

探究式教学法在健美操教学中的应用效果分析

陶丽华,潘宁敏,莫冬丽,张锦,吴鹏,韦巍

(右江民族医学院体育部,广西 百色 533000 E-mail:493636528@qq.com)

摘要:目的 总结探究式教学法在健美操教学中的应用效果。方法 从我校 2014 级各专科专业选修健美操课的 12 个班级中随机抽取 2 个班级 60 名学生,随机分为探究式教学组 and 传统教学组,每组各 1 个班 30 名学生。探究式教学组采用探究式教学法进行教学,传统教学组采用传统授课法进行教学。比较两组学生实际考核得分情况及调查问卷情况。结果 探究式教学组的规定套路得分、创编套路得分、总分均明显高于传统教学组,两组在创编套路得分及总分方面比较,差异均具有统计学意义($P < 0.001$);认为探究式教学法能够激发学习健美操的激情、容易理解动作、培养创新意识,以及提高自学能力的学生人数探究式教学组明显多于传统教学组,两组比较差异具有统计学意义($P < 0.05$)。结论 采用探究式教学法可明显提高健美操选修课的教学质量,值得在健美操教学中借鉴与应用。

关键词: 探究式教学法;传统教学法;健美操教学;应用效果

中图分类号: G642 **文献标识码:** A **文章编号:** 1001-5817(2015)02-0317-02
doi:10.3969/j.issn.1001-5817.2015.02.063

健美操是一种将音乐、舞蹈、体操以及美学融合为一体的新型体育项目^[1]。健美操具有灵活性、协调性、柔韧性以及节奏性的特点,可以矫正人体不协调的姿势,改善人体心血管系统功能,促进身体的有氧代谢运动,培养学生音乐的节奏感和现代美的气质。学习健美操的人群主要集中于青年中期(18~24岁),由于这时期的青年已经发育为成年人,身体各个器官已经成熟,通过健美操可以培养年轻人的现代型气质美,故高校健美操选修课深受广大师生的喜爱。由于健美操刚刚纳入各个高等院校的课程不久,其教学法仍处于摸索的阶段,目前健美操教学主要采用的是传统教学法,但现已发现传统教学法不再适应新时代发展的潮流,甚至束缚了学生学习健美操的积极性^[2],因此本文探讨探究式教学法在健美操教学中的应用效果。现将结果报告如下。

1 对象与方法

1.1 研究对象 采用随机整群抽样从我校 2014 级各专科专业选修健美操课的 12 个班级中随机抽取 2 个班级,随机分为探究式教学组和传统教学组,每组各 1 个班。探究式教学组共有 30 人,全部为女生,年龄为 18~20 岁,平均年龄为(19.42±0.51)岁;传统教学组共有 30 人,全部为女生,年龄为 19~21 岁,平均年龄为(20.11±0.67)岁。两组基线资料比较差异无统计学意义。

1.2 研究方法 探究式教学组与传统教学组均采用同一名授课老师,授课内容一致,授课学时一致。授课的内容均为基本动作(包括踏步走步、一字步、V 字步、曼步、迈步移重心、后驱腿、点地、并步、交叉步等)、常用的上肢动作、健美操音乐等内容。探究式教学组采用探究式教学法进行教学,传统教学组采用传统授课法进行教学。

1.3 教学方法

1.3.1 探究式教学组教学方法 探究式教学组采用探究式教学法传授健美操知识:①分小组:课前将探究式教学组 30 名学生随机分为 5 个组;②提问题:老师给每组学生提出相同的问题,即健美操动作中基本步伐以及手型有何特征及如何进行创编;③实践:a. 提供

规定套路连接,学生自己利用课余时间以小组为单位自学;b. 提供几个基本步伐,手型不限。以小组为单位进行创编,要求学生自己或/和同组队员利用课余时间共同查阅相关资料并一起进行创编;④讨论:每组学生就本组的规定动作以及创编动作进行讨论,在这个过程中,要求学生处于主导地位,教师充当指导者;⑤动作展示:每位同学都必须单独或以小组为单位展示规定以及创编动作;⑥交流:利用 1~2 课时每组推选代表进行学习心得交流,同学们自由讨论;⑦总结:老师对每组学生最终的规定以及自编动作进行点评,并对现有健美操成套创编原理以及注意事项等问题进行深入的讲解,对本学期的教学实践进行总结^[3]。

