

上海市高中学生户外运动实施的效果

——以上海市东方绿舟国防教育为例

平 杰¹, 舒盛芳¹, 黄一鸣², 杨 焱¹, 李有强¹

摘 要: 通过问卷调查、现场观察等方法对上海市高一学生参加东方绿舟国防教育活动中的户外运动效果进行了研究。结果显示: 大部分学生认为户外运动有趣、有收获、对缓解学业压力有益。“身体练习与户外运动技能相结合”、“身体练习与军事技能学习相结合”与“内容的新奇性”是最大特点, 学生最希望增加的内容是“野外生存训练”。超过70%的学生认为对增强体质和健康有益, 在耐力方面得到很大提高, 对提高综合素质和能力很有帮助。提高最多的是运动能力、合作能力和心理承受能力。60%的学生对教育组织方面总体满意, 认为存在问题最多的是“很多项目只能看, 不能玩, 很失望”。

关键词: 上海市; 高中生; 国防教育; 户外运动; 效果

中图分类号: G807.01 文献标志码: A 文章编号: 1006-1207(2012)03-0085-06

Effects of Implementing Outdoor Sports for Shanghai High School Students ---- Taking the Example of National Defense Education in Shanghai Oriental Greenland

PING Jie, SHU Sheng-fang, HUANG Yi-ming, et al.

(Shanghai University of Sport, Shanghai 200438, China)

Abstract: Through questionnaire and on-the-spot observation, the author studied the outdoor sports effects of some Shanghai grade 1 high school students participating in the national defense education in Oriental Greenland. The result shows that most of the students look upon outdoor sports as an interesting and fruitful activity, which helps relieve academic stress. The main feature of the outdoor sports lies in the integration of physical practice and outdoor sports technique, the integration of physical practice and learning of military skill and the novelty of activities. The students hope that field survival training can be included. Over 70% of the students think that outdoor sports are beneficial to physical fitness and health and help improve endurance, comprehensive quality and ability. The athletic ability, cooperative competence and psychological bearing capacity have been improved greatly. 60% of the students are generally satisfied with the organization work. Their disappointment is that they were not allowed to try quite a few activities.

Key words: Shanghai; high school student; national defense education; outdoor sports; effect

由上海市政府投资 12.23 亿人民币于 2001 年建成的校外教育基地——上海市青少年校外活动营地, 被誉为“东方绿舟”(以下简称东方绿舟), 它位于上海市青浦区, 占地面积 5 600 亩。它是上海市集拓展培训、青少年社会实践、团队活动以及休闲旅游为一体的大型公园和生态乐园, 是上海市中学生大型国防教育基地、青少年校外活动营地, 以及大型校外活动场所和上海素质教育的试验田。被教育部命名为中国青少年学生国际交流基地。每年接待高一学生超过 10 万人。营地的建成, 是上海落实“科教兴国”战略和大力推进素质教育的一大举措。

由上海市教委统一规定的全市高一学生的国防教育活动就安排在东方绿舟园区举办。虽然高一学生在东方绿舟园区内开展的是以国防教育为主题的活动, 但是学生在园内大部分活动都是在户外进行, 它以身体活动为主, 是一种融国防教育与户外身体锻炼为一体的健身运动。军事活动与户外

运动是息息相关的。从军事性质上来讲, 军事活动都是在户外进行, 是一种需要通过身体对抗, 或者要求以身体强壮作为基本保障的对敌斗争形式。东方绿舟作为一个典型的素质教育基地, 在功能上全部按照国防教育的设置要求, 例如安放有航母、飞机、火炮、潜艇、坦克、步兵战车等, 在活动的内容和形式上既体现出国防教育的要求, 例如队列队形操练、火炮操作、单兵战术(匍匐前进), 又安排了大量身体活动内容, 例如, 综合素质拓展项目有走平衡独木桥、通过险境、翻越与攀爬, 以及定向越野、“7 人 8 退”绑腿跑、划龙舟、攀岩等, 体现出了体育锻炼的户外特征。东方绿舟还具有以下特征: ①园景具有南方地区特色。园内水域浩淼、植被苍翠、水木清华、风光旖旎, 一步一景, 处处体现出中国园林博大精深的内涵。②组织模式。由教育行政部门统一组织, 覆盖所有学校、所有学生。专业教师执教、专业管理。③对象。面向全市高一学

