

# 数码影像多媒体在体操课保护与帮助教学中的作用

董业平

(华南师范大学 体育科学学院, 广东 广州 510631)

**摘 要:**为了解决体操课保护与帮助教学中,没有会做动作的学生协助,教师难以独自进行示范教学的问题,借助数码影像技术,有针对性地整合教学材料,对体操保护与帮助教学过程进行改革。与以往的教学相比较发现,新方法不但解决了没有学生会做动作时教师难以示范教学的困难,而且,还能促进学生掌握保护与帮助的技能和方法。

**关 键 词:**数码影像技术;竞技体操;保护与帮助;教改实验

中图分类号:G80 文献标识码:A 文章编号:1006-7116(2006)04-0102-02

## The way of improving the teaching effects of gymnastics ' protect and help

DONG Ye-ping

(College of Physical Education, South China Normal University, Guangzhou 510631, China)

**Abstract:** The experimental collate of twain teaching methods indicates that the digital video technology assistant teaching being used to the course of teaching gymnastics ' protect and help, not only solve the problem which happen when the student can not do the movement, but also carry through the course of teaching more agility and pertinence and obtain better effect.

**Key words:** digital video technology; gymnastics; protect and help; teaching reformation

长期以来,在高师体育系的竞技体操课教学中,强调以传授体育知识、技能的课堂教学为中心,以掌握动作技术为主要任务。这些思想观念,适应了当时形势发展的需要。但是,以往的竞技体操课,对学生的保护与帮助技能的实际操作不够重视,学生毕业后在体操的教学中,不知如何对学生进行有效的保护与帮助,或者保护帮助手法错误,造成严重的伤害事故,不少学校因此惹上了官司。为了减少这类事件的发生,不少中小学校干脆不开设竞技体操课,用健美操或韵律操,甚至广播体操取而代之。其实,这样的做法对人的身心训练,是不够全面的。竞技体操课,虽然有一定的危险性,但它对人的身心协调发展和灵活性及刻苦耐劳精神的培养,是其他项目不可比拟的。而且,人的身心素质必须通过专门的训练才能得到发展和提高。同时,面对21世纪愈演愈烈的人才竞争,社会更需要身心都得到全面发展的复合型人才。因此,为了减少所谓的危险性,取消中小学的竞技体操课,使学生的身心缺少相应的训练而造成身心全面发展的缺失是不明智的。

造成体育教师体操保护与帮助的手法不当,不能进行有效的保护与帮助的原因有多方面。如近年来由于中小学,甚至大学的体育课已基本取消竞技体操的内容。因此,在高师体育系的不少教师和学生认为,以后当体育老师不用上竞技

体操课了,体操的保护与帮助可有可无,在思想和行动上都不重视体操的保护与帮助。另外,在教学实践中,面对不会做体操动作的学生,教师难以进行完整的保护与帮助示范。因此,只有等教会学生体操动作以后才能进行保护与帮助的教学。可是,近年来由于高师体育系学生的竞技体操基础较差,加上竞技体操的教学课时被一减再减,学生学习时间不够,为了应付技术考试拿到毕业证书,更没有时间和精力去学习保护与帮助的内容。显然一些学校取消体操课的原因,不是体操课的危险性,而是忽视了保护与帮助环节,因此,应该重视体操保护与帮助的教学改革,使学生真正掌握保护与帮助的知识 and 技能。为此,我们利用数码影像技术,改革教学的内容、方法和手段,力图让学生在未掌握动作之前,尽快学会相应动作的保护与帮助方法,使他们在 校学习期间,运用和实践这些保护与帮助方法。

## 1 对象与方法

以华南师范大学体育科学学院体育学系2004级新入学竞技体操普修班的41名学生为研究对象,随机将他们分成A、B两组。两组学生体操运动技术和经验上的水平相似,两组的各项相关指标差异均没有显著性(见表1)。

表1 两组学生各项相关指标成绩( $\bar{x} \pm s$ )比较

组别	人数	协调能力	综合力量	模仿练习
A组	21	77.95 ± 3.91	78.10 ± 6.02	78.10 ± 5.66
B组	20	78.80 ± 5.98	77.25 ± 4.69	79.60 ± 5.12
T值		0.548	0.542	0.891
P值		> 0.05	> 0.05	> 0.05

针对以往的体操保护与帮助教学,面对不会做体操动作的学生,教师难以独立进行完整的动作示范的问题,先拍摄制作体操保护与帮助动作的音像教材,并按照体操动作保护帮助教学的要求进行整合,形成有针对性的多媒体课件。A组在教学一开始,用多媒体设备,呈现体操保护与帮助动作

的音像教材,解决了教师难以独立示范的问题。同时,借助多媒体的平台,可以就教学的需要,反复呈现相应的内容,甚至还可以用不同的播放速度播放,以满足教学的需要。B组采用以往的教学方法。对两组教学效果呈现的差异,采用百分率的差异性t检验。

