

运动教育模式实施策略研究

高航¹ 高嵘²

(1. 北京科技大学体育部, 北京 100083; 2. 北京师范大学体育与运动学院, 北京 100875)

摘要: 在调查研究基础上, 对运动教育模式的实施过程和实施方法进行分析, 指出该模式的实施过程具有明显的模式化、较强的操作性特征, 能为我国的体育教学过程研究提供有价值参考。

关键词: 体育教育; 运动教育模式; 教学过程; 运动季

运动教育模式全称是运动教育课程与教学模式 (Sport Education curriculum and instruction model, 英文缩写为 SEM), 是美国著名的七种教学模式之一, 在培养学生的运动志趣、运动能力、社会适应性, 以及终生体育观的形成等方面有十分独特的作用。该模式自 80 年代初由美国著名体育学者西登托普 (Darly Siedentop) 先生提出后, 经过 20 多年的发展, 已成为当今西方极具代表性的一种体育课程和教学模式。目前它已在新西兰和澳洲得到广泛推广, 我国的台湾和香港地区也较早引进该模式^[1], 在我国的本土化研究中被证实教学效果良好, 并表现出操作步骤具体、教学过程模式化的特征^[2]。

运动教育模式的实施策略是教学目标达成的关键, 在制定实施策略时必须考虑教学思想、教学过程、教学方法、实施原则和注意事项等多方面的因素。体育教学过程是实施体育教学并达成体育教学目标的教育过程, 其结构是支撑体育教学模式的基本骨架, 体现了教学模式的稳定性^[3]。由于体育教学过程存在于体育教学的实践中, 并通过教材、教学单元、教学活动来体现, 而且涉及教师、学生、教材、传播媒介等多种影响因素, 所以对某种体育教学模式的教学过程进行系统的总结、归纳有一定难度。虽然目前对体育教学模式的研究呈现出“百花齐放”的局面, 但对其过程结构的研究不够深入, 致使教师在运用模式教学时缺乏具体指导。有鉴于此, 深入分析运动教育模式的教学实施过程和实施策略不仅有益于该模式的推广和实施, 而且更有益于认知和把握体育教学模式的实施规律与范式。

一、运动教育模式实施策略的结构解析

运动教育模式已取得良好的教学效果, 对教师 (运动教育模式的操作者) 而言, 需要在教学中贯彻运动教育模式的思想、分析运动教育模式各个阶段的教学特点、把握运动教育模式教学过程的实施原则。

(一) 运动教育模式的指导思想和教学目标解析

1. 运动教育模式的指导思想

运动教育模式的指导思想是使学生获得真实的、有教育意义的、丰富的运动体验。教师是教学过程的实施者, 只有在实施前充分理解和熟悉运动教学模式的指导思想, 才能在教学中深入贯彻和实施。

2. 教学目标

运动教育模式的教学目标是使学生成为有能力的 (competent)、有运动素养的 (literate) 和热情的 (enthusiastic) 运动参与者。有能力的运动者是指运动者应该具备一定的运动技能; 有运动素养的人是指学生应该了解运动规则、礼仪和运动中的传统习俗, 遵守体育行为和道德规范, 球迷或者观众应该懂得欣赏体育运动; 热情的运动者是指运动文化应该打破地域、民族的界限得到良好的继承、发展和创新。通过运动教育, 学生应达到的具体目标如下:(1) 掌握专项运动技能;(2) 了解掌握一定的运动战术并具备评价能力;(3) 体适能得到改善;(4) 有能力选择参与适合自身水平的运动;(5) 有和其他同学共同制定运动策略和管理运动学习的能力;(6) 在团队中成为有责任感的领导;(7) 具有团队精神;(8) 学会欣赏体育项目;(9) 发展决策能力和解决问题的能力;(10) 了解裁判知识;(11) 养成参与运动的习惯和意识。

3. 运动教育模式有六个主要的特征

运动教育模式有六个主要的特征, 即运动季 (Seasons)、团队联盟小组 (Affiliation)、正规比赛 (Formal Competition)、最终比赛 (Culminating Event)、成绩记录 (Record Keeping) 和庆祝活动 (Festivity), 这六个特征密切相关, 相辅相成, 缺一不可。

“运动季”是运动教育模式中的核心概念, 它类似于我国体育教学中的教学单元, 但又有不同之处。美国学者 Michael W. Metzler 认为“运动教育中使用的是运动季而不

