

“走进新课标——把握新课堂”研究与教学指导系列二

导读：《义务教育体育与健康课程标准》基本理念第三条中提出“帮助学生学会体育与健康学习”，如何理解这一理念？要求我们一线教师做什么？怎么做才算是帮助到了学生？本期在分析该理念的基础上，阐述了“为何强调学会学习”，以及学生在体育学习中是怎样学习的，并提出帮助学生学会学习应把握的几个关键点。另，2013年第3期将讨论“如何依据课标中的‘课程性质’有效确定教学内容”，敬请关注！

走进新课标，落实新理念： “帮助学生学会体育与健康学习”理念的落实方略

于素梅（中国教育科学研究院，100088）

《义务教育体育与健康课程标准》（2011年版）（以下简称修订版）课程基本理念第三条中写道：“以学生发展为中心，帮助学生学会体育与健康学习”，那么，“帮助学生学会体育与健康学习”是要让我们一线体育教师做什么？怎么做？本文针对这一理念进行了分析，并走进体育课堂，提出几点贯彻落实该理念的具体方略。

一、“帮助学生学会体育与健康学习”解析

体育课程基本理念为什么要在修订版中专门提出要“帮助学生学会体育与健康学习”，而2001年实验版中只是“重视学生主体地位”，提出这样的新理念其出发点是什么？希望体育教师们怎么落实在课堂上？该理念对学生的发展究竟能够起什么作用？在回答这些问题之前，首先对该理念的关键词进行一下分解，如表1所示。

表1 “帮助学生学会体育与健康学习”解析表

词语	要求
帮助	教师帮助的含义是指导
学生	教师帮助的对象是学生
学会	教师帮助的结果是学会
体育与健康	教师帮助的课程是体育与健康
学习	教师帮助环节是学习

从表1所列举出的几个关键词可以看出，对教师的各项要求较为明确，尤其是当我们把学会、学习放在一起时，可以看出，“学会学习”就意味着掌握学习的方法，而且当把“体育与健康”加入其中的时候，说明是学习体育与健康课程，即“学会体育学习”的方法。要求教师“帮助”“学生”，说明学生在掌握学习的方法过程中需要教师的帮助，这种帮助，一方面是要把握正确的方向，教师要能够告诉学生哪些方法是正确的，哪些方法是错误的；另一方

面，还能够有利于促进学生快速掌握有效方法。学生在体育学习过程中，假如仅仅是观察教师的教法，按照教师的教学组织方式，被动地参与其中，就很难掌握学习的方法，要想掌握正确有效的学习方法，需要教师采用正确有效的教法，因为，学生的学法，其中有一部分是来源于对教法的内化。但是，学生的学法掌握还需要教师的帮助和引导。因此，“帮助学生学会体育与健康学习”意味着帮助学生掌握学习体育的方法。

二、为何强调“学会学习”

在前文中已经分析了学会学习意指“掌握学法”，说明是否掌握“学法”已经成为课程改革不可忽视的重要内容。但为什么要强调学会学习，或为什么要强调“学法”的重要性？

长期以来，无论是理论界还是实践者，大都关注教法而忽视学法，甚至有人不认为有学法的存在。无论是不重视学法也好，还是完全不认为有学法也好，学法在体育教学中，或学生的体育学习中必然发挥着重要作用。以前，我们也都在说，要重视学生的主体地位，以学生的发展为中心等，但实际教学中，体育教师更多关注的还是怎么教，更多地是考虑选择哪些练习形式让学生进行练习，更多地是在关注讲解的方法、示范的方法、纠正错误的方法，以及保护与帮助的方法等，却很少从学生的角度出发，从学生的实际需要出发去设计规划听讲、观察、练习等方式方法，结果就很自然地出现学生被动学习、被动接受的局面。反过来，再想尽一切办法寻找切入点，激发学生的运动兴趣，这在一定程度可以说是走了弯

路。教学中，如果能从学生的学习出发去备课，从学生的学习出发进行讲解、示范等教学活动，备课会更具时效性；对于教师的讲解与示范，学生才能听得更清晰，看得更认真、更仔细。当一个教师在教学中真正地在为学生的学考虑时，学生自然就会感受到一种“关心”和被“重视”，这样既合情又合理。合情合理的教学，师生的关系也会更加融洽。因此，强调学会学习，除了要强调对学生学习方法的掌握以外，实际上，也不自觉地关注到了“学生的发展”，即“以学生发展为中心”。

三、学生在体育学习中怎样学习

当我们观看常态课或观摩课的时候，都能够观察到学生在体育学习过程中的各种表现形式，下面以“听讲”、“观察”、“讨论”、“练习”为例，结合课堂观察结果，谈一谈在不同的学习活动中，学生都在怎么学？

