

高校专业田径课实施研究性教学的实验

杨 峰

(怀化学院体育学院, 湖南 怀化 418008)

摘 要:运用文献资料法、实验法、问卷调查法、数理统计法等研究方法,以2017级体育学院体育教育专业学生为研究对象,对怀化学院体育教育专业田径课程实施研究性教学进行实验研究,结果显示:田径课程投掷项目实施研究性教学与传统教学模式的对比,实验班学生无论是技能达标成绩还是技术评定成绩都优于传统教学模式,结果呈显著性差异($P < 0.05$);教学中采用研究性教学能提高学生学习的自主性,培养学生分析问题和解决问题的能力;对于培养大学生终身体育意识和行为及养成良好的锻炼习惯有积极的推动作用。并针对所存在的问题提出合理建议,旨在为高校田径课程改进教学方法和提高教学质量提供参考依据。

关键词:高校;田径课程;研究性教学

中图分类号:G807.4

文献标识码:A

文章编号:1007-7413(2018)03-0065-05

Empirical Study on Teaching in Field and Track Course for PE Major of Higher Education

YANG Feng

(PE Department, Huaihua College, Huaihua 418008, China)

Abstract: By way of literature review, empirical study, questionnaire survey and statistic method and so on, the paper carries out the empirical study with its subject of all PE majors in grade 2017 in Huaihua College pertaining to the implementation of research-oriented PE field-and-track course. It reveals that the results of the experimental groups which took a research-oriented teaching mode are better than the controlled groups in terms of skill standard level and qualified level with its significant difference ($P < 0.05$); furthermore, the new mode can boost students' autonomous learning capacity and cultivate their analytic and problem-solving abilities; finally, it plays a positive role in enabling students to form a life-long awareness and habit of getting into PE exercises.

Key words: higher education, field and track course, research-oriented teaching

随着现代社会政治、经济以及科学技术的飞速发展,人们的生活水平不断提高,健康意识也逐渐加强,健身跑和半程马拉松已成为大江南北人们最受欢迎和追捧的田径运动。田径作为高校体育专业的主干课程,是一项最古老的运动项目,不仅具有很高的竞技价值,还具有很强的锻炼价值。但长期以来,受传统竞技思想的束缚,广大教师在田径教学中过于追求田径运动的基本技术和技能,以提高运动成绩为目的,而忽视学生田径综合能力的发展和整体素质的提高,田径的健身属性在教学过程未得到体现,特别是“灌输式”传统教学的教学方法严重打击学生们学习田径课程内容的积极性和主动性,忽略了学生的主体

性,从而使学生们对田径课程学习失去了兴趣,形成田径课在高校体育教学中受到了学生的排挤。因此,要推进田径课程的改革和发展,巩固田径课程在高校的主体地位,必须摒弃陈旧的教学理念、教学模式、教学方法及评价机制,积极推行和实施研究性教学。本文根据研究性教学的特点,以田径投掷项目为例,探讨研究性教学在田径课程中的教学优势,并提出合理建议,为构建高校体育教育专业新的田径研究性教学模式提供理论参考。

收稿日期:2018-02-14

基金项目:2015年湖南省普通高等教育教学改革研究立项项目、怀化学院重点教改课题,“普通高校体育专业田径课程实施研究性教学的理论与实践——以投掷项目为例”(457)

作者简介:杨峰(1979—),男,湖南怀化人,副教授,硕士。研究方向:体育教学与训练。

1 研究对象和方法

1.1 研究对象

怀化学院体育学院 2017 级体育教育专业学生,随机抽取 1 术科班(学生 20 人,田径教学以研究性学习教学为主)和 4 术科班(18 人,田径教学以常规教学为主)作为实验班和对照班。

1.2 研究方法

1.2.1 文献资料法

通过中国知网检索收集有关研究性教学的文献,查阅体育教育教学的书籍和教材,从中整理出有关研究教学的基本方法和原理,全面了解研究性教学的研究现状和前沿动态,为本文的撰写提供理论支持。

