

备课系列论文(八)

方法困惑:学法指导在体育教学中如何体现

于素梅 (中国教育科学研究院,100088)

学法指导的概念已越来越多地被人们所认识,体育课上实施学法指导也被部分一线教师在逐步尝试,而且,还积累了一些难能可贵的经验。本文进一步探讨学法指导,旨在帮助体育教学实践者能够在课堂中更加灵活、自如地将学法指导发挥出重要作用,从而提高体育教学的有效性。

一、体育课实施学法指导“必要”且“可行”

体育课是否实施学法指导,既是会教与不会教的分水岭,又是引起教学效果不同的关键因素。

(一)体育学法指导的必要性

学法指导是促进学生掌握正确学习方法、提高学习效率的重要教学行为,在学法形成过程中起着关键性作用,也是教师的教与学生的学有效衔接的桥梁。

1.注重学法指导比传授知识技能更重要。陶行知先生所言:教是为了不教。说明指导方法在一定程度上比单纯传授知识、技能更重要。一旦学生掌握了学习的方法,不仅可以使学习事半功倍,而且,可以运用所掌握的学习方法进行自学,学到更多的知识、技能,课堂所学内容也能够得到很好地巩固和提高。同时,注重与不注重学法指导的班级,经过一段时间的教学以后,学习成绩也会因此而不同。这一点,在通过大量的观察,以及与一线教师的交流中已得以印证。然而,在注重指导学生掌握学习方法的同时,也不可忽视知识、技能的传授。总之,授之以鱼需要,授之以渔更加重要。

2.帮助学生学会学习符合课程基本理念。《义务教育体育与健康课程标准(2011年修订版)》(以下简称《课标》)的课程理念第3条中提出“以学生发展为中心,帮助学生学会体育与健康学习”,说明课程改革已经明确要求帮助学生掌握学习方法。学生的学法来源比较多元,在对“体育学法的来源”调查中发现,79.3%的学生都认为来

源于“教师指导”,因此,教师要能够通过学法指导帮助学生尽快实现“学会学习”的目的。然而,《课标》中的课程基本理念,并非所有的一线教师都已经做了认真解读,即便是知道各条理念的内容,但根据了解发现,如何具体贯彻落实每一条理念还需要强化认识。尤其是在“帮助学生学会学习”的理解和落实上需要更加明确和具体。因为,这一理念直接指向的就是教师要注重学法指导,以便于在学生形成有效学法时给予必要一定的帮助。

(二)体育学法指导的可行性

体育学法指导在体育课堂教学中十分必要,但假如未掌握指导的方法、不具备指导的能力也很难达到让学生“学会学习”。研究发现,体育学法指导尽管在概念上有些教师了解得晚一些,但是,学法指导的教学与研究行为或多或少、若明若暗地在以往的体育课堂中和研究中都有所呈现。

1.部分教师在无意中运用学法指导。尽管从学术概念上部分教师或许还不太清楚学法指导是什么,但是,却有部分教师在体育课堂教学中不知不觉地运用着,而且,这或许就是大家一直困惑的“为什么有的教师教学效果明显,而有的教师教学效果不十分明显”的主要原因所在,这或许就是有无学法指导的差异所在。例如,在一节肩肘倒立常态课上,教师示范前的指导语是:“请同学们注意观察:第一,我压垫了没有?第二,手指尖是向哪个方向的?第三,在还原的时候,我做的是什么动作?看完以后我要提问。”实际上,这段指导语就是较为明确的学法指导,即观察法的指导,是要告诉学生如何观察,如何把握示范动作的细节,并通过“看完以后我要提问”这样的语言,引导学生一定要认真观察。尽管该教师过去并不十分清楚这段语言属于什么,但已经无意中在通过这种方式有效地指导着学生,在运用学法指导。

2.部分教师有意地在关注学法指导。很

多一线教师在教学中十分注重创新和提升教育教学能力和水平,尤其是当大家不太熟悉的理论或方法出现以后,有些教师就会在教学中有计划、有步骤地学习和尝试,这为提高教学质量将能起到重要作用。关于学法指导在体育教案中如何体现、在体育课堂上如何实施,有些教师也有意地在尝试着。例如,某教师在杂志上看到关于学法指导的文章,于是就拿出自己的教案,尝试着给学法指导找位子,后来带着疑问“教案中如何体现学法指导?教学中学法指导如何实施?”与文章作者进行了交流,不仅谈出了他对学法指导的理解,还提出了学法指导在教案中和教学中如何呈现的想法。

