

doi:10.13582/j.cnki.1674-5884.2017.02.013

# 科学与人文交融的高校体育教学研究

彭凌凤, 谭焱良

(湖南农业大学 教育学院, 湖南 长沙 410000)

**摘要:**当前高校体育教学科学精神不足、人文精神匮乏的现状亟待改变。基于高校体育教学改革的要求,对体育的科学精神和人文精神进行分析,提出科学与人文交融的体育教学新理念,并通过体育教学目标、体育教学内容、体育教学方法和体育教学评价四个方面,将科学精神与人文精神深入到体育教学中,实现真正意义上的科学与人文交融的体育教学,充分体现“育人为本,体格与人格并重”的体育教学观。

**关键词:**科学精神;人文精神;交融;体育教学

**中图分类号:**G64      **文献标志码:**A      **文章编号:**1674-5884(2017)02-0049-03

当前高校体育教学存在很多问题,体育教学虽注重增强学生的体质,却忽视学生的运动技能的教学,缺乏科学精神;不注重培养学生的健全人格,又缺乏人文精神。其实,体育是科学,值得我们去求真;体育是文化,值得我们去求善;体育是艺术,值得我们去求美;体育是生活,值得我们去投入。科学与人文交融的高校体育教学,旨在提高学生从事体育活动的内生动力,全面提高学生体质健康水平,培养学生健全人格。

## 1 体育的科学精神与人文精神的内涵

### 1.1 体育的科学精神

科学精神是人类认识自然及其成果的精神积淀,是“在认识一切客观存在的过程中,对人、对己、对事物都能善于辨误识伪,勇于去伪存真的那种执着的求真、求实的精神”<sup>[1]</sup>。体育的科学精神包括科学方法、科学态度和科学思想3个方面。科学的方法要求体育工作者在体育教学中遵循人的身体发展规律,依照科学的手段和方法培养体育人才。体育作为教育的一部分,是随着时代发展的要求而不断改变的。要把握好体育发展的脉络,就需要我们以科学的态度审视体育的发展,从体育的现实情况出发,按照实事求是的要求,通过对体育的再认识看清体育的本质和发展的规律,从而找到体育发展的新方向。思想决定行为,只有将科学思想内化于心,才能用科学的态度看待问题,用科学的方法解决问题。

### 1.2 体育的人文精神

人文精神是指一种普遍的人类自我关怀,表现为对人的尊严、价值、命运的维护、追求和关切,对人类遗留下来的各种精神文化现象的高度珍视,对一种全面发展的理想人格的肯定和塑造<sup>[2]</sup>。体育人文精神要求教师在体育教学中要尊重学生的主体地位,从学生的角度出发思考问题,教学生所需所想的知识,促进学生主体创造性的发展,培养学生的体育精神,树立学生的体育价值观。

## 2 树立科学与人文交融的高校体育教学新理念

《中共中央国务院关于深化教育改革全面推进素质教育的决定》明确要求,高等教育要“普遍提高大

收稿日期:20160919

基金项目:2013年度湖南省教育体制改革试点重点项目“体育高职院校产、学、研、训、赛五位一体人才培养模式改革”(2013-7)

作者简介:彭凌凤(1991-),女,湖南衡东人,硕士生,主要从事高等教育学研究。

学生的人文素养和科学素质”<sup>[3]</sup>。高校必须加强对体育的认识,突出体育在教学中的地位,充分发挥体育健身育人的功能,促进学生的全面发展。我国的教育宗旨是培养德、智、体、美全面发展的社会主义建设接班人,体育作为大学教育的一部分也势必要转变传统的教学观念,确立“培养健全人格”的教育理念。

在教学过程中,教师要时刻注重促进学生身心健康和谐发展,在增强学生体质的同时注重心理健康的教育。高校体育教学要将学生培养成“具有良好的身体素质、体育道德精神、掌握运动技术与技能,掌握体育科学知识、具有良好的人际协调能力和较强的社会适应能力,并形成终身体育意识”<sup>[4]</sup>的全面发展的高素质人才,在教学内容、方法、目标等方面充分体现“培养健全人格”的教学理念。

### 3 确定科学与人文交融的体育教学目标

培养拥有健康体格和健全人格的高素质人才是高校体育教学的总目标。而总目标是由体能目标、技能目标、情感目标和社会适应性目标4个子目标组成的,只有在这4个子目标都完成的前提下,总目标才能得以实现。

体能目标要求学生在通过一段时间的体育训练后,其力量、速度、耐力、肺活量、血压、心率等体能指标达到体育教学所规定的要求,并通过所有的体能测试。技能目标要求学生掌握跑、跳、投、跨等基本运动技能以及两项及以上的专门运动技能,如球类、武术、游泳、体操、瑜伽等。情感目标主要是通过体育教学和训练激发学生对体育运动的兴趣,促进学生自主动地学习,将体育运动视作一种放松身心的方法去感受体育运动带来的快乐和惬意。社会适应性目标主要是通过体育教学和竞赛提高学生对社会的适应性,其表现为学生能够良好的处理与同学、队友的关系,可以良好的适应不同的生活环境等。

这4个子目标是不可分割的有机整体,它们之间具有高度的关联性和统一性。体能目标和技能目标是通过身体训练的方式实现,学习训练运动技能能不断增强体能,体能增强的同时又能进一步促进学生体育运动技能水平的提高,因此体能目标和技能目标是相互依存的。而情感目标和社会适应性目标的实现必须要以提高体育运动技能和增强体能为载体,促进学生情感调节能力和社会适应性能力的提高。这4个子目标必须从始至终贯穿于每一次体育教学活动中,给学生以潜移默化、润物无声的影响。

