

河南师范大学

申报 2019 年河南省高等教育教学成果奖

支撑材料

成果名称：“运动教育模式”在普通高校武术教学中的实证研究

成果完成人：毛爱华、赵彩红、张卫军、史晓阳、张哲

成果完成单位：河南师范大学
河南工业职业技术学院

目 录

一、成果总结报告	4
二、支撑材料	12
第一部分 成果鉴定证书	12
第二部分 成果应用证明	12
1. 校外成果应用证明	12
2. 比赛奖励	13
3. 会议证书	13
第三部分 教改论文	14

成果总结报告

1. 前言

武术教育在当代武术传承、传播与发展中的重要作用不言而喻，但目前我国武术教学的实施效果却并不理想。为数不少的学者将其归咎于武术教学内容安排不合理、攻防技击性缺失等，建议在高校的武术教学中增加对抗内容，甚至取消武术套路。毋庸置疑，上述观点具有一定的合理性，但笔者更赞同刘文武博士的观点：“武术教育改革取得突破的重点不在于教学内容是否为套路，而在于如何处理套路技术的教学；套路技术教学需要着重进行改革、突破的不是学习技术的环节，而是复习技术的环节。”复习技术环节就是指学生通过练习来巩固所学技术的过程，从这一过程入手来提高武术教学质量或许也是武术教育改革值得探索的一条路径。

“运动教育”模式是美国俄亥俄州立大学达里尔·西登托普教授创立的一种体育教学模式，该模式是以固定分组为组织形式、以竞赛活动为主线，通过比赛来激发学生运动技能学习的热情，自创立以来在体育教学中得到了广泛运用，实践证明其在培养学生的运动技术技能、运动知识、社会适应力、团队协作与终身体育观等方面具有十分独特的作用。鉴于此，本研究尝试在高校武术教学中引入运动教育模式，希望运用“它山之石”来为破解我国高校武术教学中面临的困境提供思路。

2. 研究对象与方法

2.1 研究对象

本研究以“运动教育模式”在高校武术套路教学中的运用效果为研究对象。

2.2 研究方法

2.2.1 文献资料法

本文通过河南师范大学图书馆、中国知网查阅和检索大量体育期刊中有关“运动教育模式”、高校武术公选课发展和武术教育改革的相关文献资料，对收集的相关资料进行筛选梳理，并加以逻辑进行分析，为本文提供参考和借鉴。

2.2.2 问卷调查法

根据本文的内容和目的,运用《运动情景动机量表》对实验对象进行测量,从内部动机,鉴别原则,外化原则和缺乏动机四个维度考量,了解实验前后学生在运动动机、心理健康知识、社会适应能力等方面的变化。发放问卷 92 份,问卷采用现场发放现场回收的方式,回收率 100%,有效率 100%。

2.2.3 专家访谈法

通过与一些体育教学专家、高校武术教师进行了深入的交流和探讨。以访谈的方式对高校武术教学开展现状、该模式在教学过程的可行性以及武术教育改革的展望制定访谈大纲,确定本实验的评价指标体系。

2.2.4 数理统计法

运用 SPSS21.0、Excel 软件对数据进行整理分析,运用 T 检验的统计方法,分析两组之间的差异性,为本文提供有价值且可靠详实数据。

2.2.5 实验法

在河南师范大学公共选项班中随机抽取两个班作为实验班与对照班(实验班 47 人,对照班 45 人),任用同一名武术授课教师进行授课,两个班的教学场地、教学内容和教学课时均相同。实验班采用“运动教育模式”,对照班则采用传统的“传递—接受”模式进行教学。

3. 结果与分析

3.1 实验前测试结果

为了避免因实验班和对照班学生在身体素质、运动动机和武术技能方面的差异对实验结果造成影响,实验前分别对上述三个指标进行了测试。其中武术技能水平的判断由武术教师对学生进行调查和实际观察完成,结果显示除了个别学生曾经与武术有过短暂的接触之外,绝大部分学生都是零基础,而个别学生也仅仅是很浅显地了解一点极为基础的武术基本技术,因此对整体的影响可以忽略不计,因此在此不再单独列出。以下分别是身体素质和运动动机的测试结果。

