

创新教育在高校健美操教学中的实践

凌月红

(长沙理工大学 体育部,湖南 长沙 410076)

摘 要:通过对长沙理工大学 2001、2002 级二年级选项健美操提高课的学生实施创新教育,结果表明创新教育有利于教育思想的转变和教学方法、教学评定的改革,也有利于学生综合能力和创新能力的提高。

关 键 词:创新教育;健美操教学;高校

中图分类号:G831.32 文献标识码:A 文章编号:1006-7116(2004)03-0076-02

Practice research of innovation education in university teaching of fitness exercises

LING Yue-hong

(Department of Physical Education, Changsha University of Science Technology, Changsha 410076, China)

Abstract: According to the experimental results the author argued that innovation education executed in the calisthenics teaching proved to be beneficial to the shift of ideas of leaning and good for the promotion of the students' comprehensive and innovative ability for using method of experiment teaching.

Key words: innovation education; calisthenics teaching; college and university

本文结合创新教育与“健康第一”的指导思想,在高校健美操教学中做了一些尝试,现将结果介绍如下。

1 研究对象和方法

1.1 研究对象

长沙理工大学 2001 级二年级选项为健美操提高班 128 人和 2002 级二年级选项为健美操提高班学生 160 人。

1.2 研究方法

(1)实验内容与评定方法。

第 1 轮实验(2001 级):打破了以往(2000 级)健美操提高课的传统教学。即教一套动作,就学这一套动作,并就这一套动作姿态反复强调,注重动作的规范,考试只考这一套动作的规范性和力度。而 2001 级健美操教学中采取教师在注重基本动作教学的同时,着重培养学生的教学能力、指挥能力和组编动作的能力。考试改以往单个成套动作考试为以寝室或 4~6 人小组为单位,每人选编一套不少于 8 个动作的组合,以领操的形式进行。看学生的示范能力,口令的指挥和动作连接是否流畅。

第 2 轮实验(2002 级):在第 1 轮培养学生锻炼能力和领操、指挥能力的基础上,进一步引导学生去改变动作、发展动作和创新动作,使每一个学生主动参与学习,形成多维互动的教学形式。

教学评定从单一评定到多元评定,变考试为教学比赛,

创编一套健美操时间不少于 1 min 50 s,队形变化不少于 3 次,组合动作不少于 8 个要求。在以寝室或 4~6 人小组为单位比赛的基础上,并以个人表现评出名次和得分。同时对动作的创新、编排的流畅新颖、音乐的选编进行特长加分,大胆地鼓励学生去创新和发挥自己的特长。

(2)教学手段和方法的实施。

1)第 1 轮实验(2001 级)教学手段和方法的实施:

讲解:健美操的特点、作用,音乐节奏的识别与欣赏。

教师教:示范讲解,领做并口令提示。

学生练:统一练习后分组练习,轮流领操。

音乐练习:听音乐数节拍。

反馈与纠正:强调基本动作的正确性及动作节奏,统一练习与个别辅导相结合。

能力培养:在强调基础动作的基础上,教学生怎样去改变动作结构,变化动作形式,鼓励大家发挥想象去创新动作,并把新动作教给大家。

2)第 2 轮实验(2002 级)教学手段和方法的实施:

感受练习:在教师的带领下欣赏和感受动作与音乐。

讲解:健美操的特点、作用,音乐节奏的识别与欣赏。

教师教:示范讲解,领做并口令提示。

学生练:统一练习、分组练习,并随机抽选学生轮流领操练习,自选音乐和创编动作练习。

音乐:数节拍,并进行同一音乐不同动作节奏变化练习,

与同一动作不同音乐节奏练习。

反馈与纠正:强调基本动作的准确性与动作姿态,统一练习与分组练习、统一纠正与个别辅导相结合,实现“一帮一”(即一个好生帮一个差生)练习。

能力培养:在基础动作的基础上,引导学生怎样去改变动作结构,变化动作形式,怎样去创新一个动作,怎样流畅地连接一串动作,动作怎样与音乐相配合,并以寝室或4~6人小组为单位,以成套的形式展现出来。