1.2.2 实验法

本研究主要采用对照班与实验班进行铅球教学实验的对比,对照班课堂教学采用传统铅球教学方式,而实验班采用研究性学习进行教学,最终通过对照班和实验班的测试,获取相关的数据资料。

实验设计。根据课题的需要,研究性教学于 2017—2018 第一学年在 2017 级体育教育专业田径教学中实施,针对田径投掷项目教学的特点,将“以课题或问题为主导”的研究性学习方式引入到教学活动当中,通过理论教学与实践教学互融互动,引导和帮助学生主动地发现问题、分析问题、解决问题,并在研究探索活动中获取知识,逐步形成较为完善的田径铅球研究性教学的基本模式。铅球教学实验前随机选用 2017 级体育教育专业 2 个术科班学生,都为女生班,共 38 人。教学实验前后分别对怀化学院体育学院 2017 级体育教育专业的学生进行田径铅球达标及技术的对照,从而验证采用研究性教学模式对田径教学的效果,铅球重量为 4 kg。

实验时间。铅球研究性教学实验始于 2017 年 10 月 16 日—2017 年 11 月 10 日,共四周,每周 5 学时,铅球实验教学学时数总计 20 学时。

实验步骤。对照班和实验班的铅球教学目标、教学内容、考核方式、教学进度和教学学时数完全一致,对照班采用传统的教学方式授课。

(1)对照组实验步骤。采用传统常规的教学方法,以铅球教学为主线,主要包含以下几个方面:宣布

本次课的内容及要求;强调铅球技术的重点和难点;教师讲解铅球技术要领并完整示范;教师指导学生练习并纠正错误动作;学生重复进行练习;教师总结本课内容;期末进行铅球考核。

(2)实验组实验步骤(见图 1)。实验组是在教师指导下,根据学生自身的特点以及学生掌握铅球课程的基本理论、基本技术、基本能力的一般规律和心理特点,充分发挥学生的主体作用,教师设定具体的目标,把铅球研究性学习教学模式分为准备阶段、探究阶段、反思阶段三个阶段^[1],促使学生在研究性教学模式中不断提升基本技能与知识。首先,研究性教学的准备阶段是由教师引导学生进入问题情景,如为什么滑步推铅球会比原地推铅球远,滑步的目的和作用是什么?从而激发学生兴趣,引导学生主动地投入研究性学习,教师为学生确定基本的研究范围;教师根据学生反馈的问题,成立研究小组。其次,探究阶段是在学生明确研究目标后,针对“如何超越器械利用滑步把铅球推得更远”的问题,收集相关资料,由学生自主参与、自主思考、自主探索,归纳和总结出解决问题的重要思路和观点,教师要引导学生一分为二地看待问题,小组内进行意见交流。最后,反思阶段是对研究活动进行总结、评价和反思,主要是对上课的内容进行归纳整理、总结提炼,引导学生思考除了“滑步技术”是否还有其他更好的推铅球技术,逐渐把学生引导到“旋转式推铅球”技术环节,让学生进行思维碰撞,形成书面材料进行交流和研讨,互相学习,共同提高^[2]。

1.2.3 问卷调查法

根据论文需要,遵循体育科研方法问卷设计的基本要求,设计《高校体育教育专业田径课程实施研究性教学的实验研究》教学效果问卷一份,并通过了有关专家的效度检验,总体为“合适”。采用问卷调查法,共发放问卷 38 份,其中对照班 18 份,实验班 20 份,共回收问卷 37 份,其中有效问卷 36 份,回收问卷有效率为 94.7 %。

