

“以学生为中心”的大学体育课程教学设计研究

房晓伟¹ 施海波²

(1. 北京石油化工学院体育部, 北京 102617; 2. 北京建筑大学体育部, 北京 100044)

摘要: 运用文献资料、专家访谈、教学实践等方法, 基于“以学生为中心”教学理念, 对大学体育课程教学设计进行研究。目前, 我国大学体育课程存在教学重心错位、学习效果不佳、育人功能弱化等问题, 在“以学生为中心”理念的指导下, 大学体育课程教学设计应以学生学习为重点、以学习效果为目标、以学生发展为导向, 提出教学设计: “三位一体”教学目标、“四大模块”教学内容、“混合式”教学方法、“形成性”考核评价方法, 实现由“教”到“学”的转变, 做到“教会、勤练、常赛”, 培养大学生自主学习、主动锻炼的运动健身习惯, 帮助大学生在运动中享受乐趣、享受体育, 促进大学生身心健康, 体魄强健。

关键词: 体育教育; 大学体育课程; 教学设计; “以学生为中心”

Research on the Teaching Design of Student-Centered College Physical Education Course

FANG Xiao-wei SHI Hai-bo

(1. Department of Physical Education, Beijing Institute of Petrochemical Technology, Beijing 102617, China; 2. Department of Physical Education, Beijing University of Civil Engineering and Architecture, Beijing 100044, China)

Abstract: Adopting research methods of literature, expert interview and teaching practice, the paper aims to study the teaching design of college physical education on the basis of the student-centered teaching concept. At present, there are some problems in college physical education in China, such as misplacement of teaching focus, poor learning effect and weakening of education function. Under the guidance of the student-centered concept, we put forward the teaching design of college physical education including "trinity" teaching goal, "four modules" teaching content, "mixed" teaching method and "formative" assessment with students' learning as the focus, learning effect as the goal, and students' development as the guidance, which can realize the transformation from "teaching" to "learning", achieve "teaching, diligent training and regular competition", cultivate college students' habit of self-study and active exercise, help them enjoy fun and sports in exercise, and promote their physical and mental health.

Keyword: physical education; college physical education course; teaching design; student-centered

2018年9月10日, 在我国第34个教师节来临之际, 党中央召开新时代第一次全国教育大会 (改革开放以来第五次全国教育会议), 习近平总书记强调“要树立健康第一的教育理念, 开齐开

基金项目: 北京石油化工学院教育教学改革与研究重点项目 (ZD20141001; ZD20161101)

第1作者简介: 房晓伟, 男, 博士, 副教授, 研究方向为体育教育训练学。

足体育课,帮助学生在体育锻炼中享受乐趣、增强体质、健全人格、锤炼意志”^[1],为大学体育指明了改革的方向、确立了发展的目标,具有重要的指导意义。

20世纪80年代教学设计传入我国,即“运用系统方法分析教学问题和确定教学目标,建立解决方案、评价试行结果和对方案进行修改的过程”^[2]。教学设计是课程教学的关键环节,只有做好教学设计,才能创造出精品课程。大学体育课程教学设计有层次之分,包括宏观、中观以及微观。大学体育课程教学设计具有几个特征:教什么,即教学目标;怎样教,即教法和学法;教的结果,即教学评价。大学体育课程教学设计就是研究教学目标,并依据教学目标策略性、计划性的设计教学活动以实现教学目标,完成教学任务。本文基于“以学生为中心”教学理念,秉承以“学生学习、学习效果、学生发展”为中心,以大学体育课程教学设计为视角,从教学目标、教学内容、教学方式以及考核评价方法等方面对大学体育课程开展教学设计的再审视,旨在通过对大学体育课程教学设计的研究为大学体育课程教学改革与发展提供借鉴意义。

1 我国大学体育课程教学现状

大学体育课程教学是大学体育教育的核心。通过问卷调查显示,喜欢“体育运动”的学生比例占到80.25%,但对大学体育课程教学满意的学生比例仅占20.65%,表明大学体育课程限制了学生学习体育的积极性。目前,大学体育课程教学面临严峻挑战,存在亟待解决问题。