收稿日期: 2012-04-08

基金项目: 国家科技部国家科技支持计划课题(2009BAK62B02)

第一作者简介: 平杰, 男, 教授。主要研究方向: 学校体育。

作者单位: 1. 上海体育学院, 上海 200438; 2. 上海市青少年校外活动营地, 上海 201713



生,包括普通高中和职校、技校、普通中专的一年级学生。④时间。集中教育5天。国防教育采用“5+5”模式,即5天学生全部来到东方绿舟。⑤经费。学生缴纳210元,包括生活费、住宿费、交通费、教材费等一切费用,不足部分全部由政府买单。⑥管理和教学模式。按照军队连营编制,实行准军事化管理。教学采用统一大纲和计划进行教学。⑦师资。由体育专业教师、文化课教师和退役军官组成。退役军官包括天安门国旗班的班长和国旗班的战士。⑧教学评价。5天结束后根据学生的态度、技能、知识、合作、品质等5大指标进行评价。

东方绿舟国防教育基地为素质教育的开展提供了一个平台。东方绿舟国防教育虽然从教育的目的上讲它不是一种完全意义上的户外运动,但是它具备了户外运动的基本特征,实现了户外运动所要实现的身体锻炼的效果,同时也充分体现了素质教育的要求和户外运动的主题,即体验绿色,享受自然;重视实践,重视能力;让健康成为学生终身财富。

如何通过东方绿舟国防教育充分挖掘户外运动的资源和户外运动的价值,充分完善和挖掘东方绿舟国防教育课程的方案设置,增加户外运动的教育效果,同时使东方绿舟国防教育充分体现体育的教育价值,为有关决策部门提供参考文献,这是本研究的目的所在。

1 研究方法

1.1 文献资料法

通过上海体育学院图书馆查阅了有关户外运动的相关文献。

1.2 问卷调查法

从2011年3月份起,课题组进驻东方绿舟进行跟踪观察和做预调查。根据预调查情况,制定了有关“东方绿舟国防教育户外运动的现状调查问卷”1份。根据上海市高一学生参加东方绿舟国防教育活动的总体安排,选择了上海市浦东新区、闸北区和普陀区作为问卷发放对象,并根据学生参加东方绿舟国防教育的批次,分3批次发放问卷。共发放问卷1500份,每批次发放问卷各500份。共发放问卷1500份,回收问卷1500份,回收率100%。有效问卷1273份,有效率84.8%。问卷发放对象为参加东方绿舟国防教育活动的上海市高一学生。问卷发放时间是2011年4月20日至5月20日。

