

# 谈“说课能力提升策略”

文/于素梅

体育  
教学

理论与  
实践探索

EXPLORATION OF THEORY AND PRACTICE

**摘要:** 本文通过文献研究、现场观察、焦点小组访谈、逻辑分析等方法对体育教师的说课能力进行了研究,首先分析了因说课能力不足而存在的若干不良现象,重点从设计和实施两个阶段对说课能力进行分类定位,并从三个方面提出了提升说课能力的具体策略,旨为丰富说课理论并为后续研究提供重要借鉴,对一线教师提升说课能力具有一定的参考价值。

**关键词:** 说课;能力;设计;实施;表达

**中图分类号:** G633.96 **文献标识码:** A **文章编号:** 1005-2410 (2017) 01-0022-03

体育教师顺利开展教育教学工作,应具有“备、上、看、评、说”五课能力,即备课、上课、看课、评课、说课等能力。基于体育学科的特殊性,无论是备课、上课,还是看、评、说课,体育教师的这些能力大小或水平高低,都直接与教育教学效果关系密切。其中,就说课而言,说课过程的把握和结果的呈现,在一定出程度上受客观条件的制约,但更与说课者的说课能力息息相关。长期以来,在围绕说课相关问题的研究中(文献检索到3235篇相关研究),多数集中在探索说课是什么、说课在某一学科中的应用、说课设计等几类问题的研究。相比较而言,对说课能力相关问题的研究,尤其是对体育教师说课能力提升问题的研究很少被关注。仅有的几篇涉及到说课能力研究的文献,其中,“基于说课活动的师范生语言能力培养”,重点集中在师范生语言能力的培养方略;“体育教师说课能力的评估方法研究”,将关注点集中在了如何评估说课能力;“关于体育教师说课能力构成的研究”,涉及到了说课能力构成。

然而,要相对系统且从提升说课者的能力角度出发,需要厘清体育教师在说课的时候,有哪些因能力问题而导致的不良现象?说课能力究竟如何对其进行定位?体育教师的说课能力该如何提升?等一系列关键问题。

## 一、说课能力不足产生的若干现象

通常情况下,因说课能力不足在说课过程中会产生这样或那样的不良

现象。诸如因语言表达能力不足而逻辑性不清晰、连贯性不强等;因设计能力不足而课上时间分配不合理、练习手段选择不当等;因调控能力不足而突发情况措手不及等。

### 1. 教学设计能力不足产生的说课现象

说课之前的设计工作对说课效果的影响不容忽视,因事先准备不充分,设计不合理或不规范,说课的时候就会出现诸如时间把握不准、方法手段不灵、创新程度不够等若干不良现象。

就时间而言,说课有总时间的把握,也有各部分内容的分配。假如设计阶段未能对时间进行准确把握,就很有可能出现多种情况,要么提早结束,要么超时拖延。若各部分内容时间分配不合理,就会出现有的时间分配的太少表达不清楚,有的不该多说的内容会显得时间的浪费,因此,说课时间规划准确至关重要。

就方法手段而言,无论说课过程中陈述的是什么教学方法或练习手段,也都是通过设计而来,但,假如设计的时候在方法手段上考虑的不到位,说课陈述的时候,很有可能呈现的是效果不明的方法手段。如一位老师在说小学跪跳起课的时候,就设计了一项让学生在斜放的垫子上练习跪跳起,显然是缺乏可行性的。

就创新而言,有的说课呈现出了一定的创新性,也有的是创新缺乏实际意义。是否有创新,有什么样的创新都与前期的说课设计息息相关,为说课准备教学的创新与为评优课或观摩课设计创新都要充分考虑其实际价

值,不能做不切实际的为创新而创新的不当设计。

### 2. 语言表达能力不足产生的说课现象

说课最为关键的是语言表达,因为,说课不像上课那样,表达形式十分多元。上课的时候,有教师的讲解,也有教师的示范,更有学生的练习等。上课时,教师的语言表达虽然也不可忽视,但并非是最主要的表达方式。而说课就大不一样,主要是通过陈述表明课是如何设计的,以及如何上。假如说课者表达能力不足,有可能出现的情况诸如语音过低、语速过快、语义不清等。