大学体育课程教学重心错位。大学体育课程教学重心围绕教师、教材以及课堂进行。教师在课程中处于主导位置,学生盲目模仿教师技战术动作,忽视了学生的主观能动性,导致学生参与度不高,难以培养学生主动学习和自主锻炼意识。教材内容依然以“三基”为主,即体育基本知识、基本技术以及基本技能^[3]。教材内容单调枯燥,缺乏实用性、创造性。课堂上教师往往只以讲授为主,重视“教”的过程,“示范—讲解—练习”贯穿整个课堂教学,课堂形式死板、僵化,限制了学生主体性和多样性。大学体育课程教学的“课

下”环节,即课外体育锻炼没有得到重视,组织形式、管理体制与机制需要进一步完善,学生课外体育锻炼效果没有得到保障。

大学体育课程学习效果不佳。大学体育课程边缘化处境、安全第一及竞技体育本位思想意识严重,背离了增强身体素质、促进学生全面发展的大学体育课程教学目标。大学体育课程教学目标的“背离”导致学生学习效果“孱弱”,大学生体质与健康测试是衡量大学体育课程学生学习效果的重要标准,《2014年全国学生体质与健康调研结果》显示,我国大学生体质与健康主要存在三个主要问题:大学生身体素质继续呈现下降趋势;视力不合格率居高不下;体重超重、肥胖率持续上升^[4]。大学体育课程采用“总结性”考核评价方法,没有建立及时、高效的学习效果评价反馈机制,学生不清楚自己的学习情况,技战术掌握程度,延误调整学习方法恰当时机,影响教师改进教学设计,学习效果不佳,大学体育课程育人功能弱化。立德树人,是具有中国特色社会主义教育的根本任务。以体育人,是我国大学体育课程的本质属性^[5]。大学生正处于身体发育的青年期,是人生观、价值观以及世界观形成的关键时期。大学体育课程教学长期重视知识育人、技能育人,弱化了思想育人。没有充分挖掘大学体育课程中蕴含的思政教育资源,难以引导学生将所学到的知识和技能转化为内在的德行和素养。如何发挥大学体育课程思政建设的育人功能,怎样将体传授育理论知识、增强运动技能与塑造价值观相结合,是大学体育课程教学设计的首要问题。

2 “以学生为中心”教学理念

2.1 “以学生为中心”教学理念的内涵

“以学生为中心”教学理念是舶来品,最初在1952年哈佛大学组织的学术研讨会上由美国心理学家卡尔·罗杰斯提出,在当时引起了众多学者的激烈争论,被美国教育史学家称为“罗杰斯挑战”。随着脑科学、神经科学及认知科学的发展,为“以学生为中心”教学理念提供了科学依据,也使其得到越来越多各国高校认可,1980年以来美国高校开始“以学生为中心”本科教学范式改革。联合国教科文组织于1998年在法国巴黎召开世界高等教育大会,指出“高等教育需要‘以学生为中

心’的新视角和新模式,把学生及其需要作为关注的重点”^[6]。“以学生为中心”教学理念首次被联合国官方机构正式确认,其有三个主要特征,即“以学生发展为中心、以学生学习为中心、以学习效果为中心”^[7]。

“以学生学习为中心”,教学过程的中心是“学”而不是“教”。改变以教师的“教”为中心的传统教学模式,实现以学生的“学”为中心的转变;“以学习效果为中心”,由以往“教什么”转变成“学什么”,重视学生学习效果,即学到什么。重视评价和反馈在教学过程中的作用,即考核评价方法的优化,以促进教师和学生及时调整教学和学习;“以学生发展为中心”,根据学生当前的状态,完成青年期特定发展任务,尽可能发掘学生的潜力,促进其全面发展。