第一作者简介: 高航 (1971-), 男, 河南省新乡人, 讲师, 硕士。TEL:13601094440。E-mail:bkdtby@sina.com。

是传统的体育教学单元，一个运动季通常包括练习期（a practice period）、季前赛期（a preseason）、正式比赛期（a regular season）和有最终比赛（culminating event）的季后赛期（postseason），赛季的长度应不少于 20 节课。”^[4]而台湾学者廖智倩认为“运动季通常包括季前期、竞赛期和决赛期，活动单元要比传统体育课活动单元的时间长上 2~3 倍，这样可以使学生对某一竞赛运动有更深的认知与了解，并在运动经验上得到精熟的机会。”^[5]

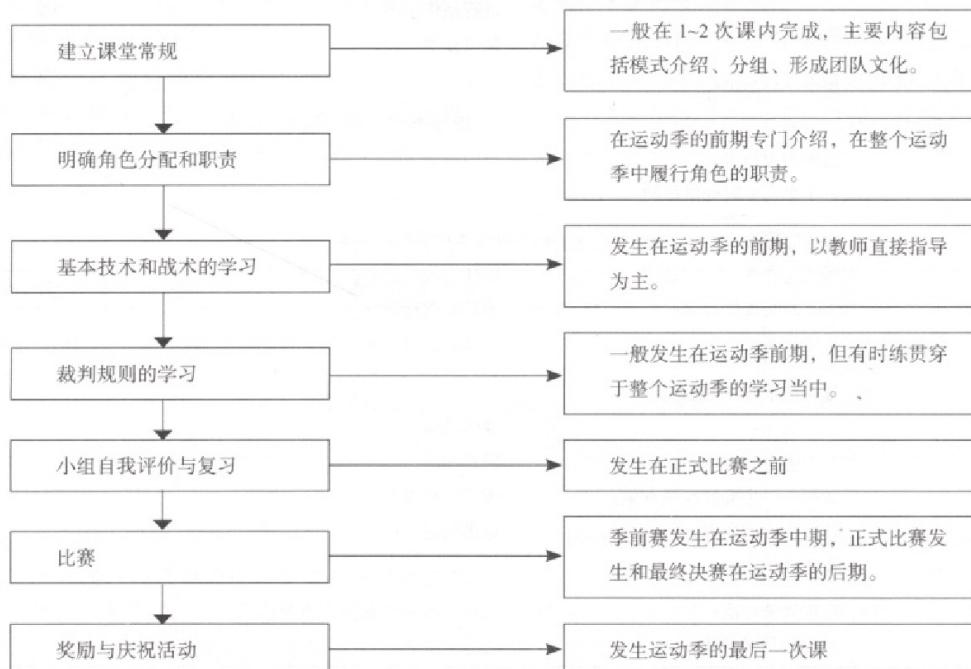
（二）运动教育模式各个阶段的教学特点解析

本研究在参考借鉴 Donna Wright 设计的飞盘运动季^[6]、

Derek J Mohr 等人的篮球运动季^[7]、台湾的运动教育案例^[8]的基础上，发现这些课程教学的特点是：教师前期准备很重要；在单元开始时介绍运动教育模式，使学生了解其目的、特点、课堂常规等，再按照异质分组的原则形成固定的学习小组；创造队名、队歌、口号、队旗等，形成团队文化；共同讨论制定学习计划；以小组的形式学习技战术，并在教学中模拟积分制的正式比赛；通过角色扮演提高社会适应能力；通过庆祝活动结束单元教学。本研究根据这些共同的特点，推理得出运动教育模式的教学过程（表 1）。

在运动教育模式教学过程中，比赛是贯穿整个运动季

表1 本研究推理得出的单元教学过程



的主线，要通过比赛使学生体验真实的运动情景、学习运动技术、体会小组合作，实现运动教育模式的所有具体目标。因此，比赛要从 1 对 1 的简单比赛，经过 2 对 2、3 对 3、4 对 4 的小型非正式比赛，过渡到正式比赛（Formal Competition）。

为了达到运动教育的教学效果，教师应该把握运动季每个阶段的教学特点，认真准备每次课。一般来说，在运动季的早期，应该强调建立课堂常规、熟悉教学过程、学习运动规则，以减少课程管理所花费的时间。美国学者 Derek J. Mohr 等人对运动季的不同教学阶段进行了研究，提出了课堂教学常规的 8 个方面（表 2）。

（三）运动教育模式教学过程的实施原则

美国学者 Derek J. Mohr 等人以课堂教学常规的 8 个方面为基础，提出了教学过程中的具体实施原则和课堂教学分配时间原则（表 3）。这 8 个部分在每次课中所占时间是不同的，主要的影响因素有教学目标、学生的发展水平和运动季的学习阶段（包括运动季的早期、中期和晚期），也就是说，随着运动季的发展和学习难度的深入，在每次课

表2 PASE课堂计划检查单

序号	检查内容
1	检查每次课担任的角色和责任；
2	检查小组的热身活动和 SC 是否开会；
4	复习上次课的技术和战术；
5	学习新的技术和战术；
6	小组练习；
7	比赛；
8	课的结束部分；
9	学习报告。

引自：Derek J Mohr; J Scott Townsend; Sean M Bulger; Maintaining the PASE: A day in the life of sport education , Journal of Physical Education, Recreation & Dance; Reston; Jan 2002.

