, 是针对学习者的个体差异而帮助学习者组织和实施其学习活动的一种手段^[3]。学习契约(learning contract)是一种学生与指导教师共同设计的契约, 此契约界定学生学习的目标, 怎样去达成其目标, 学习活动进行的时间, 及评量其学习活动的标准等^[2]。以后所涉及到的关于契约学习一般都是以此定义作为研究的起点, 可见学术界对此定义已经给予了充分的肯定, 但是我们仍然要避免全盘照搬, 要针对我国的实际对其进行必要的改进或改造, 以适应我国的教育现状。国内有学者就将契约学习法定义为: 由教师与学生共同制订学习计划, 并严格按契约内容进行学习的一种方法^{[4][5]}。本研究同样是基于上述定义展开的借鉴与发展性的探析研究。

需要指出的是, 上述定义均未能概括出契约学习法应该

收稿日期: 2010-03-24

基金项目: 全国教育科学“十一五”规划教育部重点课题(ELA060226)

第一作者简介: 秦海权, 男, 硕士。主要研究方向: 体育课程与教学。

作者单位: 1. 同济大学 体育人文社会学研究室, 上海 200092; 2. 华东师范大学 体育与健康学院, 上海 200241



包含的全部。首先,契约学习法有一个包含概念在里面,即“学习契约”,是基于学习契约这个载体而实现学习目标的一种学习方法;其次,本文认为契约学习法是对自主学习法的深化与发展,因此,它具有自主学习法的一般特征,即学习者自觉确定学习目标,拟定学习计划,寻找学习资源,从事学习活动,评价学习结果,而教师则是集指导者、监督者、合作者、评价者于一身的多重角色。

基于以上辨别,本文将契约学习法重新定义为:以学习契约为载体,学生和教师共同协商组织符合学生的个性化学习活动从而达成学习目标的一种学习方法。在契约学习法中,学生主控整个学习活动,从学习的目标、学习计划的拟订到执行学习活动、评价学习结果等,都由学习者负担大部分的责任。基于此,可以引出其下位定义:契约式体育学习法是以体育学习契约为载体,学生和体育教师共同协商组织符合学生个体的体育学习活动或体育锻炼计划从而达成体育学习目标或锻炼目的的一种知识传习方式。虽然体育学习契约是不具有法律效力的文件,但它需要通过师生双方的协商拟订,是师生之间为了学生自己达成教学目标的同意书,因而它是一种个体化的学习计划。然而契约式体育学习法要真正成为体育学习法体系中自成体系的一种学习方法,还要通过有兴趣的体育教师或研究学者在今后的中小学甚至大学的体育教学中尝试使用,并得出相应实验验证成果后才能对此方法体系进行进一步完善和充实,本文不能对其具体体系和内容妄加推测和凭空构架。

3 契约学习法的特点

3.1 每个学生的契约学习目标有差异性

契约学习法要求学生针对自己的学习实际设定符合自己目前水平的目标,因此不强调全班同学的一致性。学习活动自我目标导向明确,根据需要查漏补缺,拓展自己的知识水平。另外,学生目标的确定是和家长老师及同伴“协商”的结果,自然每个学生的学习情况或多或少都有差异,没有统一的模式和标准。

3.2 学习契约内容因人而异

为了弥补班级授课可能带来的学生“吃不饱”和“吃不了”的现象,学生和教师家长及同伴能够商量出符合学生自己的学习内容和目标及学习进度,制定出个体化的学习方案(学习契约),自然更能满足不同学生的学习需求,提高学生学习的积极性和针对性。

3.3 履行契约的过程具有协商性

这一特点虽然其他学习方法也有相关内容,但是契约学习法将学生与教师、家长及同伴之间的协商提到了比较突出的地位。契约拟定之初的学习水平评定需要“协商”,契约拟定过程中的目标设定、资源利用、组织学习经验、评估学习证据的有效性及其结果都需要“协商”。协商贯穿了契约学习的整个过程。

3.4 任务的契约性^[7]

契约学习法的载体“学习契约”,其真正的实施履行是依托商业契约的特性,是学生给自己及老师家长还有同伴的一种承诺。现在社会,“诚信”一度成为大家讨论和交

流的话题。青少年学生,特别是初中生的叛逆心理,独生子女的娇生惯养,加上由于物质水平提高带来的种种负效应,使青少年一代的学习生活习惯极度懒散和不诚实,他们可以随便与人承诺,又可以随便背叛自己的承诺。这就需要从心理和行为上予以纠正。利用契约对青少年学生心理的冲击,随时提醒他们自己做出的行动承诺,培养他们为人诚实和执着的优秀品质。