2.2 “以学生为中心”视角下大学体育课程教学设计的价值

大学体育课程教学设计应以学生学习为重点。突出学生学习是大学体育课程教学的中心,教师的教是主导,学生的学是主体。教师的教法突出启发式教学法、探究式教学法以及情景体验式教学法,学生的学法突出目标学习法、合作学习法以及观察自评学习法,促使学生建立评判性思维。培养学生自主学习和主动锻炼的能力以及终身体育的意识,改变教师“灌输”式的授课方式,教师是学生学习环境的创建者、学习活动的策划者以及学习过程的主导者。大学体育课程教学设计应突出学生自主学习、主动参与,而非被动接受、盲目模仿。

大学体育课程教学设计应以学习效果为目标。效果即目标,关注学生学习效果的价值有两点:其一,优化合理考核评价方法,建立及时有效的反馈机制,监控学生学习情况,发现教学过程中存在问题,帮助学生改进学习方法,帮助教师调整教学设计;其二,学生学习效果包括短期效果和长期效果,直接效果和间接效果。大学体育课程教学短期效果促进身心健康,长期效果培养终身体育意识;直接效果增强身体素质,锤炼学生的技战术能力,提高实战水平,间接效果培养团队精神、合作意识以及顽强拼搏的意志品质等等。

大学体育课程教学设计应以学生发展为导向。

“完全人格,首在体育”。根据学生当前的状态,加强大学体育课程育人功能,即在大学体育课程教学中融入价值理念教育,充分发挥大学体育课程思政教育优势,促进学生全面发展。大学体育课程不同于其他课程,有其本身的课程特征,每个年龄段学生身心特点不同,青年时期有其特定发展任务,只有当我们了解了大学生身心发育特点以及规律,尽最大可能挖掘学生的潜力,才能真正抓住他们身心发育“敏感期”,通过大学体育课程发展非智力因素。

3 “以学生为中心”的大学体育课程教学设计

大学体育课程教学设计坚持“以学生为中心”,遵循教育教学规律与体育项目特征,根据大学生身心发育特点与运动训练规律,科学制定大学体育课程教学设计,以兴趣为引导,注重快乐教学与因材施教,真正促进大学生身心健康、体魄强健。根据“以学生为中心”教学理念的三个基本特征,对大学体育课程进行教学设计,主要从教学目标、教学内容、教学方法、考核评价方法等方面展开设计。

3.1 “三位一体”教学目标

大学体育课程教学目标紧密围绕以学生学习、学习效果以及学生发展为中心的三个特征展开设计。遵循布卢姆教学目标分类方法,包括三个主要方面,即“认知领域”“技能领域”及“情感领域”,由低到高六个层次,即“记忆—理解—应用—分析—评价—创造”^[8]。习近平总书记在全国教育大会提出“享受乐趣、增强体质、健全人格、锤炼意志”,以此构建我国大学体育课程“三位一体”教学目标,即知识、技能以及价值。

知识包括体育项目知识和健康知识。大学体育课程不但讲授各个项目的专项知识,更要注重青少年人体健康知识,培养学生健康锻炼的习惯,如篮球项目,运动损伤与防护、运动营养的搭配、科学安排健身锻炼以及运动恢复等等;技能是指大学体育课程包括的专项运动技能,牢牢把握大学体育课程是为了促进大学生身心健康,而非培养专业运动员,要理解学生、尊重学生,根据学生当前状态,合理安排教学内容;价值包括健全人格与锤炼意志,通过正式竞技体育比赛培养学