## 2 结果与分析

经过18周,每周3学时接受不同的教学方法的学习和训练后,学会保护与帮助手法的人数比例比较(见表2)发现,学会保护帮助手法的人数比例,接受数码影像多媒体辅助教学的A组,明显高于B组。

表2 两组学生掌握保护与帮助技能的比较

组别	人数	双杠滚杠	肩倒立前滚翻成分腿坐	杠中转体180成分腿坐	单杠翻身上	支撑后回环	后滚翻	侧手翻	倒立	%
A组	21	90.4	85.7	85.7	100.0	76.1	95.2	100.0	100.0	
B组	20	23.8	38.0	45.0	50.0	23.8	38.0	38.0	45.0	
P值		< 0.01	< 0.01	< 0.01	< 0.01	< 0.01	< 0.01	< 0.01	< 0.01	< 0.01

在传统的教学中,对于体操动作的保护与帮助的教学,教师一般要请一位会做动作的学生协助进行示范,教师在保护与帮助的过程中讲解所要教的内容。如果面对不会做动作的学生,教师只能通过分解示范,或者只进行讲解,不做示范。这样的讲解和示范存在着很大的局限性,如示范不完整、讲解不到位等等。学生练习前对保护与帮助动作缺乏完整性的认识。另外,在整个教学过程中,学生无法看到自己保护与帮助练习的结果,只能靠教师讲评来了解自身练习的结果。这种缺乏形象反馈的教学,学生很难取得完整的练习信息,这对个别差异比较突出的保护与帮助技能的学习,会产生重要的影响。因为在保护与帮助的学习过程中,每一个学生的保护与帮助手法和技能模仿都会有自身的特点,产生错误也有很大差别。教师在讲评和纠正错误动作时,学生得不到自身练习过程的形象反馈,这样做的结果只能是隔靴抓痒,无法取得应有的效果。因此,在传统的教学条件下,学生进行保护与帮助练习时,发生手法错误和多余动作的机率会多些。

借助数码影像多媒体辅助教学,学生在练习之前,对所学的动作有完整连贯的感性认识,大脑获得完成动作的完整信息,为动作的练习打下了良好的基础。另外,由于有完整的保护帮助动作的示范和分析,教师可以针对动作的学习有重点地精讲,学生容易接受。更重要的是教师可以要求学生,直接对教师所做的动作进行保护与帮助,其他学生可以就该学生的保护与帮助手法,与在多媒体课件中看到的动作进行对照分析。这样不管学生会不会做动作,都能尽早地学会相应动作的保护与帮助手法,便于他们在技术训练的相互保护与帮助过程中,加以实践应用和提高。同时,借助数码影像技术拍摄和回放学生的练习过程,反馈学生自己保护与帮助的手法 and 技能的掌握情况,为及时巩固和纠正动作的错误提供了传统教学无法提供的信息。因此,接受数码影像多

媒体辅助教学的A组学生,在整个动作学习过程中错误和多余的动作相对少见。因为在有多媒体的辅助条件下,教师完全可以在亲身的示范中解放出来,与学生们站在同一个视角,面对所要学习的动作,详尽完整、又有重点地引导学生观看动作示范,学生形象思维的材料相对就全面些,思维结果的相对全面性有了更好的基础,模仿练习发生错误和多余动作的比率就相对少些,学习的自然就好些。

以上分析可见,利用数码影像多媒体辅助教学与以往的教学相比,前者由于有多媒体设备和素材的支撑,无论在教学的便利性、可操作性和减少教师的体力负担等方面,都比后者优越,加上练习者可以得到自身练习的形象反馈和可以无限制地多次反复呈现动作录像,学生可以有针对性地观看和分析动作的不同阶段和不同部位,加深对所学动作的认识和理解,为建立正确完整的动作概念打下了良好的基础等等,都是以往的教学方式无法比拟的。

两种教学方法的实验对照分析表明:有针对性地利用数码影像技术整合教学材料,借助多媒体设备和素材辅助教学,不但很好地解决体操保护与帮助教学过程中,没有学生会做动作时给教师教学示范带来的困难,同时,还有助于学生更好地掌握保护与帮助技能和方法。

## 参考文献:

- [1] 黄 燊. 体操[M]. 北京: 高等教育出版社, 2000.
  - [2] 施丽影. 体育统计[M]. 武汉: 湖北教育出版社, 1986: 117-118.
  - [3] 董业平. 竞技体操课内教学实习改革[J]. 体育学刊, 2003, 5(3): 88-89.
  - [4] 毛振明. 体育教学科学化探索[M]. 北京: 高等教育出版社, 1999.
- [编辑: 李寿荣]