1.2.4 数理统计法

收集和统计研究课题相关资料,用 SPSS17.0 软件对实验前后所得的有关实验班和对照班学生的数据进行数据统计,并进行 t 检验,保证研究的客观性和科学性。

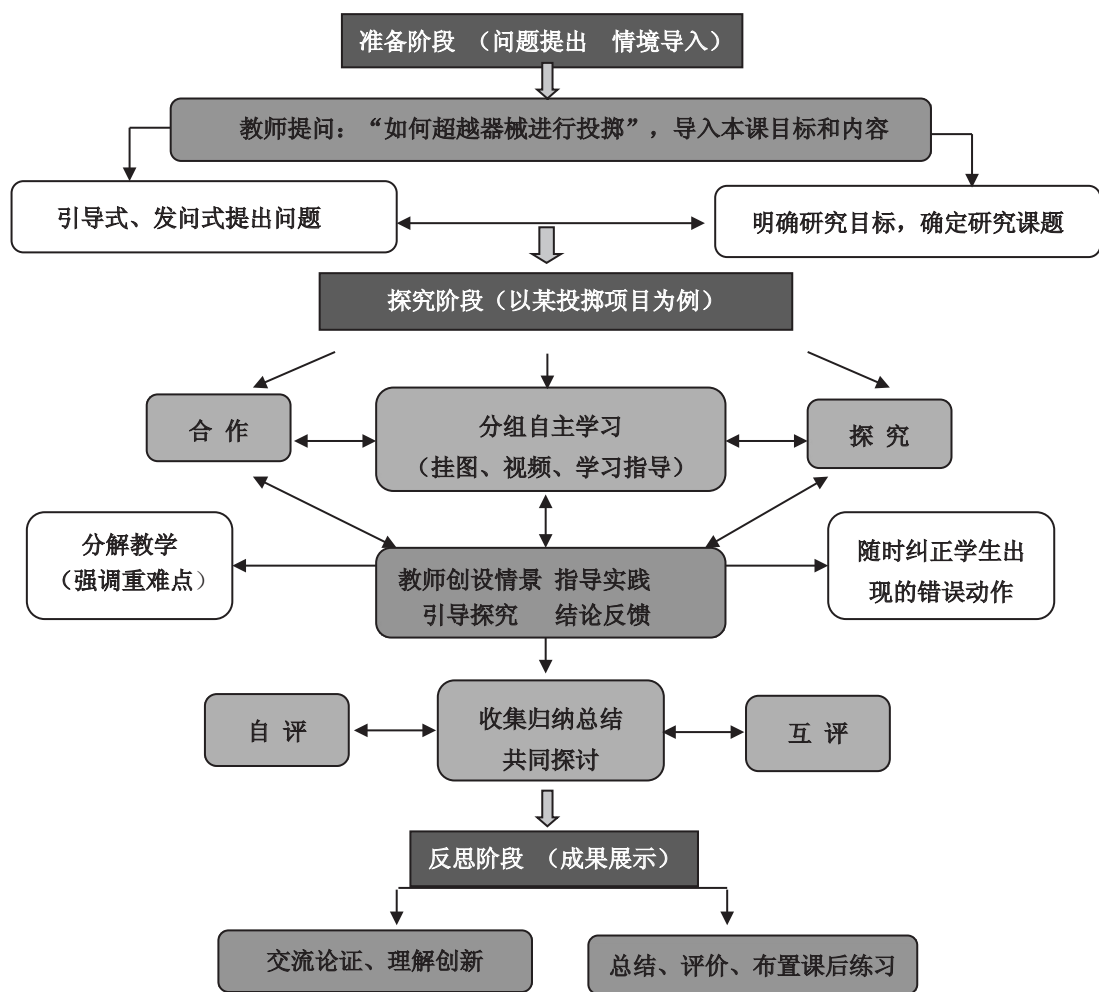


图1 田径课程研究型教学的实施过程

2 研究结果与分析

2.1 研究型学习教学模式的理论解读

研究型学习产生于19世纪末和20世纪初的美国,由美国著名哲学家、教育家、实用主义哲学的创始人杜威和美国进步主义教育家克伯屈针对传统教学“以教师为中心、学生被动接受型教育”教学模式提出来的^[3],它是与接受性学习相对的一个概念,以学生的自主性学习和探索性学习作为基础,教师通过创设一种类似科学研究的情境,引发、促进、支持和指导学生的研究型学习活动,让学生通过主动的探究和亲身的体验,结合自主学习和反思探索学习的过程,学会信息的收集和整理,增进学生的思考力和创造力,从而完成教学任务的一种教学思想、教学模式和教学方法。