生遵守规则的意识,培养团队合作的精神,磨炼学生顽强拼搏的意志品质,培养学生爱班主义、爱校主义以及爱国主义精神以及以平和的心态面对输赢。

3.2 “四大模块” 教学内容

大学体育课程教学内容设计遵循“以学生发展为中心”原则。以教学目标为导向,反向设计教学内容,构建“课上+课下”大学体育课程一体化体系:包括四个大学体育课程教学内容模块:理论知识模块、运动训练模块、竞技比赛模块以及比赛欣赏模块。理论知识模块包括体育理论知识与运动健康知识,以专题形式组织、以实用性为主,调动学生积极参与到课堂上。运动训练模块包括各个专项基本技术以及基础战术配合,启迪学生、引导学生自主学习,主动锻炼,利用课余时间积极参加体育训练。竞技比赛模块包括体育比赛规则、裁判法、比赛组织编排以及组队参赛,锻炼学生组织、协调及沟通能力。比赛欣赏模块包括观赏比赛与撰写小论文。通过观看高水平竞技体育比赛,如足球世界杯,篮球 NBA、CBA 等精彩比赛,经典的“绝杀”瞬间,陶冶学生情操、满足精神享受,凝聚体育情节,增加参与体育运动兴趣,培养终身体育意识打下坚实基础。

大学体育课程思政教育,是将体育专业知识和技能与价值理念有机融合,是隐性的课程思政。以体育运动领域的典型案例讲解,对学生开展爱国主义教育,如中国女排的爱国、拼搏精神。以体育竞赛规则的传授,对学生开展公平、公正、法治、诚信教育;以体育运动基本功的刻苦训练与考核,培养学生的敬业精神和坚韧不拔品质;以体育竞赛环节实践,培养学生团队协作意识和奋发图强精神。总之,大学体育课程教学内容要聚焦教学目标展开设计,从教师“教什么”转变成学生“学什么”,完成教学任务、实现教学目标。

3.3 “混合式” 教学方法

在教学设计中,关于教学方法设计是十分重要的内容,它是“怎么学”的具体实施方案,包括为实现教学目标而设计的教法和学法。

大学体育课程教学方法设计遵循“以学生学习为中心”原则。根据大学体育课程教学目标,构建“线上+线下”混合式教学方法。随着现代

信息技术不断发展,大学体育课程知识的获取方式、传授方式、教与学都发生了革命性变革,慕课、微视频、翻转课堂走进了大学体育课堂^[9]。在大学体育课程教学方式设计上打造以课堂为主,蓝墨云班课、雨课堂等现代教学信息平台为辅的教学方式。教学内容分为四个模块,将每个模块再进一步细分成知识点。全班同学划分成若干小组,每个小组由 5~7 名同学组成。每一堂体育课主要学习内容,利用蓝墨云班课等平台将教学内容在课前发布给学生,使学生能够课前预习相关知识,学习材料以文本、图片以及视频等形式发布。学生通过课前自主学习主要知识点,课堂上首先进行小组讨论与自主练习,每组一名同学讲解动作要领或相关知识点,教师根据学生们的讲解、学生练习情况进行归纳总结,并给出完整准确的动作示范,使学生能够建立完整合理的动作技术结构。通过自主学习—提问、回答—教师讲评一再练习,教师在学生遇到“瓶颈”时给予启发和指点,使学生由被动接受变为主动获取,将学习的主动权交给学生,培养学生自主学习和主动练习意识。

3.4 “形成性” 考核评价方法

大学体育课程教学考核评价方法设计遵循“以学习效果为中心”原则。考核评价是对学生的学习质量做出客观衡量和价值判断的过程^[10]。形成性考核评价方法,了解学生的学习情况,发现教学过程中存在问题,能够及时、有效对教学情况进行反馈,提示教师优化教学方案,帮助学生调整学习方法。

根据大学体育课程教学目标,构建课内外相结合的“形成性”考核评价方法。课程考核评价方法要突出过程管理,从学生出勤情况,课堂上表现情况,课外训练情况,参与比赛情况,体育运动与健康知识以及专项运动技能等等方面进行全面综合评价。由课堂上延伸至课内外相结合,即“体育课+课外训练”。每周安排课外训练任务,通过学习平台上传训练图片或视频,教师及时给予评价反馈,帮助学生纠正技术动作,实现远程监控,有利于技术动作巩固与提高。同时给予一定分数,鼓励学生积极参加课外训练。大学体育课程不同于其他学科,有其自身项目特点以及训