1.3 访谈法

对20名高一学生、5名带队教师和6名东方绿舟基地的教官、教员进行了个别访谈。访谈时间是2011年4月20日至6月20日。

1.4 数理统计法

对问卷数据采用SPSS17.0软件进行统计。

2 结果与分析

2.1 近7成学生认为户外运动有趣,并认为对缓解学业压力有益

学生对东方绿舟国防教育活动的总体认识如何,是我们评价东方绿舟国防教育效果的重要方面。对“东方绿舟‘国防教育’活动中,你每天过得很有意义”的调查统计,认为

持“完全赞成”为28.9%(368)、“比较赞成”为48.4%(616)、“在赞成与不赞成之间”为20.2%(257)、“比较不赞成”为1.6%(20)、“完全不赞成”0.9%(12)。“完全赞成”与“比较赞成”两者相加为77.3%,这说明有2/3以上的学生认为在东方绿舟国防教育活动中每天过得是很有意义的。从“东方绿舟‘国防教育’活动让你觉得户外活动是否有趣”的调查可以看出,有24.9%(318)的学生认为东方绿舟的户外运动“非常有趣”,有42.7%的学生认为“有趣”(544),如果两者相加则达到67.6%,也就是说接近七层的学生认为东方绿舟的户外运动“非常有趣”或“有趣”。而认为“一般”为28.5%(363)、“较少有趣”2.8%(36)、“没趣”0.9%(12)。“你觉得东方绿舟‘国防教育’活动非常有收获”的调查显示,有63.8%的学生通过参加东方绿舟国防教育活动认为有收获持“非常赞成”(20.4%)或“赞成”(43.4%)的态度,而持“一般”为33.2%(422)、“不太赞成”为1.6%(21)、“一点不赞成”为1.4%(17)。在对“定期参加东方绿舟‘国防教育’活动对缓解学业压力是否有益”的调查中,24.1%(307)认为对缓解学业压力“非常有益”、43.4%(553)认为“比较有益”、26.7%(340)认为“一般”、3.9%(50)认为“不太有益”、1.8%(23)认为“根本没有益”。如果把“非常有益”和“比较有益”两者相加则为67.5%。学生对东方绿舟的国防教育活动感不感兴趣,看他们以后还想不想再来,这是衡量他们的试金石。“如果以后还有机会的话,你一定会再来东方绿舟参加户外运动”的调查说明,有28.7%(365)的学生对“只要以后有机会,一定会再来东方绿舟参加户外运动”持“完全赞成”的态度,36%(458)的学生持“比较赞成”的态度。如果把两者相加,即有64.7%的学生持“完全赞成”或“比较赞成”的态度。而持“在赞成与不赞成之间”、“比较不赞成”、“完全不赞成”分别是34.3%(437)、0.07%(10)、0.02%(3)。从这可以看出东方绿舟对学生来讲,虽然来过一次,但仍然有很大的魅力,对其充满着极大的吸引力。我们对持“非常赞成”或“比较赞成”态度学生进一步调查显示,“喜欢东方绿舟的花园式环境”排第一位占78.3%(644),“喜欢每天安排的身体活动内容和娱乐项目”排第二位占65.0%(535),“喜欢军事训练和军营生活”占54.3%(447)。从这个排位可以看出,选择环境排在第一位,活动内容排在第二位,生活方式排在第三位。在什么环境下进行学习和生活,摆脱死读书,在活动中学习,在实践中进步,从事军旅生活和军人的生活方式,这些都是学生所希望的。

学生为什么对东方绿舟的国防教育持肯定态度?至少有以下原因:第一,学生在参加东方绿舟的所有活动中,学生的活动绝大部分都是在大自然中、在优美的园林景色中进行的。绿色伴随学生全程。学校拥挤的教学环境与这种环境无法相比。第二,整个教育教学都是在身体活动中进行的,与学生在课堂静止的知识传授方式不同。整个过程轻松自然。有很多发展身体素质与军事和运动技能的练习,突出了素质教育重视实践、重视能力的特点。第三,教育内容新鲜。每天都是不一样的内容。整个教育教学活动都于身体健康有益,有一定的身体活动量。第四,学生面对的是教官和东方绿舟的教师,这些教官和教师由于采用的是不同的教学形式和风格,有一种新鲜感。同时,这种以身体活动为主要国防教育形式与校内的课堂教学相



比,师生之间的互动明显增加,而且教官和老师根据教学情境调节和活跃教学气氛,教学氛围和效果也完全不大一样。第五,中学生对国防教育普遍好奇和喜爱。在中学生中,男生普遍比女生对军事天地节目表现出浓厚的兴趣,这是男生的天性。绿舟航母内中国兵器博览馆推出的“零距离”接触兵器的饕餮盛宴,让学生游客在参观、浏览我国现代国防力量、兵器发展命脉的同时体验到军事科技带来的时尚生活感受,感悟国魂军威、感受军事乐趣。

2.2 大部分学生感到很疲劳,但只有近半数的学生认为每天的运动量大

国防教育是与身体活动紧密相连的。作为一项综合性的国防教育活动,活动的效果与学生每天所能承受的运动量大小有一定关系。对“每天下午的活动结束时,都会感到很疲劳”的调查统计,持“非常赞成”为31.7%(403),比例已经很高。持“比较赞成”为34.2%(436),认为“一般”为31.1%(396)、“不太赞成”2.3%(29)、“一点也不赞成”0.7%(9)。另外,从访谈中得知,很多学生认为一天活动的时间还是很长的,普遍感

到疲劳。我们对每天的运动量大小也进行了调查,只有7.4%(94)的学生认为“非常大”,40.8%(520)认为“有点大”,而认为“一般”“不太大”“一点不大”分别为46.2%(588)、4.5%(57)、1.1%(14)。调查结果说明,每天的运动量不是很大。认为“非常大”的只有7.4%,表明运动量的大小仍在学生可以接受的范围内。我们把在东方绿舟的活动量同在校期间的日常活动量相比,调查结果显示,有15.2%(194)的学生认为“非常大”,认为“比较大”的学生为50.0%(637),两者相加为65.2%,这个比例不是特别高,而认为“一般”的为31.8%(405)、“较小”2.3%(29)、“非常小”0.6%(8)。

