

· 学校体育 ·

对动作教育的若干思考

钱建龙

(江汉大学 体育学院, 湖北 武汉 430056)

摘 要: 对我国动作教育现状进行了探讨。认为我国对动作教育的认识水平不高, 重视程度不够; 动作教育的起源有争议, 概念定义不明确; 动作教育的实施出现一些负性化现象。

关 键 词: 动作教育; 操体技巧; 富兰克林技巧

中图分类号: G804.8 **文献标识码:** A **文章编号:** 1006-7116(2007)01-0082-03

Several thoughts about movement education

QUAN Jian-long

(College of Physical Education, Jiangnan University, Wuhan 430056, China)

Abstract: The author probed into the current situation of movement education in China, and drew the following conclusions: In China, the level of recognition of movement education is not high, and no sufficient attention is paid to movement education; there are disputes about the origin of movement education, and the definition of its concept is not clear; some negative phenomena occurred in the implementation of movement education.

Key words: movement education; gymnastic technique; Franklin technique

动作教育 (movement education) 对促进个体的身心健康发展具有不可忽视的作用。动作教育自 1964 年后在西方一些国家 (尤其是英国和美国) 得到了广泛的应用和发展。目前日本动作教育发展也相当好, 如“操体技巧”(So-tai Technique) 即是一派日本的身心技法, 是身心动作教育 (somatic movement education) 的主要内容之一, 它对于自我探索、了解身体结构, 调整身体结构, 学习身体正确、有效率的使用, 提供了很好的观念和操作方法。我国台湾从西方和日本等国引进动作教育的理论和方法后, 动作教育现在也发展得非常成熟。目前, 对动作教育的多学科综合研究成为主流趋势, “富兰克林技巧”(Franklin method) 和“操体技巧”两种动作教育方法在国际上比较流行。我国的动作教育 20 世纪 90 年代才起步, 目前, 理论系统还没形成, 实践探索相当薄弱, 尽管有部分学者进行了一些研究, 但研究对象也仅限于幼儿。为此, 本文针对目前我国动作教育的若干问题提出一些思考。

1 对动作教育重要性的认识

在国外, 早期的动作教育只重视特殊儿童 (指学习困难和身体机能障碍儿童) 的肌肉动作和身体机能的训练, 现在对动作教育的研究已经从运动学、神经科学、教育学和心理

学等不同学科进行多学科综合分析研究, 国外已将运动教育纳入国家幼儿教育、基础教育和特殊教育体系, 并通过动作教育来促进儿童青少年身心和谐发展。然而, 我国这方面的研究相当薄弱, 专业论文和论著只检索到 3 篇。目前动作及动作教育基本上处于“三无状态”: 无专门的动作教育管理和培养机构、无专业的动作教育人才、无系统的动作教育理论、计划、大纲、教材和方法, 也没有纳入国民教育体系。据研究报道, 动作是人类适应环境的重要手段, 在个体的生存与身心发展中具有重要的作用。因此动作学习和动作教育是人类成长过程必不可少的内容。人类新生个体遗传具备生存所需的基本动作很少, 动作能力非常低下, 甚至连站立和走路等动作都需要无数次的学习和反复练习才能完成。很多动物出生后不久就能自己走路、进食和觅食, 而人类要掌握这些基本动作则是一个很长的过程, 更不用说其它一些复杂的成长动作技巧的学习了。我国有关教育部门及学者由于受传统思想的影响, 再加上对动作及动作教育的认识不足, 重智力教育而忽视了动作及动作教育的价值, 从而影响了人 (尤其是青少年) 的全面发展。很多教育管理人员、教育工作者以及受教育者不知道动作教育是什么, 也不能全面理解动作教育, 有人把动作教育理解为体育课。本人随机访问了武汉市 3 个教育主管部门 12 人, 3 所学校 50 名教师和 100 名学生,

收稿日期: 2006-07-11

作者简介: 钱建龙 (1965-), 男, 副教授, 硕士, 研究方向: 体育心理学、体育统计学。

回答的结果是83%人不知道动作教育的概念,90%的人认为动作教育就是体育,50%的人受到过动作教育的影响或从事过动作教育活动。

2 动作教育的起源和概念

动作教育的起源有争议。从国内现有资料来看,有人认为是:动作教育的首创者是美国的Frostig M,1964年由他最先完成了“视知觉发展测验”的标准化,继而开发了“视知觉训练课程”,并在1970年公开发表《动作教育之理论与实际》一书,逐步建立动作教育的理论体系,并将之纳入特殊教育与幼儿教育,使这种深具特色的教育方法广受瞩目^[1]。在此基础上,动作教育的倡导者开始注重动作经验对儿童各种机能发展的影响,强调通过身体动作促进身心和谐发展。又有人提出动作教育的概念是由英国学者Cassidy Brown提出的,它起源于英国,20世纪60年代被美国引进之后,逐渐发展成为世界范围内颇具影响的体育教学流派之一^[2]。当前,动作教育被美国、英国等认为是传授运动技能的最佳方法。动作教育的概念到底是由美国的Frostig M还是由英国的学者Cassidy Brown最先提出的,这一问题很难考证,但从现有文献资料进行逻辑推理,本人认为动作教育应该最早是由英国学者Cassidy Brown提出,然后再由美国学者Frostig M在美国进行推广应用和发展。