上分配给各部分的时间将会发生变化。例如，在运动季的早期可能花费较多时间去检查角色的执行情况和责任，但在以后将会花费越来越多的时间在运动上；再如，在运动季的早期学生练习技术和战术的时间会较多，而在运动季

表3 课堂时间分配表

课的内容	教师	学生	运动季的时间分配(分钟)		
			早期	中期	晚期
检查课堂角色和责任	提供检查表； 进行监督。	确认课堂角色； 准备热身活动或 SC 会议	3	1	1
热身活动 SC 开会	提供 SC 培训计划； 指导 SC 开会。	领导小组的体能练习；	10	12	14
复习技术和战术	辅助学生复习； 监督学习情况； 在小组需要时提供帮助。	SC 指导小组的学习，帮助个人和团体取得进步。	10	15	15
教师指导技术和战术教学	复习或学习新的技战术； 指导全班练习。	观察教师教学； 进行动作示范； 复习技术。	15	10	5
小组练习	提供学习的内容； 进行辅导； 监督学习情况； 在小组需要时提供帮助。	SC 指导小组练习，监督小组的进步情况	30	20	5
比赛	设计比赛方式； 提供比赛的统计记录单； 为裁判员提供建议； 指导比赛。	SC 为比赛做准备； 统计员进行记录； 裁判员进行裁判； 运动员参与比赛。	7	20	40
结束部分	复习技术和战术； 学生提问； 让学生自由展示动作； 教师向学生提供反馈意见； 预习下次课内容； 布置课外作业。	观察教师； 回答问题； 进行动作展示； 提出问题讨论。	5	5	5
总结学习情况	提供评价标准； 检查记录保持情况	收集整理团体和个人学习情况的记录	10	7	5

注释1：上课时间为90分钟

注释2：Student coach（简称SC）意思是在运动季中担任教练的学生，为了方便叙述。

的中、后期学生比赛的时间会越来越多。课堂教学的每个部分都十分重要，即使在运动季的后期也不能完全排除教师对运动技术的教学。

通过对运动教育模式教学实施过程的分析，可以更加清楚地了解运动教育模式课堂教学过程的情况，包含教学内容、教学步骤、教学时间安排、教师与学生的活动变化规律等等。

（四）运动教育模式教学实施过程的注意事项

1.课堂常规的建立阶段

在运动季的初期，需要形成良好课堂的规则，否则将不利于中、后期的课堂管理和教学效果的提高，因此建立课堂常规非常重要。此阶段的主要任务是：1.了解班级学生运动水平等基本情况；2.向学生介绍运动教育模式；3.完成课堂固定分组，形成运动文化，使每个小组都有队名、队歌、口号、队旗；4.各组填写运动教育手册（小组特征、职责轮换表、任务卡片、成员合作协议书等）；5.使学生逐渐熟悉各种课堂角色（如裁判等）；6.形成良好的课堂常

规。这一阶段的特点就是营造运动文化的氛围，备战正式的季赛。

2.季赛阶段

运动教育的课堂常规建立后，就转入季赛阶段，它包括季前赛、正式比赛和季后赛。

季前赛阶段，学生需要进一步熟悉课堂常规，掌握合作学习和伙伴学习的方法，学习如何担任队长、记录员、裁判员等各种角色，还要学习基本的运动技术和战术，进行简单的1对1或2对2的比赛。此外，教师要引导各小组为季后赛做准备，研究战略。

正式比赛阶段，赛事应按正规运动比赛（如世界杯足球赛）的方式进行。比赛以小组为单位，比赛的轮次、填写的表格、宣传、入场式、队服应尽可能模仿正规比赛的形式，比赛中可以让学生担任裁判员、优劣行为检查员、记录员、统计员等各种角色。此阶段的教学目标是：提高比赛的参与性、技战术水平，加强运动文化和熔炼团队。

季后赛阶段，又称为最终比赛，是整个运动季学习的

高潮阶段。该阶段要通过比赛决出运动季的冠亚军，教学过程中注意比赛氛围的营造，如入场式、拉拉队等，使每一个学生都能感受到比赛的气氛。

3. 庆祝活动

庆祝活动的举行标志着运动季的结束，它是对整个运动季的总结与庆祝。在课上首先通过讨论或观看录像的方式对教学过程进行回顾，然后举行颁奖仪式，优胜队和个人将获得荣誉和奖品。