为什么会出现学生认为很疲劳,但运动量不是很大的情况呢?通过表1的课程安排、现场观察以及访谈得知,学生疲劳的原因有两个方面:第一,按照作息时间要求,学生早上6:00起床,但晚上9:30才能就寝。早上、上下午和晚上都有活动,一天活动的时间很长,这是学生感到疲劳的原因。第二,学生从集合地点到规定的练习场地,步行一般至少有15 min的路程。大多数情况下,学生全部靠步行来回。路上花的时间很多。再加上练习时间,学生肯定会感到疲劳。

表1 学生赴东方绿舟国防教育活动课程安排表(A营)

Table 1 Curriculum Arrangement of the National Defense Education for Students Going to Oriental Greenland (Camp A)

	周一	周二	周三	周四	周五
早操	车辆到达营地。	队列训练、升旗仪式		队列训练、升旗仪式	整理行装
上午	1. 联席会议,入营教育; 2. 入营仪式。	军事天地2	拓展训练、战地扎营	防火灭火、逃生训练	1. 急救技能2; 2. 军事汇报演
下午	军事天地1	军事定向、素质测试	单兵战术、火炮操作	急救技能1(带包扎)	习、结营式
晚上	国防知识讲座、知识竞赛	观看“魅力东方、精彩东方”京剧演出	观看电影(3D国防)	文艺联欢会	登车离营

学生虽然很疲劳,但运动量不大。原因是:第一,虽然学生每天都是以一定的身体练习进行的,无论是拓展训练、逃生训练,还是军事定向、素质练习,以及单兵战术,都有一定的运动强度,但是上下午大强度的练习与其它强度小的练习是穿插安排的。因此,总体上强度不会太大。第二,教员在安排拓展训练这些项目时强度不大,同时练习时间也不长。一方面可能由于人多(以营为单位),一个人还没有做上几组练习就结束了,另一方面也可能教员出于担心,有意地控制了运动负荷。第三,过于强调安全事故。稍微危险的练习或者动作都不让学生“动”。而这些练习在学生看来是再简单不过的事情。有一种把学生“裹得严严的”感觉,不利于学生探索和成长,自然也很难收到实质性效果。很多学生提出应该把国防教育要变成身体的野外训练课,加大身体的训练强度。像部队搞野外生存训练一样,动“真格”的。学生觉得教官和基地教师在这个方面做得不够。

2.3 超过6成的学生认为应该将教育时间延长到7天以上

受教育的时间长短,也会影响教育的收效。对“东方绿舟‘国防教育’活动5天时间长短”的调查显示,认为“太长”为4.1%(52)、“比较长”16.2%(206),两者相加为20.3%,有57.0%的学生觉得东方绿舟“国防教育”活动的5天时间“一般”,也就是不算长,还过得去。另外有15.0%(191)的学生认为“比较短”,还有7.8%(99)认为“非常短”。进一步的调查显示,希望在东方绿舟国防教育时间改为2天、3天、7天、

14天、21天的学生分别为5.3%(68)、31.4%(400)、39.7%(506)、8.8%(110)和14.9%(189)。赞成7天或7天以上的占63.4%,也就是说有6成学生希望将时间延长为至少7天。有32.3%(411)的学生认为东方绿舟“国防教育”活动应该“每学期举办一次”,55.7%(709)“每学年1次”、3.9%(50)认为“不需要”、8.1%(103)认为“说不清”。由此可以认为,在校外举办的活动,以及在东方绿舟园区举办的户外活动,非常受到学生的欢迎。学生为什么喜欢在东方绿舟开展这种活动呢?第一,在东方绿舟这种环境里,学生可以放松心情。学生一下子进入了绿色的世界,园区的美景让人的心情自觉与不自觉地进入了放松的状态,从一种环境进入了另一种环境。第二,在园区的教育轻松而自然,没有作业,没有了思想负担。精神上得到了彻底的放松。对于长期紧张的学习来讲是一个很好的调剂。对每天活动时间的调查证实,认为“太长”8.7%(111)、“有点长”28.0%(357),而认为“一般”58.3%、“不太长”2.5%(32)、“一点也不长”2.4%(31)。也就是超过6成的学生认为每天活动的时间并不长。