3.部分教师积极参与研讨学法指导。

关于体育学法指导的理论与方法,《中国学校体育》“案例析研”的2014年第11期,围绕(1)什么是学法指导?(2)哪些学习环节需要进行学法指导?(3)如何及时有效地在学生的学习环节进行学法指导?(4)学法指导的具体内容在教案上如何呈现?(5)您曾经有过哪些学法指导的经验?(6)您对学法指导还有哪些困惑?等问题进行了网络专题研讨。在讨论中,有的教师谈论自己对学法指导的认识和观点,有的教师结合以往的做法交流自己的经验,还有的提出困惑以及谈论与他人不同的认识等。不但讨论热情很高,而且,有的教师对学法指导的理解十分到位,在教学中的尝试也较为准确,案例中的学法指导过程也比较合理有效。因此,有了这些热情,有着这些思考,伴随不断地交流,学法指导在课堂上的应用将会广泛得到重视和正确地运用。

4.部分教师在深入地研究学法指导。

一线教师对体育学法指导从认识到尝试,从尝试到总结,经历了一个从理论学习到实践体验,又从实践到进一步反思和归纳新的理论的过程,体现出对体育学法指导进行了较为深入的研究。仅从《中国学校体育》2015年第1期“网研集锦”栏目中就看到

了一些关于学法指导的研究,如“基于《课标》理念对学法指导的思考”、“学法指导与教法、学法之间的理性分析”、“开放式运动技能的观察学习与指导策略分析”、“例谈体育课堂中教师对学生进行的学法指导”、“实例分析‘学法指导’在体育课堂教学中的运用”等。通过研究不仅能够提升体育教师的科研能力和水平,而且,随着对学法指导研究的不断深入和丰富,在课堂上的学法指导策略也会更加合理和有效,从而更加全面地建立体育学法指导体系,充分发挥学法指导在体育课堂上的关键作用,最终实现《课标》的有效贯彻落实。

二、体育学法指导之要求“全面”且“具体”

在具体实施体育学法指导时,有人曾问,教学中体育学法指导究竟该如何体现?实际上是想了解全面性、具体化的学法指导是什么样的。下面针对这一问题做进一步讨论。

(一)体育学法指导的全面性与具体化释义

体育课堂实施学法指导能够有利于促进学生掌握有效的学习方法,但需要对学生的哪些学习方法进行指导?如何使指导发挥更大的作用?从学生学习的角度来看,应该对学生学习的全过程施以学法指导。体育课堂教学中学生的学习环节主要有听讲、观察、练习、评价等等,这些环节的学习都要求方法有效,否则,就难以达成学习的目标。然而,并非所有的学生都会听讲、会观察、会练习、会评价,如何才能让学生从不会到会,从会的不多到全面掌握各环节的学习方法?教师的学法指导的全面性和具体化起着至关重要的作用。

1.全面是指所有方面,周密,完整。要对学生学习环节的所有方面实施指导,诸如体育教学中及时做出听讲的指导、观察法的指导、练习法的指导、评价法的指导等。因此,学法指导的全面性,即体现在全方位、系统化地对学生学习的各个环节的学习方法进行指导。

2.具体是指不抽象,不笼统,细节很明确。做出的学法指导,要能够让学生一听就

能懂,一看就能做,即接受指导后达到愿学习、能学习、会学习的效果。因此可以将学法指导的具体化概括为:及时、到位、清晰、明了地对学生各环节的学习方法进行有效的指导。

(二)体育教学中各环节学法指导的有效方略

学生的学法需要教师在施教过程中进行全面而具体地指导,但这仅仅才表达出其必要性,究竟该如何做出具体的指导方略体现出操作的可行性呢?下面主要以案例分析的形式对学生学习的几个环节谈几点认识,一线教师可以结合自己的教学经验和遇到的实际问题做进一步的拓展。

