

论契约学习法在体育教学中的有效运用

汤万松^{1,2}

(1. 湖南师范大学 体育学院, 湖南 长沙 410081; 2. 湖南涉外经济学院 体育学院, 湖南 长沙 410205)

摘要:针对当前学校体育改革的一系列利好政策,通过阐释契约学习与契约学习法,论述契约学习法的有效运用,并配以成功实施的案例,论证契约学习能够激发学生学习兴趣,增强学生体育技能,提高学生体能水平。

关键词:契约学习;体育教学;有效运用

中图分类号:G807.0

文献标志码:A

文章编号:1674-5884(2014)11-0054-02

近日,教育部出台《高等学校体育工作基本标准》(教体艺[2014]4号)和《学生体质健康检测评价办法》《中小学体育工作评估办法》《学校体育工作年度报告办法》(教体艺[2014]3号)等文件来改革当前学校体育工作,以试图改变青少年体质持续下降的现状。国家这样一系列政策以及举措的推出,使人倍受鼓舞,这对学校体育教学改革是一大利好。但是,真正要走出学校体育教学的困境,还需要大胆创新,锐意进取,将学校体育教学改革落到课堂教学的实处。

大凡改革,首要创新。儒家经典《大学》指出:“苟日新,日日新,又日新。”可见创新之重要。思想是行动的先导。一切改革与创新首先必然是理念与观念的除旧布新。因此,在学校体育改革的理念和教学方法方面,运用契约学习法,培育契约精神,不仅能实现体育教学方法上的新突破,使学生产生浓厚的学习兴趣,促进其自由平等自觉自愿的参与体育运动,更能在全社会形成契约精神的文化氛围,对于实现教育的现代化、体育的现代化以及进入人才强国和人力资源强国行列,培养人格完整的人、全面发展的人,构建社会主义和谐社会都具有重大的意义。

1 契约学习与契约学习法

契约学习是以学习契约为载体,学生和教师共同协商,组织符合学生个性化发展的学习活动,从而有效达成学习目标的一种学习方法,由美国成人教育学家 Knowles (1975)首先提倡并大力推广^[1]。

通过相关文献资料得知:首先,契约学习是以“学习契约”为载体,因此,它通过“学习契约”,能在此过程中培养学生的契约精神。而契约精神中体现的自由平等、团结协作、诚实信用等又恰好契合了体育运动的本质特征,

彰显了崇高的奥林匹克精神^[2]。其次,它由学生和教师“共同协商”,则在体育教学过程中实实在在的让学生亲身体验到尊重其主体意识与权利意识,将社会倡导的平等观念、民主思想、宽容理念和和谐思想落实到实实在在的行动中。让学生的体育运动成为最自觉自愿的行为,激发一个人最原始的内生动力。再次,组织符合学生“个性化发展”的活动,则充分践行了以人为本、突出主体地位、尊重个体差异、促进个性发展的理念,希望用体育运动培养出具有完整人格和健康体魄的人是体育运动的终极魅力所在,也是学校体育的崇高理想和信念^[3]。最后,它是一种“学习方法”,方法往往是达成目标的手段,凡是方法运用科学合理便可达到事半功倍的效果^[4]。

“契约学习法”则是以过程性计划取代内容性计划的学习方式,强调学习者如何学习的过程^[5]。它着重强调激发学生的学习动机,提高学生的自我意识和责任心,加强师生的共同参与和突出学生学习的实践性等,符合中国目前体育教育的实际。

2 契约学习法的运用环境

面对当前学生体质堪忧的事实,经过走访调查和查阅相关资料后发现,仅凭学校体育的一己之力,根本无法扭转目前的局面,毕竟学生体质的好坏取决于遗传、营养、环境多方面的原因,同时也受制于当前的教育体制、社会主流价值观等诸多因素。但是,学校体育作为教育的一部分,作为社会的一份子也应该承担起相应的责任。虽然,大环境导致很多学校体育课程难于保障,体育资源难于满足,体育安全难于立法,但这些都是外在因素,激发学生的内在动力和学习体育的热情,逐步克服现实困难,才是最急需的。因为现在即使在资源能满足的优质学校,也会出现学生喜欢体育却不喜欢体育课的现象,是

收稿日期:2014-06-14

基金项目:2013年湖南省哲学社会科学基金项目(13YBA200);2013年湖南省教育厅科学研究项目(13C502);湖南涉外经济学院2013年度校级科研项目;2010年国家级特色专业建设点资助(TS12332)

作者简介:汤万松(1983-),女,湖南桃源人,湖南师范大学博士生、湖南涉外经济学院讲师,主要从事学校体育理论与实践。

什么原因呢?研究发现,最大的原因是学校体育教学方法上的问题,一直以来沿用的一些体育教学方法已经跟不上现时代学生成长脚步,不能满足学生日益增长的心理、身体和精神的需求,使之无法认同体育课,忽视体育锻炼。现今借助教育部的一系列文件精神,有利外部环境,从以下几个方面来对学校体育教学各环节运用契约学习法。

从思想层面来看,首先要大力提高社会、学校、家庭的认识,从思想上达成体育学习重要的共识,然后从行动上建构家长、老师和学生的三方联动,通力合作和相互配合,形成有效的沟通机制,为制定契约奠定良好的思想与组织基础。