动作教育的概念定义不明确。国内有学者认为动作教育是指通过身体运动技能的活动或创造性运动的增进,来促进个体身心和谐发展的教育^[4]。它着重强调两点:(1)动作的学习,它包括基本的运动能力与身体能力;(2)通过动作进行学习,包括身体对周围环境的探索、知觉运动能力和概念化、情绪的发展(自我概念与同伴关系)。还有许多人把动作教育理解为体育教学或者是技能学习,学习某项专门的动作。本人认为动作教育的定义要抽象概括其本质特征,不能仅从其功效和形式上去描述。动作教育是以动作为主要内容的教育,通过动作教育掌握一定的技能,从而能给受教育者的身心健康产生影响,或通过相关动作达到其化的目的(如治疗某些身心疾病)。“动作”是动作教育的核心内容,其它则是由动作而产生的附加功能(效)。它应该包含动作学习、动作教学及其功效。动作教育实际运用目的有三:掌握动作技能、治疗身心疾病和促进身心健康。

许多体育工作者把动作教育等同于体育,把动作教育理解为体育知识和动作技能的传授。本人认为动作教育有别于体育教学和动作技能学习,体育只是动作教育的内容之一,动作教育包含体育但不等同体育。动作教育涉及的范围和功效都比体育要广泛。两者既有区别又有联系。有文献对动作教育与体育课作了区分:一是体育课是学校教育体系中一门正式课程,是有目、有计划地实施身体机能促进、增强体质的学习过程。比较而言,动作教育则宽泛得多。除了体育课

外,动作教育还可以通过游戏活动、康复训练等多种形式渗透在日常生活中。二是体育课更多地强调促进身体机能的发展与身体运动能力达到国家或地区规定的教育标准,而动作教育不仅重视身体机能的促进,同时也可能以身心的协调发展与障碍的康复为首要目的^[3]。此外,本人还认为动作教育与体育的研究范围和分类标准也是不同的:体育主要分为学校体育、竞技体育和社会体育,而动作教育的研究范围和分类标准更为丰富,但这方面的研究目前缺少文献的支持。我个人认为动作教育,如果按动作教育的目的可分直接动作教育(如掌握动作技能等)和间接动作教育(通过动作促进发展或治疗疾病等);按对象分可分为正常人的动作教育和非正常人的动作教育;按动作教育的内容分为实质动作教育(由身体动作为核心的动作教育,如体育教学、动作游戏、体力劳动、家务劳动等)和形式动作教育(如看体育比赛、看武打电影和武打小说等);按动作教育的年龄分为少儿动作教育、成年人动作教育和老年人动作教育;按动作教育的功能分为治疗性动作教育和发展性动作教育;按实施动作教育的单位分为学校动作教育、家庭动作教育和社会动作教育等等。有了这些明确的分类,才便于我们分门别类地去研究,搞清动作教育的内部规律。因此,动作教育的理论构建十分重要。

3 动作教育的主要内容——“体育”的负性化现象

《奥林匹克宪章》指出,奥林匹克主义是将身、心和精神方面的各种品质均衡地结合起来,并使之得到提高的一种人生哲学。它将体育运动与文化和教育融为一体。奥林匹克主义所要建立的生活方式是以奋斗中所体验到的乐趣、优秀榜样的教育价值和一般伦理基本原则的推崇为基础^[4]。然而,现在的体育在某些情境下,已违背了奥林匹克主义和精神,体育运动中会经常出现一些负性心理和行为,对人们的心理产生负性影响。体育运动产生的一些负性心理和行为必然带来动作教育的功能负性化。

3.1 功利思想

现代竞技体育具有高付出、高回报的现象。运动员一旦在比赛中取得优异成绩,伴随而来的是至高的荣誉和丰厚的物质奖励,因此,有些运动员把体育作为成名致富的手段。这就不可避免地使运动员产生“动作教育与名誉地位”相关联的功利思想。动作教育在竞技体育中表现出为了突出动作技能和运动成绩,而不顾人的身心健康发展现象。以动作技能的专业化为中心,人仅仅是动作教育的工具或载体,结果为了提高成绩不惜牺牲自己的健康为代价。动作教育在学校体育课中正常进行也难以保证,学校体育教学内容往往单调乏味,基本上是考什么教什么,致使动作教育追求目标片面化,只注重单项动作技能训练,忽视了人的身心和谐发展,造成了动作训练与生活相脱离的局面。这种对个体动作发展

