

# 运动教育模式在高中体育体能模块教学中的应用研究

贾鹏鹏<sup>1</sup> 蔡将<sup>2</sup> 冯海波<sup>3</sup> 袁博<sup>4</sup>

北京师范大学附属实验中学

**[摘要]**运动教育模式是美国学者西登托普先生提出的,历经30多年的理论与实践研究已发展为较成熟的教学模式。本研究以北京师范大学附属实验中学体能模块为例,为解决在体能课的传统教学模式教学中中学生参与积极性不高,体能练习过程枯燥、不能长期坚持等问题设想能否应用运动教育模式改善相应教学效果。认为:(1)两种教学模式均促进了学生体能素质发展,运动教育模式比传统体育教学模式效果更显著;(2)两种教学模式均提升了学生体能愉悦感和体能锻炼承诺,运动教育模式比传统体育教学模式效果更显著。

**[关键词]**运动教育模式;高中体能模块

**[DOI]** 10.12252/j.issn.2096-6288.2021.11.098

## 一、引言

20世纪80年代,美国当代著名体育教育家达里尔·西登托普经过20多年的研究,创立了一种课程与教学模式——运动教育(sport education)模式。该模式有六项主要特征,分别是:运动季、团队联盟、正式比赛、季后赛、课堂记录和庆祝活动。其目的是使学生在运动情景中成为有能力,有文化,有热情的运动参与者。

传统的体育教学模式一般是指,在依据苏联教学专家凯里舍夫所提出的三基教育(基本知识、基本技术、基本技能)为基础,经过我国学校体育研究的不断发展与探索形成早起的教学模式。课堂上教师作为主导,采用一定的教学方法进行全班统一形式的体育技能学习。传统教学模式在我国学校体育教学的发展过程中最为成熟,它注重完成教学中系统的运动技能经验学习与教授,以不同项目需掌握的运动技能发展规律设计与之相适的教学过程。

## 二、研究假设

根据对两种教学模式在体能模块教学中的建构,提出实验假设:在一学期两种不同教学模式的体能模块教学中,应用运动教育模式的实验班学生在体能素质、体能活动愉悦感、体能锻炼承诺、体育课学习满意度四项测试评分的三次测试结果的增长率上显著高于应用传统教学模式的对照班学生。

## 三、研究对象

本研究以北京师范大学附属实验中学高中生的体能课为研究对象,研究运动教育模式在体能课教学应用的效果。

本次教学实验对象是教学实验班高二年级30名男生与对照班高二年级30名男生。受试者身体健康,身高、体重均在正常范围内,无心血管疾病和家庭遗传病,教学实验过程中学生未服用任何影响身体心率的药物,且所有受试者均知情为课堂教学测试,测试过程中如果受试者发生任何身体不适可随时提出无条件退出测试。

## 四、研究方法

实验对象的划分为运动教育模式教学组(实验组)和传统教学组(对照组),对两个教学分组实验前与实验后的体

能测试成绩进行对比分析。实验体能测试项目为1)极限平板支撑;2)象限十字跳;3)50M快速跑;4)坐位体前屈;5)Illinois动作灵敏测试;6)1000米跑。其分别反映学生的力量素质、协调性素质、速度素质、柔韧性素质、灵敏性素质以及耐力素质的表现情况。

对实验后各组的锻炼承诺、锻炼愉悦感采用预设量表问卷进行调查。教学实验通过对实验班和对照班两个班级60名学生进行实验前、中、后两次的学生体能素质测试以及两种量表问卷的填写收集实验数据。

## 五、实验设计

以北京师范大学附属实验中学同一位教师进行授课的2个体能课班级的60名在校高中生为实验对象。教学从2021年3月-2021年7月(一学期时间),共计16周(16课时),每节课时长均为45分钟。在教学实验过程中分三次收集学生体能素质测试以及三项量表问卷测试,对实验数据进行数理统计分析得出实验结果讨论总结。

## 六、条件式班级预测增长模型比较参数估计结果

通过对条件式班级预测增长模型比较参数估计的结果进行分析,教学实验中实验班与对照班的学生测试情况比较以班级为共变量时,其体能素质、体能活动愉悦感、体育课程学习满意度以及体能锻炼承诺4个方面,在测试的起始状态情况以及三次测试情况的变化率是否具有显著影响。

### (一) 体能素质潜在增长模型比较参数估计结果

通过实验数据分析参数估计结果可得知,以班级共变量对体能素质增长模型截距潜在变量的路径系数估计值为0.75( $p < 0.05$ ),表明以班级预测变量对体能素质起始状态具有显著影响,其中在初测时,对照班的体能素质评分情况要高于实验班(见表1)。

**表格1 条件式班级预测体能素质增长模型比较参数估计结果**

体能素质模型		估计值	标准误	t	p	Cohen' s d
对照班-实验班	截距	0.75	0.31	2.45	0.014	0.74
	斜率	-0.32	0.12	-2.64	0.008	0.76