2.4 “身体练习与户外运动技能相结合”、“身体练习与军事技能学习相结合”与“内容的丰富性”是最大特点,学生最希望增加的内容是“野外生存训练”

国防教育从性质上讲应该是一种以身体活动为主的教育活动形式。因为军事活动本身就要要求在户外进行。教育内容要求贴近实战。



表2 调查显示,排在第一位的是“内容的丰富性”,占72.7%。东方绿舟开展的内容的最大特点在于,每天不一样,上下午不一样,内容不重复,经常会给一种新鲜的感觉。位居第二和第三位的是“身体练习与户外运动技

能相结合”与“身体练习与军事技能学习相结合”,显示了东方绿舟国防教育是通过在户外草地开展身体活动的特色,把身体练习与园地环境结合起来。

表2 东方绿舟“国防教育”活动特点的调查统计(可多选)(N=1273)

Table II Survey Statistics of the Characteristics of the National Defense Education in Oriental Greenland, Compared to the School PE Curriculum (Multiple Choice) (N=1273)

	内容的 新奇性	内容的 丰富性	指导的 科学性	身体练习与 户外运动技 能相结合	身体练习 与知识学 习相结合	身体练习与 军事技能学 习相结合	场地更加开阔, 心理感觉更加自 由、放松	场地绿化 好,舒畅	体育、娱 乐设施多	其它
频数	783	925	689	814	729	803	645	740	487	0
%	61.5	72.7	54.1	63.9	57.3	63.1	50.7	58.1	38.3	0

有22.9%(292)的学生认为“东方绿舟‘国防教育’活动的课程内容”“非常受欢迎”,30.2%(384)认为“比较受欢迎”,两者之和为53.1%。“不太受欢迎”0.7%(9)、“一点都不受欢迎”0.08%(1)。这也验证了东方绿舟国防教育活动课程内容的受欢迎程度。

从表3可以看到,排在前三位的分别是“野外生存训

练”、“心理训练”、“科学探索”。而在这3者中,“野外生存训练”是排在第一位的。究其原因:第一,年轻学生都有一种探索精神,更有一种冒险精神。第二,年轻学生有一种挑战精神。一是挑战自我,二是挑战大自然。生活在城市里的学生,对大自然有一种天然的向往,尤其是年轻学生天生有一种冲动。

表3 东方绿舟“国防教育”的素质拓展活动中,学生最希望增加的内容调查统计(N=1273)

Table 3 Survey Statistics of the Activities Which the Students Hope to be Included in the Quality Development Activities of the National Defense Education in Oriental Greenland (N=1273)

	野外生 存训练	心理训练	科学探索	军事体能训练(翻越隔 墙、爬杆、匍匐前进)	团体拓 展训练	军训与国防教育 意义的理论讲座	国际形 势讲座	其它
频数	811	686	499	441	427	186	289	1
%	63.7	53.9	39.2	34.6	33.5	14.6	22.7	0.08

2.5 超过7成学生认为对增强体质和健康有益,接近8成的学生认为在耐力方面得到很大提高

军事活动要求以强壮的身体为基础。所以,练好身体和大运动量训练是军事训练的重要内容。国防教育也同样离不开户外身体训练的内容。

有17.6%(225)认为东方绿舟“国防教育”活动对增强你的体质和健康“非常有益”、“比较有益”53.5%(681),如果把两者相加则达71.1%。也就是说有超过7成的学生认为东方绿舟国防教育活动对增强体质和健康有帮助。这个比例是比较高的。而认为“一般”、“没有帮助”、“一点也没有帮助”分别为25.7%(327)、2.4%(30)、0.8%(10)。