练规律。将考核维度由课堂上扩大至课内外相结合,正是基于体育运动项目特征以及遵循训练规律,引导学生积极参加课外锻炼。突出“形成性”考核评价方法,以蓝墨云班课、雨课堂等现代教学信息平台为依托,有利于调动学生学习积极性,培养学生自主学习、主动训练,实现以学习效果为中心。由“教学”发展成“教学+训练+比赛”。学生以“小组”为单位开展训练与比赛,改变以往考核“教学效果”单一模式,增加训练与比赛。通过训练的参与情况,比赛的组织情况以及比赛表现情况,达到锻炼学生组织协调能力、与人沟通交流能力以及遵守规则的意识等等非智力因素的提高。最后,增加体育运动理论与健康知识。形成“线下+线上”有机统一的评价方法,体育运动理论与健康知识可以借助蓝墨云班课、雨课堂等现代教学信息平台在线上完成,学生可以得到及时有效的反馈,提高学生健康生活意识。

4 结语

教学设计是课程教学的精髓与灵魂,目前大学体育课程教学设计还没有得到重视。大学体育课程教学设计是对大学体育教学的目标、内容、活动方式与方法的规划和设计,教师按照教学设计指导学生从事各种教学活动。“以学生为中心”的大学体育课程教学设计,坚持以学生学习为中心、以学习效果为中心、以学生发展为中心。依托高校阳光体育联赛,建立“一个中心,双轮驱动,三维保障,四位一体”的大学体育课程体系,即以学生为中心;以翻转课堂为基础的“课上+课下、线上+线下”双轮驱动混合式教学方式;以课堂教学、课余训练、竞技比赛相结合保障体系,做到“教会、勤练、常赛”^[11];完成享受乐趣、增强体质、锤炼意志、健全人格的课程教学目标。创设实战情境教学环境,感受真实的比赛过程,培养体育核心素养。体育课程“形成性”考核评价方法突出过程管理,从学生出勤情况,课堂上表现情况,课外训练情况,参与比赛

情况,体育运动与健康知识以及体育运动技能等方面进行全面综合评价。实现从“教”到“学”的转变,从教师“传授模式”到学生“学习模式”转变,使学生能够享受到体育教学过程中的快乐,进而激发学生参与课堂教学热情,培养良好的健身运动习惯以及健康的生活方式。

参考文献:

- [1] 毛振明,李捷.响应全国教育大会号召,让学生在体育锻炼中享受运动乐趣[J].北京体育大学学报,2019,42(1):23-29.
- [2] 刘献君.论大学课程设计[J].高等教育研究,2018,39(3):51-57.
- [3] 段健芝,黄晓华,龙宋军.大学体育课程主流思想流变的历史审视[J].体育与科学,2011,32(5):104-106.
- [4] 2014年国民体质监测公报[EB/OL].[2019-12-25].
<http://www.sport.gov.cn/>.
- [5] 杨祥全.铸魂育人:体育课程思政建设的紧迫性与自身优势探究[J].天津体育学院学报,2020,35(1):13-16.
- [6] 李嘉曾.“以学生为中心”教育理念的理论与意义与实践启示[J].中国大学教学,2008(4):54-58.
- [7] 赵炬明.论新三中心:概念与历史——美国SC本科教学改革研究之一[J].高等工程教育研究,2016(3):35-56.
- [8] 洛林·W.安德森,等编.布鲁姆教育目标分类学[M].蒋小平,等译.北京:外语教学与研究出版社,2009.
- [9] 袁吉,于清.大学体育课程体系创新设计[J].武汉体育学院学报,2001,35(1):80-82.
- [10] 徐伟,姚蕾,彭庆文,等.新形势下大学体育课程改革问题探讨与发展路径[J].北京体育大学学报,2018,41(5):79-86.
- [11] 王登峰.教育中的体育和体育中的教育[J].体育科学,2017,37(12):3-6.

(编辑:鲍婷)