3.1.1 实验前实验班和对照班学生身体素质测试结果

表 2 实验前学生身体素质指标测试对照表

项目	组别	N	均值	标准差	T	P
左右正踢腿	实验班	47	11.468	1.3327	-0.009	0.993
	对照班	45	11.465	1.6952		
竖叉	实验班	47	33.723	8.9654	1.776	0.079
	对照班	45	37.349	10.3943		

根据专家的意见和本着简单易测和专项化的原则，实验选取了 10 秒左右正踢腿和竖叉 2 个指标进行测试，2 个指标分别代表了武术运动中较为重要的速度素质和柔韧素质。运用独立样本 T 检验对实验班和对照班的身体素质测试结果对比显示，实验班和对照班同学的身体素质不具有显著差异。这表明在实验实施前两组学生身体素质水平基本一致，符合实验实施基本前提。

3.1.2 实验前实验班和对照班学生运动动机测试结果

动机是激发并维持个体进行活动的心理动因或内部动机，运动动机则是直接推动人们从事运动的动力。根据Guay等人（2000）编制的《运动情景动机量表》，课题组对 2 个班同学的内部动机、外部动机的鉴别调节及内部调节、缺乏动机等 4 个维度进行了测试。

表 3 实验前运动动机测试对照表

项目	组别	N	均值	标准差	T	P
内部动机	实验班	47	13.72	2.539	-0.039	0.969
	对照班	45	13.70	1.998		
鉴别原则	实验班	47	12.40	2.205	1.954	0.054
	对照班	45	13.36	2.462		
外化原则	实验班	47	11.74	2.709	-1.169	0.245
	对照班	45	11.09	2.636		
缺乏动机	实验班	47	9.84	1.825	-0.528	0.599
	对照班	45	9.64	1.750		

结果显示，实验班和对照班在四个维度的对比情况如下：内部动机（ $p=0.969>0.05$ ）、鉴别原则（ $p=0.054>0.05$ ）、外化原则（ $p=0.245>0.05$ ）、缺乏动机（ $p=0.599>0.05$ ），说明实验前实验班和对照班学生在运动动机上面不具有差异，两组学生运动动机水平基本一致。综上所述，在实验实施前，实验班学生和对照班学生总体动机水平位于同一水平，统计学差异不明显，符合实验实施的条件。

3.2 实验后测试结果

3.2.1 实验后实验班和对照班学生身体素质测试结果

表 4 实验后学生身体素质指标测试对照表

项目	组别	N	均值	标准差	T	P
左右正踢腿	实验班	47	15.021	1.6483	-9.030	0.000**
	对照班	45	11.860	1.6702		
竖叉	实验班	47	30.723	12.0807	2.199	0.030*
	对照班	45	36.116	11.0953		

结果显示，实验班和对照班学生身体素质中速度素质差异非常显著（ $p=0.000<0.05$ ），而柔韧素质也表现出显著差异（ $p=0.030<0.05$ ），实验班明显优于对照班，这表明“运动教育”模式对学生身体素质有着非常明显的促进作用。

3.2.2 实验后实验班和对照班学生技术水平测试结果

表 5 实验后学生技术水平指标测试对照表

项目	组别	N	均值	标准差	T	P
动作质量评判	实验班	47	83.113	3.5617	-8.263	0.000**
	对照班	45	75.988	4.1301		
整体演练水平	实验班	47	90.063	2.9147	-11.513	0.000**
	对照班	45	80.563	4.3297		

为了考察学生的套路技术水平，课题组依据中国武术运动管理中心颁布的武术套路竞赛规则，将其分为“动作质量”和“演练水平”2个指标进行考量，其中“动作质量”侧重于学生对技术动作规范性的掌握，而“演练水平”侧重于学生套路演练中的功力（劲力、协调）和演练技巧（精神、节奏、风格）等方面的评判。由表 6 统计结果可知，实验前实验班和对照班在动作质量和演练水平上具

有非常显著性的差异，无论是动作质量（ $p=0.000<0.01$ ）还是整体演练水平（ $p=0.000<0.01$ ）的 P 值均为 0，显示出“运动教育”模式在培养学生的套路技术水平上具有巨大的优势。