就语音而言,说课时对音量的把握不容忽视,无论是过高还是过低都会让人听起来不舒服,过低听者吃力,过高显得震耳,直接影响说课的实际效果。语速的快慢与说课效果也关系密切,有些人因平时说话语速过快,很有可能在说课的时候也表达出同样的语速,语速过快不利于听者准确了解所说信息,即还没有听清前面说的是什么,来不及思考,就要快速听后面陈述的内容。因此,说课语速要能够适中。相反,过慢也不利于充分表达说课内容。说课者所表达的语义最为重要,因为,说课者假如语义表达不清,直接影响说课效果,而且影响最大。有的是语言模棱两可,有的是同一内容多次重复表达,有的是语义表达不完整,即说了是什么没有进一步说明为什么,如设计了某一手段,不说明设计意图。即要表明主要解决什么问题,是要强化重点、突破难点,还是为了纠正某一错误动作

等都要表达清楚。

3.调控应变能力不足产生的说课现象

在说课的时候,我们或许会遇到突发情况,之所以突发某一情况,其根源十分多元,或令人不解,或出乎意料,或意料之中,但无论是何种原因导致的突发情况,都需要老师们能够及时调控,以不变应万变。然而,及时调控指的是什么?不变的含义又在何处?很多老师为说课做准备的时候更多的都是考虑说什么、怎么说等问题,很少对有可能出现的突发情况做预测或有预案。结果调控应变能力自然也就难以有所提高,导致措手不及而中断说课,或面红耳赤尴尬遗忘,或无法处理而求助他人,或口误讲错后不知所云等等。

在某种意义上来说,要想达到成功说课的结果,说课者对突发情况的调控与应变能力起着决定性作用。那么,回过头来我们再看何为调控,评价一个老师说课水平的高低,离不开对说课现场的调控能力这一重要指标。说课调控包括突发情况出现之前的预感或预知,还包括突发情况出现之后的巧妙处理。有些说课者过于投入而把握全局的能力较弱时,可能就难以对突发情况出现之前有任何觉察。有些人由于准备阶段缺少预测和预案,突发情况一旦发生,对于他们来说就是一个不小的挑战。除此之外,说课者如何做到以不变而应万变呢?无论发生什么样的突发情况,说课者应保持冷静,不紧张,心不慌,从容应对,但这种从容与冷静不是说做就能做到的,一定是基于一种前提,即已经积累了一定的经验,这种经验或直接或间接。也就是说,当说课中出现突发情况如何解决早已胸有成竹,这样才能不慌不忙地将突发情况对说课效果的影响降到最低限度。因此,我们平日除了自己不断归纳总结自身的说课经验,还要能够多观察、多与人交流,多学习他人的说课经验,尤其是处理突发情况的经验。

## 二、说课能力的定位及其综合分类

提高说课能力,首先要对什么是

说课能力,即概念、特征、类型等相关理论进行把握。否则,不仅难以做到有效提升,而且还难以达到理想的说课效果。

### 1.说课能力概念界定

提及“能力”二字很多人并不会感到一无所知,因为,我们每个人在工作、学习、生活中都会或大或小地体现出其能力水平。但说课能力该从何谈起呢?我们还是先要回到“能力”二字上,众所周知,能力,实际上是完成一项目标或者任务所体现出来的素质,那么素质又是什么?素质有多种解释,其中,“指人与生俱来的以及通过后天培养、塑造、锻炼而获得的身体上和人格上的性质特点。”这种解释将有助于我们对说课能力的理解。说明说课能力一部分可以理解为先天具有的或父母遗传而来的,另一部分是通过后天的培养所达到的。说到底,说课能力我们可以综合概括为说课者与生俱来的或后天通过学习、锻炼而获得的顺利完成说课任务的性质特点。能力是一种本领,是一种力量,任何活动要想成功都需要参与者的能力。不同的说课者说课能力有区分,而且能力与成功率成正相关。那么,能力都表现出哪些特征呢?