1. 学生在怎么“听讲”

在体育教学中，当教师讲解动作要领、技术环节、纠正错误、介绍保护与帮助的方法等内容时，学生应该有一个相互对应的学习活动就是“听讲”，而不同的学生有可能有着不同的听讲方式，有的学生会听、有的学生不会听。其中，会听的听法多种多样，不会听的原因也各有不同。

对于不会听者，如有的是“人在课堂心在外”，自然就很难听进去教师讲的是什么，更不用说“听懂”了；有的人是在听，但在听的过程中不断“溜号”，表现出东张西望，或时而说话时而听，这样的听讲者也很难听明白教师讲的究竟是什么；还有的人看似在认真听，既没有明显看出来有精力不集

中现象,也没有与其他学生交谈,甚至是目不转睛地在盯着教师,但就这样的听讲者,也很有可能是只用两只耳朵,而没有用心。没有用心,就是没有做到边听边思考,或只是被动接受填鸭式地听,至于听没听懂,或听没听清都很难做出最真实的判断。

对于会听者,如有人边听边点头,说明他听了,而且认真听了,还听懂了,这种现象说明学生在听的时候动脑筋分析了,只有听明白者才能在教师讲解的过程中做出点头的动作。有的人边听边皱眉头,有可能这样的学生在听讲的时候有部分内容没有听清楚,或听清楚了但没有听明白,即没听懂,这样的学生也同样在认真听。除此之外,有的学生在听讲的过程中遇到不明白的地方,就立刻举手问教师;有的学生问教师问题的时机是,等教师讲完以后举手向教师问刚才没有听懂的内容;还有的学生尽管当时没有听懂,但是也不问,而是跟着下一个教学环节继续学习。

由此可以看出,学生在听讲的时候,有会听的,有不会听的,但对于教师而言,应该能够及时发现并进一步了解学生的若干种听讲方式,及时发现不同的听讲者需要什么样的听讲指导,帮助他们掌握正确有效的听讲方法。否则,学生该不会听的,或许一直都不会听。

2.学生在怎么“观察”

当教师在体育教学活动中给学生做示范的时候,要求学生认真观察,否则就难以观察清楚教师所做的示范,尤其是技术动作较为复杂或有一定难度时,如果学生不会观察,就很难看清楚技术动作的路线、用力顺序、动作关键等过程和细节。实际上,课堂上存在着很多不会观察的学生,如当教师做投篮示范的时候,学生把目光都集中在篮圈上,期待着教师进球就是不会看的一个比较常见的现象。除此之外,有的学生在观察教师的示范动作时,抓不住主次,或抓不住关键,往往出现教师示范一次以后,学生面无表情,既没有显现出看明白了,也没有显现出没有看明白的面部表情;还有一些学生在教师做示范的时候,趁机和其他学生聊上几句,这也直接反映出不会观察的一种情况,相反,会观察者几乎不会出现“开小差”的

情况。从结果上来看,当教师示范完成后,让学生们练习时,有的学生根本不知道练什么,也不知道怎么练,也就是说,对于要练习的动作一点不会做,模仿都模仿不了,这说明他们在看的过程中,因不会看而没有看懂。除了在听讲的时候思想抛锚,不知道观察什么以外,对于认真看的学生,假如不边看边动脑思考,徒手或持器械配合模仿,观察效果也难以达到理想的程度。

当然,也确实有部分学生在观察教师的示范动作时,既认真又得法。如,有的学生边看边想,从表情上明显可以看出其在观察的同时也在思考问题,或表现在眼睛上,或表现在笑容里;还有的学生边看边动手,如,教师教篮球传接球时,教师站好位准备示范,总是能够看到有个别学生向教师那样也站好了类似示范的动作,双手放于胸前做出传接球的手臂动作。这种学习方式,学生不但动了脑还动了体,这种多感官学习的方式相对不动脑地看而言,效果会成倍地增加。另外,观察的时候也会有学生能够及时地向教师提出请求或要求教师再做一次示范,或提出没有看明白的动作,让教师进一步做补充性讲解,而有的学生则将疑惑放在自主练习阶段提问等。

总之,观察是体育学习的一种最为常见,且最需要方法的一种学习活动,要想帮助学生掌握观察的方法,就需要了解那些不会观察的学生,都有哪些不会观察的情况;然后,再采取有针对性的措施,帮助学生尽快掌握观察的方法,以不断提高学习的效率。

3.学生在怎么“讨论”

体育教学过程中,会经常看到教师安排学生讨论,或学生自主讨论的学习环节,但学生都在怎么讨论呢?通过观察发现,有的学生在讨论中积极主动,甚至抢着发言,讲得还很有章法;有的学生则在讨论中几乎一言不发,其中,部分学生不发言是在认真地听别人说,也有部分学生却不是这样,如此等等的讨论现象,都说明讨论这样一个教学环节确实存在着会与不会的问题。那么,会与不会有哪些具体的表现呢?