3.2.3 实验后实验班和对照班学生技术水平测试结果

表 6 实验后学生运动动机指标测试一览表

项目	组别	N	均值	标准差	T	P
内部动机	实验班	47	15.574	1.9420	-4.430	0.000**
	对照班	45	13.581	2.3221		
鉴别原则	实验班	47	14.085	1.9205	-4.087	0.000**
	对照班	45	12.256	2.2306		
外化原则	实验班	47	11.383	1.8481	0.412	0.677
	对照班	45	11.581	2.6207		
缺乏动机	实验班	47	9.128	1.6891	4.545	0.000**
	对照班	45	10.628	1.4146		

由表 6 可知，实验组和对照组的内部动机、鉴别原则和缺乏动机三个维度差异都非常显著，而在外化原则维度上则不具有统计学意义上的差异性。从两个组统计的均值来看，实验组在内部动机和鉴别原则上的得分均高于对照组，而在缺乏动机指标上的得分则低于对照组，这说明“运动教育模式”在促进学生的内部动机和鉴别调节方面具有明显的优势，而在对追求优异成绩的动机上也强于对照组。

3.3 分析

研究结果显示，经过为期 18 周的实验，实验组与对照组相比在以下几个方面表现出了显著性的差异：以 10 秒正踢腿和竖叉为代表的专项身体素质、以动作规格和演练技巧为评价指标的套路技能水平、以及运动动机（包括内部动机、鉴别原则和缺乏动机）均发生了显著性的变化，这表明作为一种区别于传统“传习式教学”的教育模式，“运动教育”模式在促进学生的武术专项身体素质、套路技能水平和运动动机的提高方面表现出了明显的优势。分析认为，实验班的上述变化与“运动教育”模式的特点有着密切的联系。

在身体素质方面，经过 18 周的实验，实验组在左右正踢腿和竖叉 2 项专项指标上发生了较大的变化，其中 10 秒左右正踢腿由平均 11.468 次上升到 15.021 次，前后发生了显著性的变化；竖叉的高度则由原来的平均高度 33.723cm 降低到 30.723cm，尽管竖叉前后前后的测试结果在统计学上并不具有显著性的差异，但高度的降低也表明学生的柔韧素质发生了一定的良性变化，这说明了“运动教育”模式对于学生身体素质的提高具有比传统教育模式更好的效果。分析认为，身体素质的提高主要通过体育学习和锻炼而获得，其本质上是机体对外在刺激的一种生理适应，需要有一定的训练负荷做保证，“运动教育模式”将教学重心从教师转移到学生后，学生在课堂上的训练时长、密度增加，并且学生在课堂上的参与积极性提高，学生的学习效率当然就会更高。在小组教练员的指挥下一起练习，或者分为若干组轮流练习、轮流观摩，角色的意识、竞争的压力以及团队的荣誉感促使他们投入更多的精力和时间去完善和提高自身的技能水平，进而有效地促进了身体素质的发展。

在技术水平方面，实验班与对照班在动作质量评判和整体演练水平的得分均值有很大的差距。从数据上 P 值表现出具有显著的差异性。由此可见在教学内容的学习反馈上，实验班明显做的更好。通过任课教师的评价实验班整体表现为动作更为娴熟、技术更加标准、节奏明显清晰、风格更加突出。“运动教育模式”以固定分组为教学主要形式，最终学生的绩效很大程度是通过团队进行整体评价，有了共同的目标的鞭策，学生的完成质量与规格就会格外高于对照班。此外，角色的分配与扮演，使得学生的责任感激增，通过任课教师对于技术动作细节的强调，各组成员可以互相纠正使同伴的水平可以快速提升。

动机是因为某种内在的原因导致个体产生外显活动，且对活动予以维持并朝着某目标不断的发展，是让人呈现某种行为的原动力。在实验班与对照班的反馈中，内部动机、鉴别原则、缺乏动机三项指标中呈现出非常显著的差异性（P 值=0）。表明“运动教育模式”总体上在激发学生习练武术的动机方面有着良好的效果。究其原因，“运动教育模式”强化学生的角色扮演，在实验组的教学当中，学生不仅仅是武术知识技能的接受者。在小组内部，分别还设有组长、教练员、裁判员、记录员和策划人员的角色，经过实验教学的锻炼，学生逐渐可以适应各自的角色，各司其职，组内学生分工不同，职责不同且相互协作。学生角色扮演