毫无疑问,东方绿舟的国防教育活动对增强学生的体质和健康有益。对身体素质影响最明显的是哪个方面的调查,结果显示,有77.2%(983)的学生认为在耐力方面得到很大的提高而遥遥位居第一位。然后依次是力量(27.9%/355)、灵敏(26.0%/331)、速度(21.8%/277)、柔韧(16.0%/204)。原因有:第一,每天活动的强度相对不大,例如,早上进行队列训练和升旗仪式,上下午的活动内容根据运动负荷的大小进行穿插排列,考虑到一天总的运动负荷的承受力,但是从早上6:00起床到晚上9:30就寝整个的活动的时间很长。第二,每去一个活动营地,有的路上要走很长的时间。例如,拓展训练的项目、单兵战术、军事天地等项目的练习场地,学生从出发地集合到练习场地路上要步行15 min左右。而活动结束后步行回始发地又要花费同样多的时间,这都需要花费时间和体力的。第三,在每一个练习项目的场地,教官或者基地教师都会根据学生的情况安排整个的练习量。

因为考虑到整个一天长时间的活动,整个练习的强度不大,但是每个上午或者下午的活动时间都在2~3 h之间,这对体力也是一个严重的消耗。

2.6 超过6成的学生认为“接近大自然,感觉与大自然非常亲近”,并认为“锻炼了身体,强健了体魄”

国防教育中的军事训练既是一种身体活动,又是一种智力心理活动,是人的身体活动的全方位参与。通过这种综合性的身体练习,可以使人的有关能力与综合素质得到全面发展。有26.7%(340)认为“与学校生活相比,东方绿舟‘国防教育’效果非常好”对此持“完全赞成”,有46.7%(594)持“比较赞成”,两者相加达73.4%。也就是说超过7成的学生对此持肯定的态度。从学生的调查中可以看出,与学校生活相比,在东方绿舟开展的国防教育活动期效果很显著。而持“在赞成与不赞成之间”为25.7%(327)、“比较不赞成”为0.5%(7)、“完全不赞成”为0.4%(5)。

我们对认为“东方绿舟国防教育效果非常好”持“完全赞成”或“比较赞成”态度的学生作的进一步调查。结果显示,排在前五位的分别是“接近大自然,感觉与大自然非常亲近”(67.7%)、“锻炼了身体,强健了体魄”(67.6%)、“学到了书本上不能学到的东西”(66.1%)、“学到了很多军事知识和技能”(64.8%)、“增进了人际交往,加深了同学之间的友谊”(60.1%)。从调查发现,不仅这5个方面位居前列,而且赞同的比例都非常高,全部超过了60%。排在第一位的是“接近大自然,感觉与大自然非常亲近”,这体现了这次户外运动的特色。这从另一个角度说明,在东方绿舟园区开展国防教



育活动学生喜欢的原因。排在第二位的是“锻炼了身体,强健了体魄”,证明了东方绿舟国防教育活动以身体练习为主的特征。除了前五位之外,在“寓教于乐,轻松学习”、“综合能力明显增强”、“学会了很多运动技能,提高了运动的本领”、“意志增强,更能刻苦耐劳”等几个方面的认同率都比较高,认同率超过了50%。

从“通过东方绿舟‘国防教育’活动,对你综合素质和能力的提高很有帮助”的调查看出,有26.8%(341)的学生对东方绿舟“国防教育”活动对综合素质和能力的提高很有帮助持“完全赞成”的态度,有46.7%(594)的学生持“比较赞成”的态度,两者相加高达73.5%。这说明东方绿舟国防教育活动对学生综合素质和能力的提高效果很显著。而认为“一般”24.3%(309)、“不太赞成”1.4%(18)、“完全不赞成”0.9%(11)都比较低。原因是:能力是一种综合素质,能力的培养是需要通过实践的过程来进行。东方绿舟国防教育活动更多的是一种身体参与的实践活动,更少的是动脑筋,更多的是动身体,需要动手操作。而这种动手操作活动在学校里是很难实现的。

从调查统计可以看出,认为没有提高只有7.5%,而认为在能力方面得到提高的学生中,认为“运动能力”得到提高达68.7%,占据第一位,认为“合作能力”(66.3%)得到提高占据第二位,认为“心理承受能力”(54.8%)得到提高占据第三位。排在前三位的都相当显著,认同率超过了50%,远远超出了其它选项。在生存能力和问题解决能力等方面也都认为有所提高。

2.7 6成学生对教育组织方面总体满意,但认为“很多项目只能看,不能玩,很失望”

