

【许院听课录】之十三：体育课+心理学+管理学+社会学.....=?

作者:来源: 编辑:钟伟平 访问次数:1365 次发布时间:2019-06-05

【编者按】近年来，我校筑牢教学中心地位，聚焦内涵，深化改革，应用型人才培养模式峥嵘初显。学校相继启动了“应用型课程建设计划”“课堂教学改革计划”等，立项建设了一批应用型课程，翻转课堂、项目教学、案例教学等在教学中得以推广，探究式、讨论式、参与式等新的教学方式得到普遍认同。不少教师已经投身到教学改革的实践中，使课堂教学焕发出了更多的活力。为此，党委宣传部（新闻中心）特开设《许院听课录》专题，通过深入走访深受学生喜爱、充满创新力的课堂，从微观层面挖掘课堂教学改革过程中具有典型意义的“个案”，以供借鉴。《许院听课录》也是本学期学校通识类写作课《校园题材新闻写作》的“实题”项目，所有篇目由教师指导、学生采写，从某种意义上，这也是教学成果的一种展示。

体育课+心理学+管理学+社会学.....=?

——记我校拓展训练课程



在很多人的眼中，体育课的任务是向学生传授体育知识、技术与技能，增强其体质，而当体育课+心理学+管理学+教育学+社会学+组织行为学甚至与更多学科融合，这样的“体育课”是否还是你印象中的体育课？我校的拓展训练课就是这样“多面”的体育课。

走进拓展训练课堂，记者看到，“信任背摔”“盲人方阵”“挑战 150”“击鼓颠球”“穿越电网”……，每个项目都新颖、刺激，而学生在这一个个充满“困惑”的情境中，体验困境，并和团队一起对情境中设置的种种“难题”给出合理的“解决”方案，这一过程中，一堂“体育课”的内涵呈现出了“叠加”的效果，学生的个人潜力、团队协作、意志磨练、解决问题、思维能力、表达能力等等，都在一场场刺激的“游戏”中悄然生长。

一门体育课的“绝佳口碑”

长木板、大木块、羽毛球、鸡蛋、眼罩，记者看到，这些再平常不过的物品成了体育学院教师刘振坤课堂上常见的体育“器材”。一个班的学生被分为三组，分别被命名为盲人岛（岛上的所有人都为盲人）、哑巴岛（岛上的所有人都为哑巴）和珍珠岛（正常人的岛），他们要分别利用自己的优势和手中的工具，按照一定的规则，互相合作，在规定时间内共同完成任务。

刘振坤介绍，在拓展训练课程中，像这样有趣、参与性强的项目很多，目的是使学习者有更多的机会在暗含理论的活动项目中体验与感悟，在活动后巩固那些终身难忘的经验，比如，大家会发现团队合作很重要，有效沟通、独立思考、创新思维等对解决问题来说至关重要，并通过分享总结使新的知识经验能够融入生活并为之服务。



同学们共同完成“孤岛求生”项目

这样的体育课似乎自带“易火体质”，而事实上，它是靠“实力口碑”成为了学生心中的“宝藏”课程。据了解，每个学期能够“抢”到这门课的学生大概有 360 名左右，大一学生在第一学期选课时多少带有一些盲目性，他们往往真正进入课堂后才发现这门课原来如此有趣，收获超过预想。经过一个学期已选课学生的“口碑”相传，拓展训练课变得格外“抢手”。

“要是大二可以再修一次拓展训练课就好了！”2017 级地理科学专业的学生黄雯大一已经修完了课程，但仍意犹未尽。据了解，每年都有不少学生因为“抢”不到课，多次找老师申请。

以体育为载体的融合教育

刘振坤老师认为，将拓展训练引入体育课堂是对传统体育教学的必要补充，也是将多学科与体育结合进行融合教育的有益尝试，大学体育课，应更加全面地体现体育功能，不仅体现身体方面的学习与训练，更应该以体育为媒介，开展心理、社会适应方面的教育，使体育的外延不断扩大充实。

2014 年我校在《体育与健康》公共必修课中加设拓展训练课程，与原来的篮球、排球、网球、健美操、体育舞蹈、啦啦操、武术、定向越野等 17 个项目一起，成为可供学生自主选择的体育课项目。拓展训练课程中融入了心理学、生理学、教育学、管理学、社会学、组织行为学等不同学科的知识，体验、经验分享成为其主要的教学方式。



同学们共同完成“神笔马良”项目（要求用团队中所有成员名字中的一个字或多个字进行诗歌创作，并完成书写）

“在挑战 150 项目中，我们需要在 150 秒内完成五个项目组成的通关，我们的团队要制定自己的计划攻克各个难关。这个任务虽困难，但大家在相互合作的摸索中意识到，原来我们中的每一个人都是不可或缺的。”城乡规划与园林学院 2018 级学生李园说。