本身就是对于自身的一种职责认可，这样一来学生的出发点就是从角色出发，从而改善了学生的内部动机；关于鉴别原则，在实验教学开始初期，将运动季的具体时间划分介绍给学生，并且细致地做了完整的教学设计，会刺激学习者的鉴别调节原则，个体对于运动行为进行鉴别，会改进学生的学习态度，由此才能促使学生由衷地热爱这项运动。学生总体对于这个崭新的教学方式更有明确的定位，清楚自己各阶段的学习任务，减少学生的盲目和无助感，丰富学生的学习生活。故“鉴别原则”维度在实验班与对照班中呈现显著性差异；合作分组学习在学生的日常学习中很常见，但是“运动教育”模式区别于常见的分组学习在于固定的分组，它的作用主要在于：固定的分组强调组员的共同进步，组员之间的互相带动是该模式的独特作用。从心理方面上，组员之间的相互帮扶无疑是改善“缺乏动机”维度最好办法，这是在学习者的角度去解决“缺乏动机”状况，欠缺动机的学生在同伴的帮助和带动下，会减少抵触心理，使学生自发参与到运动中去，这是治愈性的改善；至于“外化原则”指标，实验班与对照班不存在显著地差异性，实验在减少由于外界干扰盲目完成的任务的效果不够明显。据量表数据反馈，学生参与到武术项目中，会看重项目是否对自身有益处，难免带着功利性去做判断。虽然在外化原则这一维度上效果会比对照班要好，但是因为试验周期有限，没能够在这一维度上体现出显著性的特征。

4. 结论与建议

4.1 结论

4.1.1 “运动教育”模式对于发展学生的身体素质具有良好的效果，尤其对于武术套路专项身体素质的速度素质和柔韧素质效果非常显著。

4.1.2 “运动教育”模式相比传统的教学模式在培养学生的套路技术上更具有优势，在提高学生武术套路“动作质量”和“演练水平”上两者表现出了显著性的差异。

4.1.3 “运动教育”模式在培养学生的武术套路学习动机上有良好的促进作用。该模式能有效地提高学生的内部动机和鉴别原则，增强武术习练的兴趣和爱好。

4.1.4 “运动教育”模式在培养学生合作意识、增强凝聚力、促进健康和养成武术终身体育习惯等方面有着显著性作用，适合在普通高校武术教学中进行广泛运用。

4.2 建议

4.2.1 “运动教育”模式对于教师的素质具有更高的要求，教师在运用运动教育模式之前，应该对该模式的整个结构、教学方法、教学目标、教学流程、教学评价和主要特征要深入的理解。

4.2.2 在“运动教育”模式在武术课程上应用过程中，注重与学生之间的交流，关注他们的感想、感受。教学组织要更加缜密，多增加形式丰富、趣味性较高的比赛，衔接教学进度。

4.2.3 需要对学生讲解该模式的意义，尤其要让学生认识到该模式能够给自身发展带来的良性促进作用，比如提高组织能力、创造能力以及协作能力等，从而激发学生主动参与的积极性。