在实践层面,需要做好这样一些工作:第一,在体育课之前,教师充分进行自我学习和提高,既能善于发现学生的特点加以引导,又能有足够的专业技术根底来满足学生业务指导的需求。学生也要借助当前的网络、电视、媒体等资源探索自己感兴趣的体育项目,才可能产生内生动力去学习和追求。然后和老师签订个性化契约。第二,在体育课程中,根据老师的指导,结合自身情况,让学生找到体育课程的乐趣与成就感,同时根据自身项目特点和同伴切磋、竞赛等,进一步激发上体育课的兴趣,增强体育技能,提高体能水平。第三,在体育课之后,教师要进一步引导学生多多进行自觉自愿的体育运动,一来检验自己的技术水平提高情况,二来进一步体验运动带来的成就感,以及和同伴交流合作的收获和乐趣。最后查看自己的身高、体重、肺活量等的变化情况。

3 契约学习法的成功尝试

案例分享:以笔者2014年春季学期所教的湖南涉外经济学院大学体育选项课——体育舞蹈一个学期为例。

笔者所在的学校公共体育课推行教学改革,实行网络选课三自主:自主选择老师,自主选择上课时间和上课内容。30人一个教学班。笔者于2014年2月—2014年7月期间教了两个班级的体育舞蹈课,内容为华尔兹和伦巴。这是学生在前一个学期末网络选课自主选择的。在实际教学过程中,第一节课时笔者就向两个班学生讲明了上课要求和内容及考试相关规定,并进行了第一次体质测试,发现两个班体质达标情况差不多。但在实际施教过程中,采取了对比试验的教学方法。在第一个班,严格按照教学计划,采用常规教学法,按部就班的统一指导和教学,可以说是为了完成教学任务而统一规整的教学。而在第二个班时,笔者就有意尝试契约教学法,经过几节课的基本动作练习,逐步了解了各个学生的情况,然后根据学生的实际情况和结合各自的兴趣,要求学生分小组自由组合(每组不少于4人),然后制定出各组不同的学习考试目标,尤其是根据各组成员实际情况,自己创编2-10个动作组合,并分别提出不同的考试要求。当然,这是在和学生协商一致的基础上,所以,这种表面的“不平等”,不但没有挫伤学生的积极性,反而激发了学生浓厚的探索激情和表现欲。为了更加主动的学习,学生们不惜利用大量的课余时间来搜索网络资源并与同伴进行练

习,就是为了更好地展示自己学习舞蹈的成果。在动作设计上,学生们也根据自身情况,让动作难度尽量大一些,花样尽量多一些,身体姿态尽量优美一些。较之笔者之前的集体基本功身体姿态练习,学生们从当时教学练习时的盲目和机械,发展到充分根据自身展现美的需求来设计动作、展现身体姿态,舞姿的展现有了质的变化。考试时,笔者请班长为全班同学拍摄了视频,学生们的兴奋和激动之情溢于言表,有一位女学生甚至兴奋的对笔者说道:“汤老师,我今晚就把我舞蹈考试的视频发给我妈妈看看,让她知道她女儿在学校不仅学会了跳舞,还跳得相当不错,有部分动作还是我自己创编的哦……我很开心!我越来越喜欢上体育课了!”而对比鲜明的是,第一个班完全按照教学计划授课和考试,统一标准,导致基础好的学生缺乏目标和动力,基础不太好的学生也就得过且过,纯属完成任务。笔者同样拍下了这部分学生的视频,但从表情就能看出其学习热情不高。随后在进行的第二次体质测试时,发现第二个班学生达标情况明显好于第一班。

这次小小的教学改革尝试,给人很大的鼓舞,有益的启迪:契约学习法确实能够推进学校体育课堂教学改革。笔者仅仅通过一个学期体育课的模糊契约学习法的教学改革尝试,就发现这种方法能够激发学生学习兴趣,增强学生体育技能,提高学生体能水平。

4 契约学习法的前景展望

契约学习主要就是强调学生的自觉自主与平等,同时教师的作用就是要激发学生浓厚的学习兴趣,以期获得学习的内生动力。体育运动的特性更多的是培养学生的一种意志品质,培养竞争精神和抗压能力,尤其要遵守规则,正确看待成功与失败,提高社会适应能力和人际交往能力等,这是体育课程区别于其他课程的魅力之所在。将契约学习运用在学校体育的各个层面和环节,形成一种体育为生活、体育为大众、体育为人类的中国体育人文价值观念。那么,学校体育工作的明天一定将更加辉煌,学生的体质也必将逐步得到有效的提高。

参考文献:

- [1] 汪晓赞,季浏,秦海权,等. 契约学习法在体育教学中应用的准实验研究——以上海市第一中学为例[J]. 北京体育大学学报,2010,33(3):88.
- [2] 潘跃林,杨磊. 契约学习——构建人性化的体育教学模式[J]. 南京体育学院学报,2007,21(1):97-99.
- [3] 胡小明. 21世纪中国体育人文价值观念的确立[J]. 体育文化导刊,2010(1):134-137.
- [4] 秦海权,季浏,汪晓赞,等. 在体育教学中运用契约学习法的实验研究——以上海市培明中学为例[J]. 南京体育学院学报:社科版,2010,24(3):82-85.
- [5] (美)加里·D·鲍里奇著,易东平译. 有效教学方法(第四版)[M]. 南京:江苏教育出版社,2002.

(责任校对 晏小敏)