3.5 契约学习中多主体多向互动

很明显,契约学习法至少涉及学生和教师、学生和同伴、学生和家,甚至学生和社区内居民的亲密合作,充分体现“以学生发展为中心”的现代教育理念,教师、家长、同伴和社区居民共同为学生个人的进步提供帮助,以学生个人发展为基本前提和方向。

4 契约学习法的优势与局限性

4.1 契约学习法的优势

契约学习法在运用中有许多优点,对于学生和教师双方来讲,又有不同的优点。首先,对学习者的而言,契约学习可以:增进学习者的学习动机;让学习者根据其兴趣和能力去选择目标;使学习者能够主动并深入地参与学习,并能够对自己的学习进展进行反馈;促使学习者能广泛地使用各种学习资源;让学习者自己主导、控制整个学习活动;激发学习者的责任感与成就感;促进学习者从经验和环境中学习,将理论与实际结合起来;助长学习者自我导向学习技巧;让学习者掌握学习的所有权和方向感^{[2][7]}。其次,对教师而言,契约学习可以:较好地应对学习者的个体差异,实施个性化的教学;是一个较好的组织学习过程的方式,它以学习者的自律取代教师的他律;能够提供关于学习成果更有用和更有效的证据,以了解学习者的真实学习效果;协助教师调动学习者的积极性和利用一切可以利用的资源,减轻教师的工作压力,提高教师的工作效率;可促进教师与学习者之间人际关系的协调,发展相互尊重的师生关系^[7]。

而国外学者的研究则从另外一些角度来剖析契约学习法:运用契约学习的优点在于它使学习富有个性化,能提高学习者的责任心和学习动机;培养学习者的自主性和发展其解决问题的技能;面对不同的学习需求、学习形式和学习地点有灵活性;为成功地自我导向学习提供一些充足的条件^[8]。作为一种有效的教学工具,还有学者在其研究中指出:运用学习契约,没有绝对正确的反馈方式或者得到知识的办法,而且这种教学工具有助于:尊重学生的意愿自己去探索;抑制教师可能的潜在意识角色;允许针对不同的学生制定不同的课程;提供增强责任心的机会;鼓励全身心的投入;允许自己设计课程或计划^[9]。以上研究论述,比较全面地指出了运用契约学习法带来的各种好处,更多是对于提高学生自主学习性的,让学生真正成为课堂的主人,甚至成为课程的主人。

4.2 契约学习法的局限性

对事物的认识往往都要从两个方面来把握,在掌握契约学习在运用中的优势时,我们同样也要认识其局限性。早期 Knowles 的研究就提出契约学习法亦有其限制,他认为契约学习法不适合于下列情况:不太适合技能发展、人际关系处理能力及学习者完全陌生的学习内容;对个性具有依赖



性的学习者有特别的问题；对于高度自我导向的学习者而言，契约学习法将引起其再调整学习导向的问题；教师在契约学习中必须重新界定其角色及接受一个不同的精神报酬方式^[7]。与其说这是契约学习法的局限性，不如说是契约学习法对学生对教师双方提出的更高的挑战。特别对于学生来讲，刚开始对契约学习法的适应和实施是比较有挑战性的，如学生会有这样的感觉：“我们心里存在很多疑虑，我们不知道怎样制订行动目标。……我们不知道自己制订的方向是否正确。”、“我对参与契约学习并没有激情，我制订了学习目标，但并没有真正践行，……我觉得学生的学习态度和责任意识才是契约学习中最重要的……”^[10]。

5 在中小学体育教学中运用契约学习法的理论解析

5.1 契约学习法能有效提高学生自主学习倾向性

通过正式拟定学习契约，体育教师无形当中多了一种控制学生积极参与体育学习或锻炼的手段，学习契约中学生对于自己阶段性体育学习目标或体育锻炼目标有明确的时间规定和期限，加上同伴的监督作用，学生很容易就形成自主学习倾向，这是传统讲授法无法比拟的。

目前国内外很少专门针对契约学习法和传统讲授法之间的实验比较，只有个别学者将契约学习法与传统的讲授法的效果在护理专业课中进行过对比研究，其结果发现实验组学生自主学习倾向显著高于对照组。分析其原因，主要是由于采用该方法后，教师要求在契约规定的时间内对学生的学习效果进行验收，使学生在一定的学习压力，从而使他们的学习动机处在一定的激活状态。契约学习法相对于传统讲授法而言，更能提高学生自主学习的总体技能水平。在保证学习效果的同时，提高了学生的平时成绩，更重要的是它较传统讲授法更能提高学生自主学习倾向和最后的学习技能水平，最终将有利于提高学生的综合素质和未来的发展^[5]。