首先,对于那些不会讨论的学生而言,有的学生实际上是有参与讨论的愿望,只是还未掌握讨论的方法,或对某一个问

没有明确的观点或想法,未能积极发表意见,表现为一言不发。有的学生是知道答案,或有一定想法,但是由于缺乏胆量,不敢发言,总是在听别人说;还有的学生是未能掌握发言的技巧,表达语无伦次,没有条理性,缺乏清晰的逻辑思路等等。

其次,对于会发言的学生而言,也会有几种不同的表现形式。如,有的学生在讨论中积极主动,且思路清晰、观点正确;有的学生慢声细语、娓娓道来,逐一把自己的想法与其他学生交流;有的学生总是最后发言,当其听完所有学生发言以后,总是会做总结性的发言,先是判断前面几位学生的发言,较为赞成的观点有哪些,又反对哪些观点,最后再谈一谈他对这个问题的看法等。这种发言方式颇具总结性,说明他不但认真说了,而且还认真听了,讨论就是要求听与讲有机结合起来,只听不讲、不听只讲都不是好的讨论参与者。既能认真听别人的看法,又能发表自己的看法,才是对参与讨论的学生的最基本的要求。当然,会讨论者,还要掌握发言的技巧,说得别人心服口服,想听、爱听并能够传达给其他学生正确的思想和观点。

对于教师而言,当学生们讨论的时候一定要能够把握好这个环节,及时了解学生在讨论中的种种表现,以便做出正确引导。

4.学生在怎么“练习”

体育学习实际上很大程度上是靠反复练习而习得的过程,运动技能也同样是因练习而逐渐形成,但体育教学活动中,学生都在进行怎样的练习呢?会不会练会有什么样的差别呢?

首先,是关于会不会练的问题。当我们观看体育教学活动场景时,就会发现不同的练习方式,有集体的练习、小组的练习、单人自主性练习等,这些练习形式都有会不会练的情况。如,集体练习时,有的学生的动作总是比别人慢半拍,其中,部分学生是故意偷懒,时刻盯着教师的指导,教师的目光只要集中不到他那里,他们就始终在那静静地站着,丝毫不伸手参与运动,偷懒现象一定程度上也可以看作是不会练的一种表现形式。另外,当教师让学生分小组分散练习时,有的小组学生都不会练,而有的全组学生都在积极地练习,且边练习边观看临近的同伴或

领队的动作,要么模仿,要么自己琢磨。当教师让学生自己自由练习时,会与不会练习,就会显露得更加明显,那些不会练的学生,一方面练习的主动性会明显不足,另一方面练习的效果也会差别显著。会练的学生,很快就能掌握,而不会练的练了半天也未能掌握住要领。基于此,会不会练,无论人多还是人少,都有不同的表现形式。

其次,是会不会练给学生的学习带来的影响问题。会练与不会练会给学习者带来不同的影响,其中,一种是积极的、正向的,而另一种却是消极的、负向的。会练的学生,每次练习都能够边练边想,甚至边练边看别人如何练,并进行对比;此外,当练习中遇到困惑时,还能够积极主动地找教师解决问题。因此,这样的练习自然就会带来积极的影响,运动技能掌握的速度就会加快。相反,对于那些不会练者,无论练习中抛锚与否,都抓不住关键,表现出练习效果不明显。

由此,对于一线体育教师而言,要能够及时了解学生在练习中有可能出现的各种情况,认真分析那些不会练习的学生的种种现象与原因,找到最有效的指导方略。

学生在体育学习中的学习活动远非这些,但以上所列举的是较为常见的,如果教师对这些常见的学习活动中学生的学法能够及时了解,并做出判断和有效指导,学生就能够逐渐掌握学习的方法,即“学会学习”的目标将会不断靠近。另外,学生在体育学习过程中,听讲、观察、讨论、练习等各种学习活动都具有一定的关联性,是相互影响、相互促进的,不是孤立的。一种学习方法合理,也有可能多种方法合理;一种方法掌握不合理,各种方法都有可能存在一定的问题。因此,关于学习方法的掌握,要能够用全面的、整体的观点来观看教学中的每一种学习活动,将任何一种方法孤立起来,都是不妥的。

四、如何帮助学生“学会学习”

帮助学生学会学习意味着要指导学生掌握学习的方法,笔者在研究体育学法的时候,曾经对学生的学法来源进行过调查,调查结果显示,79.3%的学生认为,他们的学法主要来源于教师的指导。但问题在于,

如何才能帮助学生掌握学法呢?“学法指导”目前又是什么状况呢?

