

运用录像教学提高武术教学质量

程绍芳

(长春税务学院 体育部, 吉林 长春 130021)

摘 要: 武术动作大部分以套路出现, 动作的变换和路线方位的变换较多, 初学时难度较大, 因而对教法的运用便提出更高的要求。实践证明录像教学效果明显好于传统教学方法。就武术教学中摄制录像教学的内容选择、稿本编写及教学过程中的运用问题进行阐述。

关键词: 武术; 体育教学; 录像教学

中图分类号: G852.02 文献标识码: A 文章编号: 1006-7116(2004)03-0078-02

The application of video to improve teaching quality of Wushu

CHENG Shao-fang

(Department of Physical Education, Changchun Taxation College, Changchun 130021, China)

Abstract: To master a series of actions rapidly is an important factor of stimulating students' learning. There are a series of skills and tricks in Wushu and great changes in actions and route. It's difficult for beginners, so it requires higher demand in teaching method. Video teaching plays the most important role in Wushu teaching.

Key words: Wushu; physical education teaching; video teaching

在武术教学过程中, 教师要想在讲授的每一项技术动作中都达到完整、准确的示范存在着一定的困难, 尤其是随着教师年龄的增长, 难于向学生展示动作的细微过程及全部环节, 特别是对一些整体动作的分解教学。通过摄制录像片, 将专业运动员优美准确的技术动作加上精练的讲解, 在课堂教学的适当时机播放, 不仅形象生动、直观、印象深刻, 而且还可以突出重点, 抓住关键环节, 采取重播、快放、停格等表现方法, 有利于学生建立正确的概念, 掌握好技术关键。

1 录像教学的运用

1.1 与分解教学时的结合

第一次示范的重点是让学生看到所要学习的动作, 通过简单的讲解, 知道动作名称, 然后教师领学生一起模仿性做几次, 使学生对动作及名称有一个初步的概念。对某些复杂的动作, 可分解示范, 在动作方向、路线、身体部位变换多时, 单凭讲解, 学生较难理会, 因而在示范前要提示一下重点, 便于在练习中上、下动作的衔接。

第一次示范讲解和学生模仿练习后, 学生经过看、听和模仿练习, 对动作有了初步的概念, 单个动作基本掌握, 这时就应按摄制顺序观看录像中的重点、难点, 突出重点, 语言精练、准确、形象。如冲拳动作, 应突出拧腰、顺肩、旋臂的要领, 使学生理解到顺肩就必须拧腰, 要想力量贯于拳面, 必须

在肘关节过腰后急旋臂, 使全身力量贯于拳面, 体现出由柔到刚的“寸劲”。

1.2 与完整教学时的结合

武术教学中既有各段落的完整教学, 也有成套动作的完整教学, 教学中可根据授课进度在不同阶段观看不同顺序的录像片。通过一段时间的教学, 学生掌握了一定的套路动作或整套动作, 这时再观看录像片, 片中演练的套路动作准确、舒展大方, 动作的起止点、路线方位清楚, 攻防要领和“动迅静定”的特点突出, 从而提高了学生中神经系统的兴奋性, 产生一种跃跃欲试的心理。

2 录像教学的优点

2.1 生动、直观、形象

录像教学图文、音形并茂, 色彩变幻、图片和动画新颖有趣, 插入的音像材料能够直奔主题, 这对于喜欢追赶新潮、讨厌单调的青年学生来说无疑具有极大的吸引力。传统的武术课堂教学就显得枯燥、单调得多。

通过录像教学的手段将优秀的技术动作、套路在课堂上展示给学生, 不仅形象生动、直观, 印象清晰, 而且还可以突出重点, 抓住关键环节。采取重播、快放、慢放、定格等表现手法, 有利于学生掌握好关键的技术环节, 促进运动技能的形成, 同时有利于技术分析及错误动作的纠正, 使学生视觉、

收稿日期: 2003-12-11

作者简介: 程绍芳(1957-), 女, 副教授, 研究方向: 体育教学与训练。

动作、听觉、思维相结合,建立正确技术动作定型。

2.2 逻辑性强、信息量大

录像教学形、声、图紧密结合,感染力强,使学生的大脑处于积极的工作状态,能加速和加强大脑对动作的逻辑化处理,使其在大脑储存区留下深刻的动作影像,使教学起到事半功倍的效果。录像教学还可以通过一些合适的音像材料了解到武术学科的历史沿革、现状和发展趋势、健身价值,这样向学生传输的信息量就更大,对于学生加强对课堂内容的理解是有好处的。

传统武术教学受课堂时间和教师自身武术功底的限制,往往是很多难度动作想在示范中正确展示而最终未能展示出来但结果使得在整套动作中虽能看出讲课的层次性,在难度大的动作和不便于衔接的动作中则很难看出前后内容之间的逻辑顺序。而采用录像教学后,授课教师可以在课下事先做好所授课程内容逻辑结构图。这样做的优点是,讲课层次可以更加清晰,难度动作示范可以更加准确,不便于衔接的动作区分也就更加详细了。