### 2.说课能力基本特征

判断一个说课者是否具有一定的能力,一方面与说课所呈现的结果有关,另一方面与说课者对说课过程的把握关系密切。那么,说课能力的基本特征集中在哪些方面呢?换句话说,具有说课能力者可能有哪些具体表现呢?其中,“语言表达自如流畅”是最基本的特征之一,这也是确保成功说课的关键所在。“内容安排逻辑清晰”是不可或缺的特征,说课说的是什么,除了流畅的表达,不容忽视所说内容的逻辑结构是否清晰,易于听众理解把握。“时间分配精准到位”是有效呈现说课内容的又一能力特征,每一部分所要说的内容都需要有最合理的时间分配,能否做到是说课能力大小的体现。“事件处理灵活得当”是说课能力的又一重要体现,遇到突发情况时,假如不能及时巧妙地处理,何谈有较强的说课能

力?总之,从语言表达、内容安排、时间分配和事件处理等四个方面的能力体现,既可以判断说课能力大小之区分,也可以衡量说课成功率之高低。

### 3.说课能力综合分类

既然说课能力有大有小,说课效果有好有差,就很有必要对说课能力进行一下综合归类,便于说课者能够找准定位,更便于说课者找准努力方向,不断提升说课水平。那么,如果将说课能力进行分类,可以划分为哪些类别呢?我们可以尝试如下分类方式。比如可以用难、能、会、精四个递进的层次来区分说课者的能力之不同,即“难说型、能说型、会说型、精说型”等四种能力类型。其中,“难说型”,表明是说课能力最差的一个类型,对于那些担心完成不了、也确有若干问题未能顺利完成的说课,对应的说课能力自然是最不理想的类型。一般情况下“难说型”所占比例不会太高,因为大多数说课者都会在说课之前做好认真准备,多数已经排除了说课中的诸多困惑。“能说型”,即能够完成说课任务,也就是说,说课内容是完整的,说课时间是准确的,但缺乏技巧,说课效果仅仅定位在完成上。说课者中有一部分教师会处于这一能力阶段。“会说型”,意味着有技巧,“会”的含义集中体现在“巧”字上,不仅可以理解为说课内容各要素衔接之巧,还包含特殊情况发生时处理方法之巧,更包含说课语言中的语速、语音、语义表达之巧等等。会说型能力的说课者完成了说课以后,会有一种成功体验,同时,说课效果自然也会比较理想。“精说型”,除了巧妙之外,说课者会在说课中体验到一种享受,同时,又能给他人带来愉悦的体验,不仅说课声音悦耳动听,而且,说课中会与听众有一个眼神的交流,几乎是面带微笑或心情愉悦地在表达着说课的每一部分内容。总体的感觉会是自如、愉悦、享受、精准。表现在态度上是积极的、认真的;情感上是快乐的、享受的;程序上是流畅的、合理的;结果是理想的、成功的。能够达到这种效果的说课者,不仅经验丰

富,而且善说乐说,是说课者最高能力水平的体现,更重要的是能够给人们带来一些新的启发。

### 三、提升体育说课能力的有效策略

体育学科和其他学科相比,一个明显的区别是体育学科的说课主要“说实践”(以身体活动为主的实践),而其他学科多数是在“说理论”(以看听读写为主的理论),即体育学科主要是说实践课,其他学科多数是说理论课。那么,要提高体育学科的说课能力需要从哪些方面着手呢?

#### 1.设计能力提升策略

说课设计是准备的过程,准备越充分说课成功率就会越高,当然,说课成功与否与设计能力关联性更大。那么,该如何提升自己的说课设计能力呢?把握好以下几个关键或许能够发挥一定的作用。首先,坚信“态度决定一切”。一场说课比赛或展示,是以一种什么样的态度去面对,直接决定着说课效果。假如,每次都能以认真、积极、学习的态度在说课前做好充分准备,那么每次说课设计能力都能有一定程度的提升。其次,把握“思考的力量”。常言说,想清楚了就能写清楚,说课设计不可忽视动脑思考的过程,尤其是在规定的时间内要说什么、如何说,甚至如何成功地说,都是在设计环节需要认真思考的。第三,做到“吃透教材”。说课尽管在形式上与上课不同,但对说课所要呈现的最核心的内容即“教什么”如果把握不到位,接下来的组织教法、手段等都将出现不同程度的偏离。所谓“吃透”就是要研读或研磨而深究所要说的教材特点、作用、条件等一系列需要首先搞清楚的问题。第四,注重“查缺补漏”。当一次说课设计结束以后,不要认为已经完成,查缺补漏的过程往往能够间接提升设计能力。可以采取对照说课要求检查还缺什么,是不是完全符合要求;可以采取反复推敲说课文稿的方式看看哪里还不完整(如要素之间的连贯性,字词句表达的准确性等);还可以先说给身边的人听一听,让他提出中肯的建议,从而进一步完