教育组织包括多个方面,例如具体的课程安排是否合理、场地安排是否冲突、训练时间是否充分、教官训练方法与管理上是否科学,以及作息时间是否合理等。

调查显示,有20.8%(265)的学生对国防教育的总体组织与安排感到“非常满意”,有40.0%(509)的学生认为感到“较满意”,两种相加为60.8%,即达到6成的学生认为“非常满意”或“较满意”。认为“一般”37.9%(483),而认为“较不满意”和“非常不满意”分别为0.09%(12)、0.03%(4),两者相加不到0.2%。

我们对东方绿舟“国防教育”活动中存在哪些问题进行了调查,调查结果显示,排在第一位的是“很多项目只能看,不能玩,很失望”(46.9%),遥遥领先于别的选项。从这我们可以看出,学生对开展的项目不多表现出不满意。园区内很多现成的项目因为时间、安全等原因在国防教育活动中没有安排。排在第二、第三、第四位的分别是“学生参与热情不高”(24.5%)、“过多地担心学生的安全问题,项目设置上太保守,没有挑战性”(22.3%)、“每个项目的时间太短,没有给每个学生更深的体验和展示的机会”(20.5%)。很多学生认为,作为国防教育活动要么就办成国防知识和军事技能的教育,让学生在5天的过程中高密度地传授国防军事知识和技能,了解中国的国际形势,增强安全和忧患意识,要么就像部队里的军人一样,以体能训练为主,高强度的体能训练和野外生存,使学生的身体得到磨练。然而,这些学生心理所

需要的东西,在这里没有全部得到。而且教师过多担心学生的安全,这也不让做,那也不让做,把学生“裹得”严严实实,使学生过高的期盼在遗憾中度过。另外,学生对其它方面也有不同程度的不满意,这些都是我们要考虑的。

3 讨论与分析

3.1 将“5+5”模式变成“5+7”模式,适当延长在园区内受教育时间

国防教育效果的好坏与多种因素有关。其中主要与指导思想(理念)、受教育的总时间、课程内容和具体的教学实施要求等方面有很大关系。上海市教委对高一学生采用的“5+5”模式,即5天的国防教育放在各自学校实行,另外5天的国防教育放在东方绿舟的园区内进行。这“5+5”模式的采用,很大程度上考虑到东方绿舟的接待能力限制。按照目前“5+5”模式和当前上海市高一学生(含3校)总量,园区内的场地多少、可供住宿面积和教官、教师的人数,接待能力基本饱和。如果将“5+5”模式变成“10”模式,由于高一学生的总数巨大,东方绿舟很难有这个接待能力。但是可以将“5+5”模式变成“5+7”模式,即5天在学校内实行军训,有7天在东方绿舟实施国防教育活动,将原来的5天变成7天,延长2天,即把2天周末时间利用起来。这种模式是可以实现的。理由有:第一,没有额外增加东方绿舟的接待压力,只是延长了2天的接待时间。第二,可以增强国防教育的时间。教育是时间的积累,在相同的教育条件下,时间越长,教育效果越好。而原有的5天时间,如果“去头去尾”减掉来回返校的时间,学生实际在东方绿舟的受教育时间不到5天,这就给教育效果打了折扣。增加2天时间,就可以增加2天的效果。目前实施的“5+5”模式由于时间太短,存在着总体效果不佳的情况。第三,学生去一趟东方绿舟不容易,不额外增加组织难度。通过增加活动板块和内容,提高单个单元的活动强度和总体效果,让学生尽情体验。第四,只需要适当增加教官和教师的数量,增加这个方面的投入就可以保证整个活动的实施。

3.2 课程的项目要进行适当调整,要增加项目的板块

国防教育活动中的项目是一些常规性项目,其板块内容主要有素质练习、军事技能(单兵战术、战地扎营、火炮操作)拓展训练、定向越野、国防知识教育(观看电影、参观武器)。缺少一定的新颖性和挑战性,同时也缺乏刺激性。能够引起学生的兴趣,但不能使学生深入体验,其效果是有限的。目前,东方绿舟已经开发了很多的训练项目,但没有用于学生的国防教育之中。这里面有安全、难度和时间等方面的考虑。除了“巧过独木、爬山涉水、勇攀珠峰、跨越山谷”等素质测试项目之外,还有很多娱乐项目、军事项目和拓展训练项目。其中,军事项目有“战队突击、巧闯雷阵、防空警报”。例如,“战队突击”是一种实战军事演练,是“真人版”的军事体验。通过战场指挥、资源分配、战术运用、战术动作等考验军事训练效果,不仅训练军事技能和战术素质,还能磨练参训者的意志品质,培养勇于挑战的精神,增强令行禁止的纪律观念,考验团队决策的执行力。除了上述之外,还要增加野外生存技能训练。