### 4 选择科学与人文交融的体育教学内容

高校体育课不能开成简单的“身体活动”课,要努力建构科学与人文交融的体育教学内容体系。

体育身体健康教育内容。体育身体健康内容应包括实践课程和理论课程。实践类课程是关于训练运动基础技能和专门技能的课程;理论课则是关于体育基本科学知识和身体养护与维护的课程,比如:自我诊断与保健、运动伤病及预防和治疗,运动与营养、体育欣赏和人体健康概述等课程<sup>[5]</sup>。

体育心理健康教育内容。体育不仅有健身的功能,更有娱悦身心的功能。体育运动可以起到“心理按摩”的作用,达到放松身心的效果。在体育课程内容的设计上,教师要着重考虑学生的兴趣爱好。清华大学和北京大学的体育课程设计很好的体现了“以人为本”的原则。清华大学设立的体育教学内容中含有大量的休闲娱乐类的课程,而北京大学在体育教学内容上就很注重学生的兴趣爱好培养,开设了30多种体育课程供学生们选择,尽可能地满足广大学生的需求。

### 5 采用科学与人文交融的体育教学方法

采用多样化的教学方法,突出学生的主体地位。教师需要充分考虑学生的需求,选择合适的教学方法,激发学生的兴趣。

示范讲解法是体育教学过程中教师采用的最普遍的一种教学方法。示范讲解法有3点要求:首先,动作要规范、有美感,能将体育运动技能要领用规范、漂亮的动作示范出来;其次,讲解要准确、有艺术,能将体育运动技能用通俗、生动的语言讲解出来;最后,注重师生之间、同学之间良好互动,提高学生的兴趣和积极性。比如上舞蹈体育课的时候,老师用优美规范的动作和富有艺术性的解说,把体育的美通过视、听传递到学生的心里,使其接受体育艺术的熏陶。在学生掌握基本动作之后,让学生自主组成

小队学习,老师则在周围观察学生的情况,必要时给予学生指导。只要老师能够充分应用好这种教学方法,学生的审美能力和学习兴趣会有很大的提高,教学效率也会大大提高。

情景教学法是指教师利用可用资源来创设生动、形象、逼真的场景,使师生设身处“境”愉快地学习体育知识与技能的一种教学方式。比如,老师在上排球课的时候,可以播放一段奥运会上中国女排比赛的视频,学生跟着中国女排跌宕起伏的比赛视频融入到比赛之中,感觉自己就像一个奥运会赛场的观众,心时刻被中国女排牵动着,被中国女排的排球技能和精神征服,为中国感到自豪,爱国情绪高涨。视频播放完之后,老师可以向学生提问,郎平主教练在比赛过程中应用了什么战术、有什么特点之类的问题,然后再有机地整合自己的教学内容来教学。这在一定程度上调动了学生的积极性,激发了学生学习的欲望,同时还让学生认识到比赛的真正意义,对待任何比赛都要科学备战、精心备战,对待任何比赛都要迎难而上、永不放弃,对待任何比赛都要消除杂念、弘扬体育精神。

教学方法多种多样,如何选择和组织则由老师根据自身教学内容来定。但如何应用教学方法将科学精神和人文精神进行融合,这就需要体育老师认真思考了。

## 6 探索科学与人文交融的体育教学评价

体育教学的目的在于让学生做到“学以致用”,而学生只有做到将所学的体育知识“内化于心,外化于行”,应用到自己的日常生活中,才算真正的“学有所成”。运动成绩虽然在一定程度上体现了学生对运动技能的掌握,但无法反映学生对体育的认识程度。因此,体育教学评价内容应包括两个部分:运动成绩与体育价值观<sup>[5]</sup>。运动成绩应包括体育科学与运动技能两方面;体育价值观应包括上课出勤率、课堂上的投入程度及其积极性、课外活动参与情况、集体精神、合作意识等因素。在评价过程中,体育价值观评价所占的比例应重于运动成绩的比例。

对学生的评价方法理应多元化。体育价值观的培养是一个缓慢的过程,是在体育学习过程中慢慢积累形成的,不是简单的运动成绩就可以体现出来的,所以体育教学要突出对学生的过程性评价,将终结性评价与过程性评价结合起来。在评价过程中,教师应考虑学生的个体差异现象。将学生按照身体状况来分类,然后分别制定相应的评价标准,对同一类别的学生要按照统一绝对的标准来评价,这种科学的绝对评价和人文的相对评价交融在一定程度上可避免因学生个体差异而造成评价不公平的现象。学生作为学习的主体理应积极参与到体育教学评价中,通过学生自评,再结合老师和同学的评价,可以让学生充分认识到自己的优点和不足,明确自己之后的发展方向。

## 7 结语

高校体育教学必须处理好科学精神与人文精神的关系,必须树立“科学与人文并重”的教学理念,只有将科学精神与人文精神融合到高校体育教学中,才能充分体现“育人为本,体格与人格并重”的体育教学观。

### 参考文献:

- [1] 马剑,邱丕相.从科学和人文精神看武术的生存与发展[J].体育学刊,2004(5):65-66.
- [2] 潘东,冯非,崔健.论体育的人文精神与科学精神的融合[J].北京体育大学学报,2010(6):41-42.
- [3] 中共中央国务院关于深化教育改革全面推进素质教育的决定[J].中国职业技术教育,1999(7):5-6.
- [4] 包春峰.构建与科学-人文-健康教育相融合的高校体育教学模式[D].天津:天津大学,2007.
- [5] 赵歌.构建“科学与人文教育”相融合的高校体育课程——北京交通大学与清华大学、北京大学体育课程设置的对比研究[J].运动,2014(3):52-53.

(责任校对 王小飞)