2 结果与分析

通过对2001级和2002级二年级选项为健美操提高班的学生教学进行实验,结果见表1、表2、表3。

表1 2001级的技术技能评定 %

内容	好	良	差
动作创新	38.6	26.5	34.9
准确性	32.8	56.2	11.0
节奏感	38.4	45.7	15.9
力度	28.3	45.9	25.8
口令	44.6	36.8	18.6

表2 2002级的创新技能和动作质量评定 %

内容	好	良	差
动作创新	52.4	38.9	8.7
编排新意	38.7	47.5	13.8
音乐选编	46.8	43.6	9.6
完成质量	52.6	47.4	0.0

表3 3个年级(2轮试验)成绩分布

年级	组别	n/人	90~100分		80~89分		70~79分		60~69分		60分以下		$\bar{x}^{(1)}$
			n/人	%	n/人	%	n/人	%	n/人	%	n/人	%	
2000级	对照组	96	8	8.3	27	28.1	24	25.0	33	34.3	4	4.2	74.5
2001级	实验组	128	19	14.8	45	35.2	37	28.9	24	18.8	3	2.3	81.4
2002级	实验组	160	29	18.1	61	38.1	50	31.3	18	11.3	2	1.25	84.5

1) \bar{x} 为平均分

从实验结果可以看出:改进教学方法后,学生的总成绩和组织编排能力、动作的创新力、音乐的选编能力、组织协调能力等方面均有明显的提高,且在教学过程中,学生编创积极性高,乐于展示自己的个性,在动作创新、编排新意等方面有了大幅度提高,学生的组织及实际操作潜能有了明显提高。

(1) 教育思想的转变,教学方法的改革

第1轮教学实验在改变以教师为主体的传统教学模式上,采用了启发式教学。在注重基本动作、基本技术、基本姿态教学的基础上,启发学生学习自觉性和主动学习的热情,采取了统一练习与分组练习相结合,个人领操与集体领操相结合的多样化教学形式,激发了学生的学习热情,增强了学生学习的自信心,培养了学生示范、领操、实际操作等综合能力。第2轮教学实验在强化基本动作、基本技术、基本姿态教学的基础上,教师不断优选教学手段与方法,总结教学经验,注重教学方法的传授与能力的培养,有针对性地布置课外作业,实施让学生自编、自导、自演的拓展式教学,充分调动了学生主观能动性,发展了学生的个性特点,培养了学生创新思想,提高了学生创造能力。

(2) 考试形式的改革,考试方法的更新

第1轮实验采用统一音乐,专家评定,考教分离,学生任意选择所学动作自编成套,这在一定程度上给了学生的自由空间;第2轮实验采用以寝室或小组为单位,自选音乐,自编一套不少于1 min 50 s,队形变化不少于3次,组合动作不少于8个的健美操成套动作。采取教学比赛、裁判评定的方式,这样打破了个人考试的形式,促使每个人去主动学习,使学生初步具备了如何剪辑音乐及自编一套健美操动作所必需的能力。

3 结论

(1)健美操教学中实施创新教育,能激发学生的创新精神,培养创新意识。培养学生的创新能力可促进学生综合能力的提高,并有助于学生专项技术能力的掌握。

(2)转变教育思想,改变教学方法,鼓励学生创造性地学习是实施创新教育的前提。

(3)适时更新教学内容和建立多维互动的教学形式是实施创新教育的手段。

(4)多元评定模式,考试形式的改革是实施创新教育的保证。

参考文献:

- [1] 郝玉业.试论大学生创新能力的培养[J].中国高教研究,2000(1):46-48.
- [2] 凌月红.高校体育教学应重视与加强学生创新能力的培养[J].新世纪大学体育论坛,2003(10):207-209.
- [3] 谢静月,颜军.高校体育教学中创新教育[J].体育学刊,2001,8(3):84-85.
- [4] 许少峰.论普通高校体育舞蹈课的创新教育[J].武汉体育学院学报,2003,29(5):110-112.
- [5] 刘青.高校体育课堂教学中学生创新能力的培养[J].体育学刊,2003,10(1):93-94.
- [6] 俞爱玲.高校健美操教学模式的创新[J].体育学刊,2002,9(2):77-78.
- [7] 王胜利,陈玉茜.论体育教育专业大学生创新能力的构成及培养[J].成都体育学院学报,2002,28(3):48-50.

[编辑:周威]