1. 体育学法指导及存在的问题

所谓学法指导是指,在教学中教师采用有效的措施对学生的进行学习,尤其是对学习的方法所进行的一系列指导工作。在体育教学中,教师要对学生进行有效的学法指导,需要依据教材的性质、教师的教学经验、学生的学法表现、学生的个体特征,以及运动技能学习不同阶段对学法的要求等,采用有针对性的措施对学生的学法进行指导。

从体育常态课、观摩课的观察中发现,目前,体育教学实践中的体育教学法指导未显示出明显的规律性,且缺乏针对性。由于体育学法目前尚未受到一定的关注,因此,体育学法指导更未引起大家的重视。比如,在一线教师的教案中还未能够找到学法指导的具体表述;在体育课上,尚未听到清晰的指导语,未发现非常具有针对性的指导策略;有些指导还往往处于盲目阶段。即,指导语不够清晰、不够准确、不够具体,表现在教师指导后,学生依然不知道如何做。如,有的教师在长跑教学中提示学生:“一定要在跑步过程中调整呼吸。”学生该如何调整呼吸?这样的提示语显然是不具体的。还有的教师在实心球教学中告诉学生:“出手角度别太高,也别太低。”学生听了以后,能知道什么是最合适的出手角度吗?

2. 体育学法指导要具体化

体育学法指导要具体化,就是通过指导,要能够使学生知道怎么听、怎么看、怎么练。下面,我们先看一个有针对性的学法指导案例——北京育英中学的韵律操课,黄莉老师引导学生用迁移法进行学习。黄老师说:“大家看着我的动作,跟我一起做,我们一起来学左侧手脚的配合动作,你们注意观察、找规律,一会你们自己做右侧手脚的配合。”这段指导语,一是指导学生用迁移法学习;二是告诉学生在学习中注意观察找规律。这样的指导是具体的,学生即使不知道什么是“迁移法”,也将能够按照教师的指导去行动。由此可见,学法指导从语言上说,要能够让学生知道做什么,这也是对教师提出的最基本的学法指导要求。

3. 体育学法指导具有相对性

体育学法指导的目的是教学生“学会学习”,因此,体育学法指导是必要的。通过研究分析,体育学法指导同时又是可行的,但它却不是万能的,就其所发挥的作用来看,其是相对的。因为体育学法指导作用的发挥,受很多因素的影响,诸如,教师指导的形式、内容、时机的把握等。因此,体育教师在课堂上要对学生的体育学习方法进行指导,第一,需要了解学生的具体情况,兴趣爱好、学习基础、技能水平等是哪方面需要知道;第二,还要了解教材的特点、难度等,看哪些部分需要有效的指导;第三,要依据教学内容在一个单元中的具体位置,因为同样的内容,在单元中所处的位置不同,指导的侧重点有所不同。因此,学法指导工作不可“一刀切”,要尽量减少盲目性,认清其相对性,如,对于缺乏兴趣又不会学习的学生,要首先激发学生的运动兴趣;对于素质差又不会学习的学生,或许应该先改善素质水平,才能使指导发挥应有的作用,因此,应能够充分把握差异,做出有效的学法指导,只有这样,帮助学生学会体育与健康学习才能有望。

五、结束语

体育学法不可忽视,体育学法指导更要作为新一轮课程改革的重点工作落实。因为,它不但直接影响着学生能否“学会学习”,更重要的是直接影响着体育教学的有效性。基于学法指导的相对性,需要正确客观地认识学法指导所能发挥的作用,既不可夸大其功能,也不能沿袭过去的不明确、不具体的指导语言,要能够力求达到学生在体育学习中更加清清楚楚地学、明明白白地练,最终既学乐了、学热了,又学会了、看懂了,且“会学”了,从而实现对学生更加全面的关注和教育引导。

作者简介:

于素梅,教育学博士,中国教育科学研究院副研究员。主要研究领域:学校体育学、体育教学论、学生体质健康。发表专业学术论文《体育教师应具备的教学技能》等90余篇;出版专业论著《体育学论》等28部;主持课题《改革开放三十年中国农村学校体育发展研究》、《基础教育体育教育质量内涵及有效促进策略研究》、《我国中小学体育教师教学工作量分层认定研究》等15项。