1.听讲的指导。学生在听讲时会表现出各种各样的听讲方法,可以归结为会听和不会听两类。无论是会听还是不会听,分别都会有多种表现行为,如教师在讲解篮球双手胸前传接球技术的时候,在讲解的同时徒手做示范。这时就会发现:会听的学生中,有的在“边听边模仿老师做的动作”,有的在“边听边皱眉头思考”,有的在“边听边频繁点头”等,这些表现都说明学生在认真听讲,且在边听边思考,甚至有的还伴有模仿的肢体动作。假如都能这样,学法指导在这个环节或许就无需实施,但问题在于并非所有的学生都能如此认真地听讲,而有部分学生走了神,有的是“东张西望地听”,有的是“交头接地地听”,有的是“低头不语地听”,有的虽然目不转睛地盯着教师,但依然表现出“心不在焉地听”等。之所以有这些不会听的学生,或许是教师在讲解之前未能及时对如何听讲进行指导:或许有指导,但指导的语言或方式不够具体,学生依然不知道如何听讲,还有一种可能就是,尽管做出了具体的指导,但由于缺乏及时对学生的学法进一步观察,听讲的指导只是停留在了形式上。

因此,要使听讲法指导真正发挥作用,应把握以下几点:(1)“听什么”讲明确,让学生听讲之前就知晓要听讲的内容;(2)“怎么听”交代清,达到让学生听讲不走神,能够完整地将该听的内容听到、听全;(3)“听成什么”及时查,强化反馈环节,对会听的给予鼓励和表扬,对不会听的要

找到原因,个别提醒或对普遍现象做出集体再指导。总之,学生只有知道听什么,又明确了怎么听,并能够及时了解听的方式对不对,才能逐步掌握听讲的有效方法。

2.观察法的指导。体育学习活动中,学生在观察教师的示范动作,或观察同学的展示活动时,也会表现出各种各样的观察,同样会显现出有的会观察,有的不会观察。会不会观察决定着能不能看清、看懂、看会。因此,为了让学生都能够通过有效地观察掌握技术动作的方法,观察法的指导方略需要一线教师有所了解,并能够灵活应用。例如,在健美操教学中,由于健美操运动既包括上下肢的配合,还有上下肢左右侧的顺序呈现,更有和音乐节奏的吻合等。学生在观察教师示范动作的时候,假如任课教师不提出明确的要求,学生就很难抓住关键。因此,观察法的指导要求就应该非常明确,具体来讲应包括:(1)“看什么”说清楚,让学生明确是要看动作的全过程,还是要看某一个细节(如上肢动作还是下肢动作);(2)“怎么看”讲明白,让学生在观察的时候不盲目,知道先看什么后看什么,看的过程中想什么等;(3)“看成啥”要检查,及时了解并向学生反馈观察的方法是否正确,并做出适当的调整。

3.练习法的指导。学生掌握运动技能很大一部分是靠反复地练习而获得的,因此,掌握练习的方法对运动技能的形成至关重要。实际上,在学生的各种练习活动中发现,有的学生会练,而有的学生在练习过程中表现出各种各样的无效或低效练习方式。练习法的指导,主要集中在那些不会练习或练习效果不明显的学生。例如,教师做完肩肘倒立的保护与帮助方法讲解和示范以后,学生在练习保护与帮助方法时出现了各种各样的错误形式,说明教师自己明确该如何保护与帮助,也向学生讲解和示范了该方法,但是假如没有告诉学生如何听讲和观察教师是如何保护与帮助的,未能强调和强化保护与帮助时的站位,保护与帮助者手扶持的位置,以及如何用力等,学生十有八九都难以掌握正确的保护与帮助方法。基于此,教师在学生练习之前,甚至是示范之前都要明确告诉学生认真听、仔细看,方能正确练习。

基于学段特点的技巧“滚翻类”动作教学及拓展

——以前滚翻动作为例

李健 (北京教育学院体育与艺术学院, 100009)

一、技巧“滚翻类”动作教学中的问题

体操技巧“滚翻类”动作是动力性动作,既需要向前滚动的动力,又需对身体及身体姿态的控制;同时滚翻动作是联合动作、成套动作的基础,也是体操动作内容的精髓(动作内在的节奏的转换);因此教师们应将单个动作(如前滚翻)作为动作体系中的一个环节进行内容系统的整体把握。体操教学中,造成学生学习“滚翻类”动作从小学到大学,仍然“学不会、学不懂、学不好、学不精”,有时还要“重新回炉”的原因在于教师们对滚翻类内容的教学研究不够,对“学段目标”理解不到位以及学情分析不够,对动作本身价值的内涵理解不够等,而影响“滚翻类”动作的教学效果。