5.2 契约学习法带给学生目标达成后的强大学习动机

体育教师一旦能在学期初和学生培养出契约学习的氛围，让学生在互帮互助中进行体育学习和锻炼，同学之间除了互相监督，还要在课内和课外结伴进行体育学习或体育锻炼，充分体验契约学习的自由和灵活，每一个目标的达成都将作为他们迈向更高目标的强大动机。

对学生已有的访谈结果显示，学生对于契约学习能给自己带来的好处，由刚开始的怀疑变成最后对自己的改变和学习的效果大感吃惊，认为契约学习不断给自己力量，学习动机不断增强。比如有学生使用契约学习法后认为“……刚开始只是觉得学习契约只有一些表浅的益处。然而我将整个学习契约完整实施下来，我才意识到学习契约的潜在益处，……因为它能让我自己设定学习计划并达到我想要的学习目标。”^[11]“我认为契约学习给我更多的自由来学习我更感兴趣的知识和技能，这大大的激发了我学习外语的动机。”^[10]“我觉得学习契约这个体系对我挺管用。它允许我自己引导我的思想所以我知道我想要什么，哪些地方我该提高等等。……”“契约学习对于临床学习很有用，它可以帮助学习者准确确定学习需求并评估是否达到了目标。”^[11]“学习契约就像我们的向导一样。我设定具体的目标并为达到目标而奋斗。我可以达到我想要的目标。”^[12]

5.3 契约学习法能提高学生的学习积极性和学习效果

在中小学体育教学中运用契约学习法，引导学生在学期开始就根据自己的实际情况制定一个月或者半学期的学习目标，学习目标要经过体育教师和同学的初步评估，不得好高骛远，设定过高目标，同时也不能保守，制定过低的学习或锻炼目标。在契约实施过程中也可以根据实际情况适时调整学习目标或锻炼目标，因而学生认真履行了学习契约的内容后，目标达成率高，学生更愿意在此基础上继续制定下一级目标，其学习效果就不言自明了。

已有的研究表明，契约学习法运用到成人教育及医学护理专业学生身上，实验班学生契约学习后在学习积极性表现和最后的学习效果方面有大幅度提高，进一步验证了契约学习法在运用中的好处。国内有学者还将契约学习法运用到成人外语教学中，将两个教学班分成了4个对应的实验对照组。两个班中对应小组学生实验初的平均成绩几乎相差无几，经过一年的契约学习实验后，其改变的状况是显著的。该实验研究最后还得出了一个有趣的结果，实验班中英语基础最差的小组经过契约学习后，成绩改变最大。而与控制班相比，实验班基础最好的第四组成绩改变不是十分明显，这无不说明外语成绩不佳的学生运用契约学习法效果更明显，而外语成绩优秀者没有契约的约束同样也有不俗的表现^[10]。而另外有学者将契约学习法运用到《护理心理学》的教学实践中，课程结束后调查发现：对此种教学方法与课程内容的改革，95%学生表示赞同；93%学生表示学习后有较大的收获；有90%学生最后提高了对这门课程的学习兴趣；也有90%学生在情感上提高了对护理职业的认同；还有90%学生通过契约学习加强了对护理心理学理论知识的理解与技能的掌握；有95%学生认为自己提高了学习效率；调查显示有83%的学生提高了自学能力、查阅文献能力、表达能力和分析解决问题的能力^[4]。台湾学者进行契约学习法的实验研究探讨此法在其“国父思想”教学中的可行性，结果表明有89%的学生表示对契约学习有兴趣；65%的学生觉得比传统的班级要学得更多；80%的学生实验后表示愿意再采用契约学习法^[3]。

5.3 契约学习法能加强师生之间的互动，促进学生形成分享意识

体育课堂中师生互动性较其他科目要强，除了课堂上师生之间的互动外，课外师生互动也显得同样重要。契约学习法可以促进形成体育课内外一体化，契约学习中的内容不仅可以设计体育课堂内的教学内容，还可以设计课外体育锻炼的方式方法，体育教师和学生之间关于体育学习或锻炼方面的交流和沟通从课内延伸到了课外。在长时间的契约学习中，学生之间、师生之间从互相监督体育学习或锻炼目标的达成向互相分享目标达成带来的快乐转变，极大地促进了学生分享意识的形成。

学习契约是在师生相互协商中由学生自己拟制，它极大地满足了学生个性化学习的需要。契约制定和实施过程中师生和生生之间的讨论、交流和评价也增进他们的分享意识。有学者强调“学习契约的非竞争性，它创造一种相互支持的氛围。”另外，研究结果也表明运用能达成学习的更高水平的一个策略就是鼓励老师和学生根据自己的经验互相交流和反馈。学生和教师都反应在契约学习的过程中，教师