参考文献

- [1] 刘文武,戴国斌. 武术教育改革三题: 文化、兴趣、掌握[J]. 北京体育大学学报, 2019, 42 (8): 142
- [2] 陈飞, 王晓东, 杨建营. 人类生存视域下武术课程的改革与反思[J]. 沈阳体育学院学报, 2018, 37 (05): 140-144.
- [3] DARYL SIEDENTOP. Sport Education: a Retrospective [J]. Teach Physical Edu, 2002, (21): 409-413.
- [4] 谭小燕. 运动教育课程模式研究—武术课程运动教育模式的建构[J]. 体育与科学, 2009, (2): 82-86.
- [5] 熊艳, 马鸿韬, 孙琴. “运动教育模式”对学生运动强度的影响[J]. 体育学刊, 2015, 22 (1): 130-133.
- [6] 王昊. 沈阳体育学院羽毛球专修课程运用竞技运动教育模式的实验研究[D]. 沈阳体育学院, 2014.
- [7] 孙琴, 张力. 美国运动教育模式对学生健美操表现力的影响[J], 广州体育学院学报, 2017, 37 (5): 119
- [8] 张李强, 汪晓赞. 运动教育模式的国际研究热点述评[J]. 武汉体育学院学报, 2017, 51 (2): 93-100.
- [9] 刘桦楠, 季浏, 董翠香. 道德社会学视角下运动教育模式的德育实践研究[J]. 北京体育大学学报, 2015, 38 (06): 89-94.

二、支撑材料

第一部分 成果鉴定证明

河南省高等教育教学改革研究与实践项目	
鉴定证书	
项目名称：“运动教育模式”在普通高校武术教学中的实证研究	
完成单位：河南师范大学 河南工业职业技术学院	
主持人：毛爱华	
主要完成人：赵彩虹 张卫军 史晓阳 张哲	
项目类别：一般项目	
文件号：教高〔2019〕740号	二〇一九年十一月 证书编号：豫教〔2019〕30061号

第二部分 成果应用证明：

1.校外成果采用证明

应用单位（部门）：河南大学体育学院	
单位地址	河南省开封市明伦街85号 邮编：475001
应用时间	2019年2月-2019年6月
成果名称	“运动教育”模式在普通高校武术教学中的实证研究
应用情况说明： 武术是高校体育教育的重要组成部分，承担着“弘扬民族精神、传承国脉、增强学生体质”的育人重任。但长期以来我国高校武术教学中存在着非常严峻的事实，学生选课率低、上课的积极性差、上课气氛沉闷，导致学校效果普遍较差。因此，加强高校武术教育的改革创新，切实提高武术教学的质量，是摆在高校武术教育工作者面前的一项十分紧迫的任务。 课题《“运动教育”模式在普通高校武术教学中的实证研究》，针对目前我国高校武术教育中面临的问题，在高校武术教学中引进了美国俄亥俄州立大学达里尔·西登托普（Daryl Siedentop）教授创立的“运动教育”模式，实验证明该模式在培养学生的身体素质、运动技能和运动动机方面有着较为明显的效果。 河南大学体育学院在公共体育课程教学中运用了该成果，经过一个周期的运用，该成果在培养学生的武术兴趣、团队意识、组织能力、技能学习和身体素质方面有较为显著的效果。	
单位（盖章）：河南大学体育学院 2019年6月25日	

应用单位（部门）：南阳师范学院	
单位地址	河南省南阳市卧龙区卧龙路1638号 邮编：473061
应用时间	2019年6月25日
成果名称	“运动教育”模式在普通高校武术教学中的实证研究
应用情况说明： 武术是我国优秀的传统体育项目之一，也是高校体育教育的重要组成部分。作为土生土长的中国传统体育项目，武术具有文化内涵深邃、内容丰富多彩、价值功能全面等诸多突出特点。理应承担起“弘扬民族精神、传承国脉、增强学生体质”的重任，但现实结果却很不乐观：高校武术课学生选课率低，学生上课积极性不高，学习效果差等问题非常突出。因此加强高校武术教育的改革创新，切实提高武术教学的质量，使其适应现代高校体育教育的发展趋势是一项迫切而重要的任务。 课题《“运动教育”模式在普通高校武术教学中的实证研究》，针对目前我国高校武术教育中面临的问题，在高校武术教学中引进了美国俄亥俄州立大学达里尔·西登托普（Daryl Siedentop）教授创立的“运动教育”模式，实验证明该模式在培养学生的身体素质、运动技能和运动动机方面有着较为明显的效果。 南阳师范学院在公共体育课程教学中运用了该成果，经过一个周期的运用，该成果在培养学生的武术兴趣、团队意识、组织能力、技能学习和身体素质方面有较为显著的效果。	
单位（盖章）：南阳师范学院 2019年6月25日	

2. 比赛奖励



3. 会议证书



第三部分：教改论文