二、运动教育模式与我国传统教学模式的比较

(一) 两种教学模式的共同点

两种教学模式都以认知规律为实施教学的主要依据，注重运动技术的精熟，以技能学习为教学课的主线，主张精讲多练，注重教学效果的评价。

(二) 两种教学模式的不同点

传统的体育教学模式也被称为“三段制”教学过程，通过教师的讲解、示范以及运用相应的直观教学手段，使

学生有一定的感性认识，然后在教师的组织和辅导下反覆实践，使学生逐步掌握运动技术。它的教学设计以运动技能的形成规律和认知规律为主要依据，教学思想主要受苏联教育思想的影响，是“主智主义”教育理论在体育上的具体表现。教学中最为主要的价值取向是运动技能的掌握，将学生掌握运动技能作为教学的主要目标，并通过运动技术的学习和运动技能的掌握完成发展体能和思想品德等教学任务。

运动教育模式实施过程具有明显的模式化、程序性特征。它以认知规律和小群体学习规律为指导，融合直接指导、伙伴学习和小群体学习的教学方法为一体，灵活应用分组、角色扮演、竞赛、自我反馈等课堂组织形式，使学生在相互“教”和“学”的同时，获得真实的、有教育意义的、丰富的运动体验。运动教育模式的目的是把学生培养成为有能力的、有文化的和热情的运动者，它不但注重运动技术和战术的学习，更重视非智力因素的培养，提供给每一个学生充分的学习的机会，发展学生的良好的人际关系和社会适应性。(见表4)

表4 两种体育教学模式的比较

体育教学模式的分类	实施特点	教学目标	指导思想	遵循规律	理论来源
传统的体育教学模式	“三段制”	技能	运动技能教育观	认知规律 技能形成规律	主智主义
运动教育	模式化 程序化	技术和战术 非智力因素学习	提供真实的、有教育意义、深刻的运动体验	认知规律 小群体学习规律	玩教育 ² 体验式学习

三、结语

1. 运动教育模式是一种能够提供详细理论和实践操作步骤的、模式化特征明显的、重视学生的学习体验的新型教学方式，它可以帮助教师提高课堂的管理效率，激发学生研究性学习和合作学习的兴趣。因此，运动教育模式的实施过程具有明显的模式化、较强的操作性、体验式学习的特征，能为我国的“体育教学过程”研究提供有价值的参照。但需要注意的是，该模式对教师自身素养和敬业精神有较高的要求，教师实施起来有一定的难度。

2. 运动教育模式的实施中应该充分理解运动教学模式的教学指导思想、教学目标和模式特征，把握各个阶段的教学特点，合理分配课堂内容和教学时间，特别要重视课堂常规的建立阶段和季赛阶段应该注意的问题。

3. 运动教学模式作为一种具有良好教学效果的、成熟的教学模式，研究其实施策略和实施过程能够为我国“教学过程”研究提供良好借鉴。我国的体育教学改革不能偏理论、废实践，体育教学模式研究不能重宏观、轻微观，应该加强操作性强的实施策略的研究。

参考文献：

[1] DARYL SIEDENTOP. Sport education: a retrospective[J].

- Journal of Teaching in Physical Education, 2002 (21):409~413.
[2] 高航,等.当代运动教育模式研究[J].体育科学, 2005,25(6):83.
[3] 毛振明.体育教学革新视野[M].北京:北京体育大学出版社, 2003:172.
[4] MICHAEL W. METZLER. Instructional models for physical education[M]. Needham Heights:A Person Education Company, 2000:256~275.
[5] 阙月清,廖智倩. 体育课程模式:运动教育模式之初探[EB/OL]. <http://www.tbes.tcc.edu.tw/teacher1/%C5% E9 %A8%BD%D2%B5%BC%D2%A6%A1.doc>.
[6] MICHAEL W. METZLER. Instructional models for physical education[M]. Needham Heights:A Person Education Company, 2000:256~275.
[7] MOHR, D. J., TOWNSEND, J. S., & BULGER, S. M. A pedagogical approach to sport education season planning[J]. Journal of Physical Education, Recreation & Dance, 2001 (9): 37~46.
[8] 阮志聪,蔡易俊,陈景星.运动教育手册(台湾)[EB/OL]. <http://www.naer.edu.tw/study/sport/sportedu/sport/6-1.htm>.
[9] Derek J Mohr, J Scott Townsend, Seam M Bulger. Maintaining the PASE: A day in the life of sport education[J]. J Physical Edu Rec Dance, 2002,73 (1):39.