我国对研究型学习的理论及实践探讨开始于20

世纪80年代,随着知识经济时代的到来,社会对人才培养模式提出了更高要求,为转变学生的学习方式和教师的教学方式,发展和培养学生的创新意识、实践能力及个性,研究型教学逐渐成为基础教育改革的重点^[4]。随着教学改革不断深入和发展,教育部在2000年就将研究型学习列入我国普通高中新课程计划。随后,2001年,国家教育部又印发《普通高中“研究性学习”实施指南(试行)》的通知,增设了包括研究性学习在内的综合实践活动,这标志着“研究性学习”正式进入我国的课程领域。研究型学习作为一种课程形态,广义的理解是学生探究的一种学习方式,即新课程所倡导的自主、合作、探究的学习方式中的探究性学习方式,它可以渗透于学生学习的所有学科和所有活动之中;狭义的理解是一种专题研究活动,以课题或问题为中心,学生在教师指导下,从社会生活中选择热门事件或话题并确定研究专题,结合自主学习、合作学习、体验学习和反思探索学习的过程

程,以类似科学研究的方式,主动地获取知识的学习活动^[5]。

2.2 铅球教学实验前、后的对比分析

2.2.1 教学实验前测结果

2017 级体育教育专业学生进校后,在田径铅球课程授课前进行身体形态和身体素质的测试。根据表 1 统计显示,对照班和实验班学生的身体形态(身

高和体重)的测试数据,经过 t 检验后, p 值分别是 0.983 和 0.252,都大于 0.05,无显著性差异;其次,通过对两个班身体素质数据(100 米、立定跳远、原地推铅球)的测试, p 值分别是 0.435、0.476 和 0.679,均大于 0.05。由此可见,对照班和实验班的学生无论是身体形态还是身体素质,都无显著性差异,符合实验条件。

表 1 实验前对照班和实验班学生基本身体形态、身体素质检验统计

项 目	对照班	实验班	t	p
身 高	163.2 ± 4.7	163.2 ± 3.1	0.022	0.983 > 0.05
体 重	50.7 ± 1.5	51.2 ± 1.3	1.163	0.252 > 0.05
100 米	15.02 ± 0.45	14.88 ± 0.63	0.789	0.435 > 0.05
立定跳远	1.98 ± 0.10	1.96 ± 0.10	0.736	0.476 > 0.05
原地推铅球	6.08 ± 0.48	6.14 ± 0.42	0.417	0.679 > 0.05

2.2.2 教学实验后测结果

通过对实验班和对照班分别采用研究性教学 and 传统模式教学,教师在 20 学时内按质按量地完成了侧向滑步推铅球教学目标、教学内容和考核。由于铅球成绩的考核结果具有一定的直观性和可操作性,通过分析学生的成绩,可以较全面地了解学生对侧向滑步推铅球技术和技能的掌握程度。通过考核对照班和实验班学生侧向滑步推铅球成绩可以看出(表 2),实验班学生的技能成绩普遍比对照班学生的技能成

绩要高一些,几乎人均高出 0.35 m 左右, P 值是 0.028,呈显著性差异($P < 0.05$);而从侧向滑步推铅球技术评定成绩看来,实验班和对照班的女生的技术成绩人均相差 4.7 分, P 值是 0.012,同样呈显著性差异($P < 0.05$)。由此可以得出,研究性教学在田径课程铅球项目的教学效果明显优于田径的传统教学,这对于推动铅球技术的教学改革有积极的意义。

2.3 铅球教学实验前、后学生满意度调查对比分析

表 2 实验后对照班和实验班学生侧向滑步推铅球成绩检验统计

项 目	对照班	实验班	t	p
推铅球技能达标	6.54 ± 0.49	6.89 ± 0.45	2.286	0.028 < 0.05
推铅球技术评定	70.7 ± 5.5	75.4 ± 5.5	2.642	0.012 < 0.05

随着我国教育的不断深化和发展,体育教育作为学生的德、智、美的基础本应受到越来越多的喜爱,但现实状况却并不令人感到乐观,尤其是田径铅球运动^[6]。而研究型教学是根据传统型教学的不足而提出的一种新型的教学模式,在课堂互动式研究型教学中,学生的抵触心理逐渐消除,在教师有效的鼓励与引导下,学生能够快速地掌握侧向滑步推铅球技术,从而获得极大的成就和满足感。从表 3 的调查情