和学生、学生和学生之间的交流分享得到了提高^[13]。

“通过契约学习，我能确立我外语学习中感兴趣的地方及薄弱环节，我根据自己的学习需要确立自己的学习过程，进行着极富个性化的学习。”“当我们的阶段目标逐步完成时，我们有机会在每周的例会上进行交流和讨论，同学们目标不同，在讨论中可以分享彼此成功的经验，找出不足……”^[11]

“通过运用学习契约提高了我们和教师之间的互动是因为教师们必须给我们反馈和在过程中经常监督我们。”^[13]

5.5 契约学习法给体育教师带来益处

在契约学习法运用过程中，体育教师由于角色的转换，从主导者变成了监督者、辅助者，使他们对自己的职责产生了不同的看法和对自己价值的重新认识，因而他们在监督与协助学生进行契约学习的过程中也受益颇多，如增加了自己对课堂的反思空间、如何更加有效利用各种课程资源等。

有学者在其研究中指出，教师们认为他们在契约学习中可以帮助确定学生的学习策略和办法的长处和不足，哪些地方需要扩充，获取更多知识的方法。同时老师们也发现通过契约学习，学生的学习也更有效率，因为他们可以提前知道学生的意愿，获取信息并可以确定哪些机会和学习资源可以供学生去实践或学习。

“当学生达到他们的学习目标时，我感到很高兴，在教学中也很受鼓舞。当我指导学生学习的时候，我也从他们身上学到了很多。”^[12]

6 小结

6.1 契约学习法的载体“学习契约”是不具有法律意义的文件，而是学生积极有效参与学习的计划书和承诺书。它的下位概念契约式体育学习法是以体育学习契约为载体，学生和体育教师共同协商组织符合学生个体的体育学习活动或体育锻炼计划从而达成体育学习目标或锻炼目的的一种知识传习方式。

6.2 他山之石，可以攻玉。通过对契约学习法运用在文学、医学等领域的有效教学成果的借鉴，结合契约学习法的特点和优势及其局限性，将其化成为契约式体育学习法就是在契约学习法和体育教学之间架起了一座桥梁。从理论上分析，将契约学习法运用在中小学体育教学中能够有效提高学生自主学习倾向性，带给学生目标达成后的强大学习动机，提

高学生的学习积极性和学习效果，加强师生之间的互动，促进学生形成分享意识，并给体育教师自身带来益处，然而其实践效果还需要广大一线体育教师在体育教学中通过大量实验予以验证和确认。

参考文献：

- [1] 贾蓓蓓, 马千里. 契约学习: 提高教学质量的有效方式[J]. 煤炭高等教育, 2006, 24 (4): 110-112.
- [2] 唐青才, 朱德全. 契约学习: 教师个性化教学和学生自导学习的有效途径[J]. 教学与管理, 2007, 4: 8-9.
- [3] 张秀雄. 契约学习法在“国父思想”教学中的实验研究[J]. 台湾师范大学学报, 1992, 37: 209-230.
- [4] 冯立民. 契约学习法在《护理心理学》教学中的探讨与实践[J]. 护理研究, 2005, 19 (8): 1592-1593.
- [5] 王平, 卢岩, 王勤. 契约学习法与传统讲授法的效果研究[J]. 中华护理杂志, 2005, 40 (3): 214-216.
- [6] 杨四耕. 契约学习的理念与实施[J]. 现代教学, 2005, (3): 4-7.
- [7] 徐世瑜. 让孩子做自己的主人: 契约学习的理论与实践[J]. 中国台北: 台北市师范学院学报, 2001 (11).
- [8] Anderson.G,Boud.D and Sampson.J(1994). Expectations of quality in the use of learning contracts[J].*Capability*,1,1:22-31.
- [9] Margaret McAllister(1996).Learning contracts: an Australian experience[J]. *Nurse education today*,16:199-205.
- [10] 高旭阳, 李琼华. 契约学习法在成人外语教学中的运用[J]. 高等函授学报(哲学社会科学版), 2006, 19 (2): 54-56.
- [11] Vinette Cross(1996).introducing learning contracts into physiotherapy clinical education[J]. *Physiotherapy*,82,1:21-27.
- [12] Wai-tong Chien et al(2002). The use of learning contracts in mental health nursing clinical placement: an action research[J]. *International Journal of Nursing Studies*,39:685-694.
- [13] Waltho.B.T(1987).Contract learning -A students' perspective [J]. *Senior Nurse*, 76:28-29.

(责任编辑: 陈建萍)