

Doi:10.3969/j.issn.1672-0105.2015.01.018

足球小团体教学法对大学生社会适应能力影响的研究*

王占坤,张宇,高继祥,王永华

(温州医科大学 体育科学学院, 浙江 温州 325035)

摘要: 采用实验法和问卷调查法, 探讨足球选修课中采用小团体教学法对大学生社会适应能力的影响和效果。方法: 将研究对象分成实验组和对照组, 实验组学生进行16周的小团体教学, 对照组学生进行常规的足球教学, 在实验前后分别运用社会适应能力自评量表对实验组和对照组进行前测和后测, 并对检测结果进行分析比较。结果: 实验组大学生社会适应能力得分显著高于对照组大学生 ($P < 0.01$)。结论: 足球小团体教学法能有效提高大学生的团队合作能力和社会适应能力, 是高等院校素质教育的有效途径。

关键词: 小团体;大学生;社会适应能力

中图分类号: G718.5

献标识码: A

文章编号: 11672-0105 (2015) 01-0078-03

The Research on the Influence of Football Small Group Teaching Method on College Students' Social Adaptation Ability

Wang Zhan-kun, Zhang Yu, Gao Ji-xiang, Wang Yong-hua

(Wenzhou Institute of Sports Science, Zhejiang Medical University, Wenzhou, 325035, China)

Abstract: This paper is to investigate the influence of group teaching on college students' ability of social adaptation by means of experiment and questionnaires in football elective course. Method: The subjects were divided into experimental group and control group, the experimental group students with 16 weeks of small group teaching, and the control group students with football teaching routine. We make pre-test and post-test for students' social adaptation ability by using self-rating scale respectively. and the testing results are analyzed and compared. Results: The score of adaptability for experimental group students is obviously higher than the control group students ($P < 0.01$); Conclusion: Football small group teaching method can effectively improve the students' team cooperation ability and adaptable ability, which is the effective way for quality education in college.

Key words: small groups; college students; social adaptation ability

传统的高校足球选修课主要以教授足球基本技术为目标, 由于受应试教育导向的影响, 通常教师在教学模式与教学方法上比较的单一。其主要模式为教师讲解, 示范, 和练习的典型三段式教学, 此种教学模式虽然能够在一定程度上达到既定的教学目标, 完成教学任务, 但是却忽略了足球这个世界第一运动的其它内在价值。研究表明, 一般的体育运动都可以有效的提高参与人群的社会适应能力^[1],

这主要是因为体育参与人群的团体动力效应的原因为导致。那么对于足球这种团队合作为主要特征的集体运动项目来说, 队员之间的合作配合, 融入球队等方面都需要参与人有良好的社会适应能力, 因此, 足球在提高学生的社会适应能力方面应该有更强的作用。但过去传统的教学模式却割裂了学生之间的互动联系。由于采用的是教师对学生单向的沟通方式, 削弱了团体动力的效应, 足球课大都被上

收稿日期: 2014-12-15

基金项目: 2014温州医科大学高等教育课堂教学改革项目《高校公共体育课球类集体性项目小团体教学的实践与探索——以篮球为例》

作者简介: 王占坤, 博士, 温州医科大学副教授, 研究方向为体育社会学。

成了带着球的田径课。小团体教学法源于国外团体力学的研究,它转变了以往教师为主体的教学模式,变成以学生为主体,教师为主导的更加主动型的教学模式。其把整个班级分成几个小的团体,而这些小的团体又不同于过去的分组教学,而是一个拥有共同目标以一定方式结合,彼此之间存在相互作用,心理上存在共同感和相互认同的学生群体^[2]。小团体教学法以团体成员为主体,充分发挥成员之间的主观能动性和人际互动,有效的减少了教学时间,增强了教学效果,同时有效的提高了学生的社会适应能力。

一、研究对象与方法

(一) 研究对象

随机抽取温州医科大学2014级大一足球选项课的男生60人,并分成2个班。其中一个为实验班,一个为对照班。

(二) 研究方法

1. 文献资料法

通过CNKI数据库查阅报纸、硕博士论文、期刊等,收集关于小团体教学模式与高校足球教学文献200多篇,关于体育教学模式和学校体育改革的专著10余部,在这些文献资料基础上系统总结了前人研究的成果,得到了启发与借鉴,为接下来的研究提供了理论依据。

2. 问卷调查法

问卷采用郑日昌主编的《大学生社会适应能力诊断量表》。该量表已经被心理学研究广泛应用。教学实验开始前,分别让实验组和对照组学生根据真实情况填写量表,完成实验前测。教学实验结束后,分别对实验组和对照组进行问卷调查,完成试验后测。前测后测的回收率和有效率均为100%。

3. 教学实验法

在实验开始前对两个教学班学生的身体素质、选课动机、基本情况、足球学习经历进行调查,将结果进行差异性检验确保实验对象各因素基本相同。实验中确保教学内容、教学环境、教学时间、场地器材和考核标准相同的情况下进行教学实验,比较两种教学模式的教学效果。同时对实验班进行为期16周的小团教学法,而对照班则采用传统教学方法。

4. 数理统计法

运用EXCEL把数据进行整理和录入,然后使用SPSS19.0统计软件对数据进行分析。

二、结果与分析

从表1、表2可以看出,实验前,实验班和对照班的社会适应能力得分分别为28.27分和27.60分。根据该问卷的评分标准,发现无论是实验班还是对照班,其社会适应能力均为一般水平,很少有同学达到良好水平。这说明以学习成绩为主的教育方向,严重忽略了学生心理和社会适应方面的重要性。经独立样本T检验发现,两班学生社会适应能力不存在显著性差异。经过16周的教学实验,实验班和对照班的社会适应能力得分分别为30.40分,27.8分。实验后,实验班和对照班的独立样本检验发现P值为 $0.031 < 0.05$,存在显著性差异。