2.3 录像教学可最大限度地提高授课效率

同样的内容,同样的教师,同样的讲解、示范,采取不同的教学手段效果就会大相径庭。笔者在武术课教学中曾在两个班各采用录像教学和传统方式教学,这两个班年级相同,都是文科学生,然而上课积极性却大不相同。采用录像教学的班级学生学习积极性比较高,课堂气氛轻松、活跃,善于发现问题,勇于向教师提出问题,乐于请教,对课堂内容的理解和难度大的动作以及整套动作的掌握明显好于传统方式教学班的学生。

3 摄制录像教学片的重点与步骤

3.1 内容的选择

摄制武术教学录像片在选择内容时,应从教学实际出发,选择技术性强,重点、难点突出及用途较多、较广的动作。而对那些通过讲解、示范等能使学生易学易懂的动作或小组台则不需录制。如“弓步冲拳”这个拳术套路中经常出现的动作,我们可以在片中从拳的握法到出拳的方法及弓步中的“前弓后蹬”,从不同的示范面进行拍摄(正面、侧面),与之相近的“弓步击掌”就不必拍摄了,只在教学中加以提示即可。再如长拳中“腾空飞脚”,动作在空中的停留时间只是瞬间,学生很难看清腾空动作,这就需要拍摄“定格”动作。

整套动作的摄制可与铿锵有力的音乐合成,以烘托气氛和加强节奏,还可与相关的武术比赛场面结合,使学生的注意力有张有弛,避免枯燥、简单的说教场面。

3.2 写稿本

写好稿本是拍好录像片的基础。

编写稿本同编教材一样,要有系统性、完整性和科学性。要依据教材内容、时数、授课的目的和任务等特点进行编写,把教学过程中的动作规格、重点、难点集中阐述和反映出来,

帮助教师解释和显示动作的每一个细节、每一个关键部位,使学生通过直观印象,系统、连贯、部分地了解和体会这些规格和要求。如拍摄“仆步亮掌”动作时,仅做正面示范,学生看不清全蹲腿“全脚”着地的要领,易出现“前脚掌”着地(抬脚跟)的错误动作,因此,还需要拍摄一次背面示范动作。拍摄的教材内容要注意理论知识和运动规律,通过生动、活泼的语言,内容丰富、形式多样的教法,使学生在短时间内对所学技术在动作上有一个清晰的印象,在理论上有一个感性认识,再通过实地练习,使之掌握更快、记忆更深。

将稿本内容编写成分镜头稿本时,由于摄像的时间概念性强,因此解说词要简练,镜头不能繁杂,不仅要把音、形、像融为一体,还要注意镜头的连接。写好镜头稿本是一个创作过程,可与专业电教人员一起讨论教材,摄制角度、技巧等。

3.3 制作录像片时应预留出教师参与授课的时间和空间

武术课教学的过程实质上是一个信息传导和沟通的实践过程。录像教学在沟通方面则表现较为单向性,一切都是依据设计好的内容和程序而进行。虽然在讲授过程中可能考虑了有关与学生交互的问题,但也是很片面,并且学生在接受信息的过程中可能反映出的问题具有很大的随机性,所以很难判断讲授每一步的效果。这就要求录像片在制作时除了要对所要讲授的内容进行清晰、生动、形象的反映外,还要考虑学生在接受这一信息的过程中所具有的一些特点,预留出适当的时间和空间让教师能够参与其间的讲授与示范过程,使教师的能动性录像片的表现力很好地结合起来。通过教师与学生的多方面交流、沟通,了解学生对信息的接受程度以及学生在接受信息的过程中所表现出的问题,帮助学生理解对讲授内容的理解以及视野的开阔和创造性、逻辑性思维的发展,以弥补录像片本身所固有的不足,以此达到良好的讲授效果。

另外,录像教学还应该提供一些方便的控制手段,如重点、难点技术的慢动作播放、重放或定格分解、分析,不同衔接点的跳转、快进、快倒、暂停等功能,方便教师根据具体情况进行实时、有效地控制授课节奏。所有这些都只有教师参与录像教学讲授的过程中才能很好地实现。

录像教学在武术课教学运用中,教师可根据教学进度在时间、内容上做统一安排,一般放映时间为15 min左右。

参考文献:

- [1] 吴志超. 现代教学论与体育教学[M]. 北京:人民体育出版社,1995.
- [2] 曾永忠. 运动归因与学生积极活动态度的关系[J]. 体育学刊,2002,9(2):44-46.
- [3] 蔡新丰,林文强,吴河海,等. 体育院系技术课多媒体教学的手段与方法[J]. 体育学刊,2001,8(4):125-126.

[编辑:李寿荣]