由表1分析结果可知,班级共变量对体能素质增长模型斜率潜在变量的路径系数估计值为-0.32, $p < 0.05$ ,表示班级预

测变量对学生的增长率呈显著影响,其中实验班的体能素质测量的增长率要明显高于对照班。

#### (二) 体能活动愉悦感潜在增长模型比较参数估计结果

以班级共变量对体能活动愉悦感增长模型截距潜在变量的路径系数估计值为0.38 ( $p < 0.05$ ),表明以班级条件预测变量对体能活动愉悦感评分情况的初始状态具有显著影响,其中在初测时,对照班的体能活动愉悦感评分的情况显著高于实验班(见表2)。

表格2 条件式班级预测体能活动愉悦感增长模型比较参数估计结果

体能锻炼愉悦感模型		估计值	标准误	t	p	Cohen' s d
对照班-实验班	截距	0.38	0.05	7.93	***	0.96
	斜率	-0.26	0.04	-6.62	***	0.95

\*\*\*表示 $p < 0.001$

由表2比较参数估计结果可知,班级共变量对体能活动愉悦感增长模型斜率潜在变量的路径系数估计值为-0.26,  $p < 0.001$ ,表示以班级预测变量对学生的增长率呈显著影响,其中实验班的体能活动愉悦感得分情况显著高于对照班。

#### (三) 体育课满意度潜在增长模型比较参数估计结果

以班级共变量对体育课程满意度增长模型截距潜在变量的路径系数估计值为-0.17 ( $p < 0.05$ ),表明班级预测体育课程满意度变量评分情况的初始状态具有显著影响,其中在初测时,实验班的体育课程满意度评分情况显著高于对照班。(见表3)。

表格3 条件式班级预测体育课满意度增长模型比较参数估计结果

体育课满意度模型		估计值	标准误	t	p	Cohen' s d
对照班-实验班	截距	-0.17	0.08	-2.14	0.03	0.69
	斜率	0.05	0.04	1.26	0.21	0.49

由表3比较参数估计结果可知,班级共变量对体育课程学习满意度增长模型斜率潜在变量的路径系数估计值为0.05,  $p > 0.05$ ,表示以班级为条件式预测对体育课满意度变量的变化率无显著影响。

#### (四) 体能锻炼承诺潜在增长模型比较参数估计结果

班级共变量对体能锻炼承诺增长模型截距潜在变量的路径系数估计值分别为0.23 ( $p < 0.05$ ),表明条件式班级预测体能锻炼承诺变量评分情况的初始状态具有显著影响,其中在初测时,对照班的体能锻炼承诺评分情况显著高于实验班(见表4)。

表格4 条件式班级预测体能锻炼承诺增长模型比较参数估计结果

体能锻炼承诺模型		估计值	标准误	t	p	Cohen' s d
对照班-实验班	截距	0.23	0.06	3.99	***	0.87
	斜率	-0.09	0.02	-4.08	***	0.88

\*\*\*表示 $p < 0.001$

由表4比较参数估计结果可知,以班级共变量对体育锻炼承诺增长模型增长率潜在变量的路径系数估计值为-0.09,  $p < 0.001$ ,表示以班级为条件式预测学生的体能锻炼承诺变量的增长率呈显著影响,其中实验班的体育锻炼承诺评分情况显著高于对照班。

#### 七、小结

综上所述,通过实验数据分析得出结果:

1. 本次研究在教学实验实施的前测结果表明:对照班在体能素质、体能活动愉悦感和体能锻炼承诺评分情况均显著高于实验班,而在体育课学习满意度的评分上实验班显著高于对照班。

2. 经过一学期两个班级两种不同教学模式的实施后,统计分析三次测试数据结果表明:对照班与实验班在四项评测项目上均有显著增长,并且实验班在体能素质、体能活动愉悦感和体能锻炼承诺评分情况的增长率明显高于对照班。

#### 八、结论

1. 高中体能模块教学中应用两种教学模式均发展了学生体能素质,且应用运动教育模式相比于传统教学模式在教学过程中学生参与体能练习的积极性和练习强度极大提升,在发展学生体能素质的教学效果上更加显著。

2. 高中体能模块教学中应用两种教学模式均促进了学生体能愉悦感以及体能锻炼承诺,且应用运动教育模式相比于传统教学模式在教学过程中增强了学生之间的互动和团队归属感,活跃了课堂体能训练氛围。

3. 高中体能模块教学中应用两种教学模式均显著提升学生体育课学习满意度,然而学生体育课学习满意度的影响因素诸多,除在教学中的教学模式外两个班级其他影响因素趋于一致,在此条件下两个班级的学生体育课学习满意度变化并无显著差异。

#### 参考文献

[1] D Sidentop, Sport education: Quality PE through positive sport experiences [M]. Champaign, Illinois: Human Kinetics, 1994.

[2] 高嵘, 张建华, 蒋国权. 新西兰健康与体育课程改革及对我国体育课程改革的启示 [J]. 沈阳体育学院学报, 2006 (06): 81-82.

[3] 陈雁飞. 运动教育模式对学校体育课程改革的启示 [J]. 体育学刊, 2005 (03): 92-94.

[4] 肖焕禹, 周莉, 罗海涛. 体育教学模式的结构、类型及应用条件 [J]. 上海体育学院学报, 2002 (02): 76-81.

项目基金: 本文系北京市西城区优秀人才培养资助骨干个人项目编号202005