在配对样本的检验中,发现对照组实验后为27.80分,较实验眼前的27.60分有了0.2分的增长,但为 $0.184 > 0.05$,说明实验前后,对照组得分不存在显著性差异。实验班同学平均得分高于实验前2.13分,呈现出明显的增长,其检验结果P值为显著性差异。按照该量表的评分标准,经过16周小团体教学训练的结果,实验班同学从社会能力为一般进步到社会适应能力良好。而对照班同学在实验结束后,虽然有同学得分高于实验前,其平均得分也高于实验前,其平均得分仍然在一般水平。其原因可能是个体差异,以及自然成长的结果。由此说明,小团体教学法在提高大学生社会适应能力方面是切实有效的。

表1 实验班和对照班实验前后独立样本检验结果

实验前		实验后	
实验组	对照组	实验组	对照组
28.27	27.60	30.40	27.80
± 3.99	± 5.41	± 3.65	± 5.28
T值	P值	T值	P值
0.543	0.589	2.216	0.031

表2 实验班和对照班配对样本T检验结果

对照组		实验组	
实验后	实验前	实验后	实验前
27.80	27.60	30.40	28.27
± 5.28	± 5.41	± 3.65	± 3.99
T值	P值	T值	P值
1.36	0.18	10.0	0.00
1	4	1	0

三、讨论

(一) 小团体教学法能够促进个体社会适应能力的提高

社会适应能力是一个人适应社会生活和社会环境的能力,社会适应能力的高低,从某种意义上说明了一个人的成熟程度。由于国内的应试教育导向,中小学教育对学生课本以外的各种能力的培养

不够,导致了目前国内学生整体社会适应能力水平偏低的现状。无论理论课堂上怎样的宣讲,也无法从现实上提高学生的社会适应能力。这方面的能力则需要学生在实践中去体验和摸索。而以足球为代表的讲究团队合作的体育运动是弥补学生社会适应能力最好的课堂,集体类项目的互动性,竞技性为学生提供了交流和互动的平台,其本身的特质就具有提高和促进学生社会化程度的价值。然而,由于传统教学模式与集体类项目的本质和精神有一定程度的割裂,导致集体类项目这一作用被削弱,同时使体育教学变得枯燥无味和呆板。而小团体教学法可以在一定程度上有效地改变集体类项目的这一现状。因为在此教学环境下,每一个团体成员之间都会经历从陌生到了解,到熟悉,再到默契。然而要达到这个目标则需要一个比较漫长的过程。在这个过程中学生就会自然而然地调试自己的行为,以适应团体,从而完成心理上的成熟和社会化。单从此点看来,小团体教学法是值得我们去尝试和执行的。

(二)人际互动是小团体教学具有提高团体成员适应能力的关键媒介

勒温的团体动力学认为,我们周围的生活环境就是一个个大小不同的场。我们的行为会受到周围场域的影响^[1]。小团体教学法基于此点,构建了许多个小的平行的场域,以及整个班集体一个大的场域。小团体内部成员联系最为紧密,团体成员受此场域的影响也最大。因为团体的成绩好坏关系到了团体成员的切身利益,在共同目标和个人目标的共

同驱使下,小团体拉近了同学之间无论是空间上、时间上,还是心理上的距离,让小团体成员之间有了比一般教学方式更为深入的交流和互动,甚至是冲突。团体成员之间需要不断地调整自身的角色,自身的行为以获得团体认同,适应团体的发展。而传统的教学方式没有这样的优势,传统的教学方式只注重个体单独目标的完成,个体之间基本无需交流,人际距离比较疏远。足球项目更注重团队合作,因此更适合小团体教学方式。足球运动中由于位置的差异需要运动员各方面的素质也不尽相同。所以在小团体教学中每个人都能够有效地找到自己的位置,发挥自身的优势,弥补自身的缺陷,从个体自身的心理层面上有利于其自信心的培养,有利于其心理舒适区的扩大,以提高其适应社会的能力。

四、结论与建议

第一,在足球选项课中,采用小团体教学法可以有效地提高学生的社会适应能力。

第二,小团体教学法有效的提高了学生的主动性,让课堂变得生动有趣,丰富多彩,既提高了学生的兴趣,又潜移默化提高了学生的身体素质。

第三,小团体教学法不是简单的分组教学,需要教师掌握一定的团体心理辅导的知识,以处理在团体互动过程中出现的问题。

第四,小团体教学法不光可以应用在足球等团队性项目,也可以在一些技术单一性的如田径等课程中加以推广,以增加课堂效果和学生兴趣。

参考文献:

- [1] 肖丽琴.体育运动与大学生社会适应能力的关系[J].体育学刊,2007,14(2):79-82.
- [2] 张腾.“小群体”教学模式在高校游泳选项课教学中的研究[J].浙江海洋学院学报:人文科学版,2012,29(4):88-91.
- [3] 蔡春霞.小群体教学模式对大学生心理健康影响的实验研究[J].上海体育学院学报,2006,30(1):90-93.
- [4] 樊富珉.团体心理辅导[M].上海:华东师范大学出版社,2010:25.
- [5] 龚正伟.体育教学论[M].北京:北京体育大学出版社,2004.

(责任编辑:邱开金)