善。除此之外,还可以在每场说课活动结束后,通过反思查找设计之不足,从而改进提高。

#### 2.表达能力提升策略

说课最主要的是通过各种表达方式呈现的,尤其是语言表达来呈现的过程。那么表达能力自然也就成了说课能否取得较好成绩的关键。提升表达能力就会备受关注,但如何提升说课者的表达能力呢?以下几个方面的建议或许能够有所帮助。首先,正确理解表达的含义。说课的表达方式究竟有多少?语言是必不可少的也是最重要的,同样一场说课活动,语言表达能力强弱直接决定着说课的效果优劣,所以,语言表达能力的提升往往会排在首位。肢体是辅助语言表达或配合语言表达的方式,说课过程中有无肢体语言这一特殊的表达方式,其效果也会有所不同。有时,得体的肢体表达会显得生动,相反,整个过程都没有任何肢体语言演示,可能会显得呆板。但也并非完全如此,如果是不当的或过多的肢体语言也有可能起反作用。其他表达方式如幻灯片上的图标、视频、文字等也是说课的辅助表达方式之一。用得好会提高实效性,反之也会带来一定的负面效应。其次,学练结合,演示提升。任何一种能力的提升都离不开学与练的过程,尤其是学练到了一定程度以后,反复做完整演示都至关重要。表达能力提升要学什么?学习语言表达的技巧,例如,该如何将各要素有机联系起来表达,做到融会贯通,而不是零零零地一个要素一个要素的呈现。学习幻灯片的制作技巧,并反复练习如何用精美的图片、视频巧妙地穿插于说课幻灯之中,并充分发挥其辅助作用。正式说课前的演示,既能检验说课准备的充分与否,还是提高表达能力的重要方式,尤其做相对比较正式的、完整的演示,能够增加自信,进一步熟悉说课内容,从而更好地把握说课技巧,提高说课的成功率。

#### 3.应变能力提升策略

说课的应变能力同样对说课的效果有着一定的影响,但并非所有的人都能在突发情况发生后从容应对,应变能力不同对突发情况做出的反应不同,如何提高应变能力从而提高说

课的成功率呢?以下几点建议或许能够对说课者有一定程度的帮助或启发。首先,预设与尝试。在说课准备阶段,预设突发情况,说课前都试图尝试性地去解决它,而且尽可能采取多种方式模拟解决突发情况。这种锻炼能够使真实的突发情况发生时变得更从容和自信,减少或尽可能地避免突然出现临场手忙脚乱的紧张状态。其次,查找与完善。说课之前从物资准备到心理准备,从时间分配到内容熟悉,从重温要求到关键细节,在说课前都需要认真查找一下是否有不完善的地方,或哪里与通知要求不相吻合,或说课文稿还不够熟悉,或心理上尚未消除紧张情绪等等。查清以后就要采取有针对性的措施加以弥补,力求说课时做好充分准备,减少因准备不足而增加突发情况发生的可能性。第三,反思与比对。每一次说课活动结束后都要尽可能做认真、深入地反思,尤其是对有突发情况发生的授课,更要多反思并多与他在说课中的突发情况的处理方式做对比,看差距在哪里,取长补短,有助于不断提高应变能力。

### 四、结束语

说课能力有大有小,其能力提升也可以从多个角度把握,但影响说课效果最主要的设计能力、表达能力、应变能力等是需要我们重点关注和进一步强化的。了解说课能力的内涵、特征与分类方式,有利于有针对性地提升不同方面、不同阶段的说课能力,而对有效策略的把握更是快速提升说课能力的关键。本研究希望能够给广大说课者提高说课能力以及说课能力研究者的选题与研究思路带来一定的借鉴价值。

#### 参考文献:

- [1]葛慧.基于说课活动的师范生语言能力培养[J].邵阳师范高等专科学校学报,2011(4):136-137.
- [2]李沛立.体育教师“说课”能力的评估方法研究[J].南京体育学院学报(社会科学版),2006(1):91-92;109.
- [3]徐晓华.关于体育教师“说课”能力的构成的研究[J].南京体育学院学报(社会科学版),2005(4):98-99;42.

(中国教育科学研究院 100088)