主动性与创造性的忽视,对个体自我意识与个性自我发展的忽视,失去了动作教育的意义。

3.2 负性暗示

暗示是在无对抗的条件下,通过某种间接的方法(如语言、行动、表情或某种符号等),对他人的心理和行为产生影响,使他人接受暗示者的思想和意见或使其按一定的方式去行动。根据暗示产生的不同的功效,暗示可分为正面暗示和负性暗示。动作教育的“明示”是显而易见的,然而,对动作教育的认识仅停留在外显的、直接的教育功效上显然是不够的,其实体育活动还存在着内隐的、间接的教育机制——社会心理暗示机制。

动作教育都是游戏,而且是角色性、竞争性很强的游戏。在游戏中按照动作教育(游戏)规则,凡参与者一般都要扮演不同的角色,处理不同的人际关系,体验社会互动和游戏结果所提供的价值取向,并依此对自我和他人游戏中的行为做出评价^[5]。由此可见,体育游戏的组织、结构、结果及角色,隐藏着现实社会的某种价值观以及行为准则,实现一定的暗示功能。经常扮演正面角色的人,会对参与者人生观、价值观产生正面的暗示,反之,经常扮演反面角色者,则可能会对其人格和个性产生负性心理影响;经常充当进攻角色会对人产生攻击性暗示,反之,则会引起防守性暗示,某些负性暗示有可能向未来生活迁移。另外,竞技体育中运动员的行为有很强的示范性和影响力。奥林匹克主义的内容之一就是“奥林匹克选手榜样的作用”,奥林匹克运动的主要对象是全世界的青少年,这一群体有极大的可塑性和模仿力,他们羡慕英雄、崇拜英雄,而且渴望成为英雄^[6]。所以体育运动的潜移默化的榜样暗示作用是巨大的。如果体育竞赛中出现场上斗殴、球迷骚乱、辱骂裁判、故意伤人,出现黑哨、钱权交易,出现裁判的错判、漏判和偏判,那么,不仅对运动员本人会产生负性心理影响,而且对他人(尤其是青少年)和社会产生极其严重的消极心理暗示,破坏社会风气,使人错误效仿。

3.3 紧张焦虑和厌学

不仅大型比赛容易使运动员产生紧张和焦虑,就是学校体育中也存在使学生产生紧张焦虑情绪的现象。大家知道,学校体育一般是以班级为单位进行上课,按统一大纲、统一要求、统一评分标准进行,“一刀切、一锅煮”的现象还十分突出,很少、也很难顾及个别差异,这就必然会使一些运动弱势群体的学生由于达不到老师的统一要求和大纲的统一标准而产生紧张和焦虑。如果不改革学校体育的现状,不制

定考虑个别差异的锻炼和考试标准,这种紧张焦虑将会长期存在。

学校体育是动作教育的主要形式之一,其主要任务是增强体质,增进学生的身心健康,丰富文化生活。然而,当今的体育教学已失去最初体育游戏的趣味的功能,而是过分注重课堂纪律性,过分注重技评、达标,过多拘泥于体育教学大纲等内容,忽视了学校体育的本质功效,使学生失去许多乐趣和自由,使体育课失去了它本身原有的魅力。据有关资料显示,我国学校体育的组织大多过于规范,教学形式非常单调,教学内容重复,以致有65%的中学生不喜欢上体育课,其中女生占80%以上。这说明我们过于“规范”和“严格”的学校体育已使喜欢自由的学生产生厌学心理^[7]。另外,为应付初中毕业生的升学体育考试,忽视学生的全面发展,这实际上已演化成了新一轮的应试教育。这又进一步促使学生产生厌学心理。由此可见,追求课堂的自由活泼、生动趣味将会是体育动作教育永恒的话题。

动作教育的理论建构将是该学科研究和发展的一个重要方面。尽管当前我国对动作教育认识和研究还比较肤浅。但随着时代的变迁与人们对动作教育认识的深入,动作教育在我国的研究和发展将会蒸蒸日上。

参考文献:

- [1] 李灵,陶沙,董奇.动作教育及其发展的新趋势[J].辽宁师范大学学报:社会科学版,2002,25(3):46-49.
- [2] 王雄锋,杨国庆,李笋南.美国动作教育与中国传统体育教育模式的比较[J].体育学刊,2004,11(5):114-115.
- [3] 陶沙,董奇.动作与心理发展[M].北京:北京师范大学出版社,2002.
- [4] 体育学院通用教材编写组.奥林匹克运动[M].北京:人民体育出版社,1993.
- [5] 欣果实.中小学体育游戏中的负性社会暗示[J].天津体育学院学报,1998,13(1):55-57.
- [6] 任末多.身体活动与运动锻炼的心理效应[J].体育科学,1997,17(3):75-81.
- [7] 樊新.学生体育兴趣的培养方法与措施[J].武汉体育学院学报,2002,36(3):124-125.

[编辑:李寿荣]