况可知,实验班学生对于铅球的研究性教学的认同满意度较高,达到了 85%,对于新技术和新事物的学习方式有浓厚的兴趣。研究型教学是以教师为主导,以学生为主体,强调学生的学习过程,淡化学生的学习结果,注重培养学生创造性思维能力的方法,它激发学生的学习兴趣,以创新能力和实践能力的培养作为教学的重点,这不仅提高了教师的工作效率,而且提高教师的教学科研能力。

表 3 实验后对照班和实验班学生学习满意度调查统计表 $n = 38$

组别	非常满意		满 意		基本满意	
	人数	比例/%	人数	比例/%	人数	比例/%
对照组	4	22.2	9	50	5	27.8
实验组	5	25	12	60	3	15

3 结论与建议

3.1 结论

(1)在通过对实验班和对照班分别采用研究型教学 and 传统教学模式的对比,实验班学生无论是技能达标成绩还是技术评定成绩,普遍比对照班的学生高出很多,呈显著性差异($P < 0.05$),说明田径课程投掷项目中实施研究型教学是可行而且是有必要的。

(2)在田径课程投掷项目实施研究性教学,改变原有传统“灌输式”的教学模式,教师在课堂上导入情景,采用问题导入法、合作学习法及小组自主学习等研究法进行田径教学,为学生创造良好的研究性学习环境,不断提高学生学习的自主性,培养了学生分析问题和解决问题的能力,教学过程得到广大学生的一致认同,满意程度较高。因此,随着田径学习方式的转变,学生的主体性得到充分发挥,在一定程度上导致学生认知态度的转变。

(3)在田径课程投掷项目实施研究型教学,不仅能大大提高学生的运动能力和成绩,同时还扩充了学生田径相关的知识体系,对培养大学生终身体育意识和行为,养成良好的锻炼习惯有积极的推动作用。

3.2 建议

(1)研究型教学过程中要充分体现学生的主体地位和教师的主导作用,教学过程中重视学生的主观意愿,培养学生独立的探究能力,鼓励学生多方位、多个角度去分析和解决问题,注重学生学习潜力的挖掘。

(2)教师要努力转变传统的教学观念,树立新的教育思想和教学理念,不断提高自己的专业知识技能

和教学水平,探索新的教学模式和教学方法,优化教学环境,充分发挥学生的自主能力,根据学生的不同水平层次进行分组与讨论,引导学生客观地评价自己和他人的能力。

(3)研究型教学重在引导学生的“学习”,而不是单纯地“研究”,在教学过程中应根据教学内容合理选用研究型教学,千万不能忽视系统基本体育理论知识的掌握和积累,从而又步入学习的另一个误区^[7]。

(4)任何一种教学方式犹如一把双刃剑,都有其优点和局限性,研究型学习也不例外。我们在提倡研究型教学的同时,一定要从学科的实际出发,积极地、有效地选用这种探究性学习方式,以便充分发挥它所固有的优越性。

参考文献

[1]季晓静,马晓丽. 体育教育专业铅球教学中实施研究性教学的实验[J]. 首都体育学院学报,2010,22(4):63-67.

[2]杨峰. 高校体育教育专业田径课程研究性教学模式的构建研究[J]. 体育科技,2017,38(1):129-131.

[3]王升. 研究性学习的理论与实践[M]. 北京:北京教育科学出版社,2002:3-4.

[4]秦安祥,杨军. 研究性学习在体育教学中的应用[J]. 钦州学院学报,2007,22(6):95-97.

[5]王正然,单美玲. 研究性学习在体育教学中应用的研究[J]. 北京体育大学学报,2004,24(8):1089-1092.

[6]魏铭泽. 主体性教学模式在高中田径铅球教学中的实验研究[J]. 北京体育大学学报,2014,24(5):70-73.

[7]冉令华,金勇. 体育专业理论知识的教与学应提倡研究性学习方法[J]. 哈尔滨体育学院学报,2005,23(84):3-5.

[责任编辑 魏 宁]