3.3 在指导思想上要贴近军人生活的实际,增加训练中的运动负荷

很多学生反映,东方绿舟国防教育活动贴近军人生活实际不够。体现军人高强度训练、流汗、吃苦耐劳、勇猛顽强的生活和训练场面不够。也就是说,东方绿舟的国防教育,在学生眼里,离军人的训练实际还有很远的距离。在学生看来,整个国防教育只停留在表面上,整个训练过程不真实,不贴近军人实际,甚至是走过场。很多项目只是让学生“试一试”,而没有放开手脚让学生做深入的体验。很多练习都停留在“浅尝辄止”的层面上,明显出现每个单位里学生的总活动量和练习强度不足的情况。军事训练课还没有一般的体育课运动量大。在指导思想上,应该要把握两点:第一,对当前中国的国防现状和面临的困难、危机和问题要做全面的介绍,使学生充分认识到捍卫国防教育所要承担的责任。有必要增加国防和国际政治方面的讲座。第二,要把国防教育真正变成提高学生军事技能和体能素质的一次绝好的机会。要按照准军人的标准制定训练大纲和安排训练内容。大幅度地增加训练的时间和强度,把国防教育真正当成是学生军事技能、身体素质和意志品质的磨练。

3.4 既要加强安全教育,也不能限制学生的能力发挥

加强安全教育没有错,但是如果让“安全”二字束缚学生的手脚,这就需要我们认真反思。在整个国防教育中,认为效果不理想的还有一个原因是,教官和教师害怕学生受伤。第一,由于担心危险,其中的很多项目学生都没有办法接触到。提供给学生的项目,都是“十平八稳”的常规项目。在这些项目的练习中,加上练习时间短,人数又多,学生个体发挥的余地不大。第二,在教学过程中,由于过于担心受伤,教官和教师把学生管得死死的。稍微有危险的练习不让学生去接触。练习时间安排不敢过长,强度不敢安排过大,宁可让学生停留来休息,也不让他们去运动。活动很难出现高潮。也很难出现深入的体验。因此,重要的是要把安全制度、预防技能和保险跟上去,而不是过于限制学生的学习内容。

4 小结

东方绿舟国防教育虽是一种综合性的军事训练活动,但体现了户外运动的特征。近7成学生认为户外运动有趣,并认为对缓解学业压力有益。大部分学生感到很疲劳,但只有近半数的学生认为每天的运动量大。超过6成的学生认为应该将教育时间延长到7天以上。“身体练习与户外运动技能相结合”、“身体练习与军事技能学习相结合”与“内容的丰富性”是最大特点,学生最希望增加的内容是“野外生存训练”。超过7成学生认为对增强体质和健康有益,接近8成的学生认为在耐力方面得到很大提高。超过6成的学生认为“接近大自然,感觉与大自然非常亲近”,并认为“锻炼了身体,强健了体魄”。6成学生对教育组织方面总体满意,但认为“很多项目只能看,不能玩,很失望”

为了提高教育效果,本研究认为,将“5+5”模式变成“5+7”模式,适当延长在园区内受教育时间;课程的项目要进行适当调整,要增加项目的板块;在指导思想上要贴近军人生活的实际,增加训练中的运动负荷;既要加强安全教育,也不能限制学生的能力发挥。并结合东方绿舟的实际,提出相应的健身指导方案。

参考文献:

- [1] 体验式拓展培训[EB/OL]. <http://www.orientalland.com.cn>
- [2] 青少年校外活动[EB/OL]. <http://www.orientalland.com.cn>
- [3] 团队活动[EB/OL]. <http://www.orientalland.com.cn>
- [4] 李香君. 户外运动参与者的基本特征分析[J]. 山东体育科技, 2011, (3):92-94.
- [5] 袁建琼. 长沙市户外运动的现状与对策分析[J]. 湖南医科大学学报(社会科学版), 2010, (4): 217-218.

(责任编辑: 陈建萍)