而任务没有完成就意味着一无所获吗？事实并不是如此。刘振坤介绍，挑战 150 项目虽然很少有人成功，但老师会引导学生反思问题所在，找出症结制后订新的解决方案，所以即使任务失败大家也会有很多收获。

课堂上学生是“主角”，老师将扮演组织者、安全管理员和观察者的角色。每个项目结束后，老师会安排分享环节，参与者要与其它体验或观察过相同活动的人分享感受，并与其他人进行探讨、交流。老师再进一步引导，以帮助参与者进一步定义和认清体验中得出的结果。

“在扫雷的游戏中，我们小心翼翼地尝试了多种曲折的路线都以失败告终，即将放弃时，一位同学顺着一条路一直往前走竟然成功了！在分享环节，大家积极地分享了自己的感受，彼此交流后产生共鸣：这就像我们的人生之路，不犹豫徘徊，要带着一份果敢勇往直前。老师最后也对我们分享的内容进行了归纳总结。”2017级中美学前教育专业朱盼盼同学说。

“瞄准”户外拓展人才新需求

2016年我校社会体育指导与管理专业开设了新的方向——户外运动，拓展运动基础课程成为其专业方向课程之一。与之前针对普系（非体育专业）开设的拓展课不同，本课程不仅更具专业性，而且为学生们开启了就业及发展的新方向。

谈起设置户外运动方向及开设拓展训练相关课程的初衷，院长李慧林认为，近年来户外运动迅速升温，这方面的人才需求很大，开设户外方向既是对社会需求进行深层次调研后深思熟虑的结果，也是“量身裁衣”寻求体育人才培养与社会需求契合点的尝试，希望为学生未来发展提供更多的就业渠道与可能，培养出更多社会所需的户外拓展应用型人才。

记者从《拓展运动基础课程教学大纲》中看到，该课程的预期学习成果之一是通过学习能够成为一名合格的拓展培训师，具有管理学、组织行为学、人力资源开发及培训技术、心理学、教育学的理论和专业知识，能够灵活运用团队搭建的原理与技巧，具有一定的实际工作能力。

“经过专业的学习，我的控场能力、策划设计能力、户外生存技能、引导分享能力、体能素质等有明显提升。”该专业2016级学生胡世杰说。

目前在一家国内领先的营地教育机构实习的2016级学生李书慧，作为活动带领者和活动策划者以及营地建设者，通过培训，已经能够独立进行活动带领、课程设计、营地建设、营地维护等方面的工作。她说，正是在课程学习中积累的实操经验，为实习工作的开展奠定了基础。



学生（左 1、左 2）在“营动中国”全国青少年户外营地夏令营中带领孩子们勇攀千米峰

像李书慧一样未毕业就得到该公司实习机会的还有吴诗淋、杨晓妍等 9 位学生。该公司负责人对他们给予了高度评价，他说，同学们乐于学习，勤于思考，能够游刃有余地进行营地活动带领，为企业的发展贡献了自己的力量。

据了解，拓展训练课程相关专业的学生全部获得了全国初级营地指导员资格。2016 年 6 月由共青团中央学校部，全国学联秘书处主办的全国大学生“‘三走’赢未来”户外运动团队挑战赛中，我校代表队在 38 所高校 48 支代表队中脱颖而出，共获得 2 项第一名，1 项第二名，2 项第三名。

课程之外的“拓展”

如今，我校每年秋季开展的拓展运动会在河南高校中成为独创，至今已成功举办 3 届，该赛事作为课程的“延伸”与“拓展”，进一步扩大了拓展训练课程的影响力。



同学们正在参加拓展运动会“真人cs之求生战场”比赛项目

在2018年10月举办的第三届拓展运动会中，全校有22支参赛代表队、共计358名运动员参加，“真人cs之求生战场”“旋风跑”“经典项目天梯”等项目更是让学生大呼“太酷了！”“这回终于不再是别人家的学校了！”几年下来，拓展运动已成为深受我校大学生喜爱的个人挑战与团队竞赛相结合的户外体验活动。

近年来，我校还建设了2200平方米的素质拓展园，完善了攀岩墙等相关器材设施。除了硬件，相关的软件设施也紧步跟上，现在该课程的任课教师增至6位，营地的设计提升方案同步推进，这门课程在不断摸索中日趋成熟。

本文系许昌学院通识类写作课《校园题材新闻写作》成果

撰文/钟伟平、赵闪闪、徐雅婷、张梦婷、孟丹、张慧岚；采访：刘毅、张梦洁、梁小豪、丁佩娟、宋国斌。