(一)盲目效仿教法

案例回放:小学低年级学生学习前滚

翻——“低头看天”(许多教师用)被认为是精彩的教学片断,从学生有成功体验以及激发学生兴趣的角度讲,教学效果很好。

案例分析:运用“低头看天”的“教法”,对于“水平一”的学生知道低头看天能翻滚过去的同时,还要建立蹲撑、蹬地、后脑着地的概念。“低头看天动作”只是让学生体验动作的启发性教学手段,不能做得太多,避免造成不蹬地做前滚翻的错误动作概念。

(二)学情研究不够

案例回放:小学一年级学生学习前滚翻动作时,教师先演示保护与帮助的方法(要求学生观察,有时还有提问);学习过程中学生2人一组进行保护与帮助学练。

案例分析:对于“水平一”的学生,采用这种形式既起不到“保护与帮助”的作用,还会阻碍同伴练习,因为帮助需要用力、帮助需要“上手”的时机、帮助需要“手法”

等;对于一年级学生,从认知及能力的角度,让学生相互帮助显然是不了解学段特点和保护与帮助的特点,建议一年级学生重点培养自我保护意识和能力。

(三)教学研究不透

案例回放:技巧“滚翻类”内容的教学中,教师比较喜欢用“斜坡——由高处向低处做后滚翻动作”帮助学生建立动作概念以及掌握动作。在教学观察中,1~2年级前滚翻动作的学习,3~4年级后滚翻动作的学习教师们都经常会运用“斜坡”。

案例分析:从学生身体素质基础及技能形成规律的角度,有时“斜坡”方法并不利于学生掌握“滚翻类”动作。运用“斜坡”反复练习,既不利于技能的形成,还容易出现一定的“危险”,尤其对身体素质和技能水平较弱的学生更要“慎用”;因为“斜坡”要求身体的控制能力以及时空概念更高;建议“滚翻类”动作教学“斜坡”教法的运

练习法的指导要把握三个方面:(1)“练什么”提前讲,让学生在练习活动中目的明确;(2)“怎么练”具体说,让学生能够把握关键,练习体现针对性和准确性;(3)“练成啥”巡回看,尤其让那些不会练习的学生明确错在哪里,如何纠正。对于不会练习的学生,教师要善于归纳总结原因,有的可能未掌握学习的方法,还有的可能是素质基础有别,如有的学生协调性差,力量不足等,也都直接影响练习的效果。因此,值得进一步说明的是:学法指导具有相对性,尤其是练习法的指导,要因人而异,不能一刀切,要找到不会练和练不会的根源。

4.评价法的指导。《课标》中明确提出,“教师应加强对评价的指导,提高学生正确评价自己和他人的能力。”通过对大量体育课上学生自评或互评的教学环节观察发现,形式化现象较为明显,即教师安排学生自评或互评,大都是采用这样的语

言,“下面大家进行自评”或“同学们下面小组内进行一下互评”,至于评什么、怎么评,尤其是评成什么样,很少有教师对学生的评价做出评判,结果,学生只是经历了自评或互评的过程,而没有在方法上尤其是在能力上得到应有的提高。主要原因在于,学生无论是进行自评还是互评,教师对学生的评价法的指导有所欠缺。

评价法指导应如何实施?这不仅是理论工作者需要深入研究的问题,而且是实践者要不断尝试和归纳总结的问题。走进课堂探讨评价法指导如何具体操作时,也可以从三个方面来把握:(1)“评什么”要明确,学生一旦知道了评什么,在观察动作的时候就会比较有侧重点;(2)“怎么评”要说清,让学生知道如何观察自己或同伴的动作,并能够找到问题所在,或结合动作要领评判动作的规范性、完整性等;(3)“评成啥”要交流,不仅要聆听学生的评

价结果,还要能够通过观察、分析、判断学生的评价是否客观、准确等,假如是评价方法不正确,可以引导学生掌握其方法,假如是评价结果不准确,可以引导学生提升评价能力等。总之,学生评价法的优劣与教师的指导是否及时、具体、有效等息息相关。因此,教师提高评价法指导能力是有效提高学生评价能力的关键。

三、结语

体育学法指导越来越受到人们的关注,不仅因为体育课堂教学中学法指导具有提高教学效果的功能,而且,对学生正确有效的学法形成起着关键性作用。因此,把握课堂实施学法指导的具体方法十分关键。

参考文献:

[1]于素梅.看课的门道[M].北京:教育科学出版社,2014,11.