1.3.2 传统教学组教学方法 传统教学组采用传统教学法传授健美操知识,即教师讲解、示范、教师领教一次、学生练习、教师集体并个别纠正易犯错误动作、学生继续练习。

1.4 教学效果评价 2 个月后通过实际考核和问卷调查两种模式对教学效果进行评价。由授课教师负责考评,在练习场地、测试条件均等的条件下,对探究式教学组和传统教学组进行统一考试,进行现场评分。考试的内容为授课的内容。教师根据准确性、熟练性、协调性、动作和音乐的合拍度以及表现力进行打分,考试中规定套路占 40%,创编套路占 60%,总成绩为 2 个成绩的总和。问卷调查共设有 6 个问题,每个问题包括“是”、“否”2 个答案,让学生通过无记名方式回答,现场填写现场收回,发放调查问卷 60 份,回收 60 份,有效问卷 60 份。

1.5 统计学方法 数据的分析采用 SPSS 18.0 统计软件,计量资料用($\bar{x} \pm s$)表示,计量资料的组间比较采用 t 检验,计数资料的组间比较采用 χ^2 检验,以 $P < 0.05$ 为差异有统计学意义。

2 结果

2.1 两组学生实际考核得分情况比较 研究结果表明,探究式教学组的规定套路得分、创编套路得分、总分均明显高于传统教学组,两组在创编套路得分及总分方面比较,差异均具有统计学意义($P < 0.001$),见表 1。

表1 两组学生实际考核得分情况比较 ($\bar{x} \pm s$, 分)

组别	规定套路得分	创编套路得分	总分
探究式教学组	33.43±1.32	51.56±2.16	86.31±1.86
传统教学组	33.21±2.14	46.54±1.10	80.36±1.77
t	0.678	16.042	17.950
P	0.499	<0.001	<0.001

2.2 两组学生教学效果问卷调查情况比较 研究表明,探究式教学组认为探究式教学法能够激发学习健美操的激情、容易理解动作、培养创新意识,以及提高自学能力的学生人数明显多于传统教学组,两组比较差异具有统计学意义($P < 0.05$),见表2。

表2 两组学生教学效果问卷调查情况比较

组别	n	激发学习健美操的激情		容易理解动作		培养创新意识		提高自学能力	
		是	否	是	否	是	否	是	否
探究式教学组	30	26	4	25	5	28	2	29	1
传统教学组	30	19	11	17	13	20	10	21	9
χ^2		4.356		5.079		6.667		7.680	
P		0.037		0.024		0.010		0.006	

3 讨论

随着我国经济的发展和大学生全面发展的需要,体育已经成为各个高等院校不可或缺的课程。健美操作为体育类的一种项目,是一门娱乐性很强、融合舞蹈艺术与音乐的学科^[4]。目前,教师所采用的健美操教学方法有传统法、探究式教学法、线性渐进法、连接法、过渡动作法、分解变化法等。探究式教学法指教学过程是在教师的启发诱导下,以学生自主学习和合作讨论为前提,以现行授课内容为基本探究内容,以学生周围世界和生活实际为参照对象,为学生提供充分自由表达、质疑、探究、讨论问题的机会,让学生通过个人、小组、集体等多种解难释疑尝试活动,将自己所学知识应用于解决实际问题的一种教学方法^[5]。传统教学法是一种学生处于被动状态的灌输式教学。采用传统教学法教授健美操,教师示范,学生被动学习,学生无法领会健美操的内涵,无法把健美操的健、力、美三者完美结合起来,无法让音乐与动作协调,健美操教学显得枯燥无味,降低学生学习的主动性。为了激发学生学习健美操的兴趣,拓展思维,培养学生的创新能力,增强学生学习的主动性,提高健美操教学的质量^[6],本文针对探究式教学法在健美操教学中的应用效果做了相关研究。

研究表明,探究式教学组的创编套路得分、总分均明显高于传统教学组,差异均具有统计学意义。说明探究式教学法比传统教学法在健美操教学中应用效果更佳,原因在于探究式教学法可以充分发挥学生的主体作用,学生通过动脑筋,对难题进行探究,使健

美操的动作在头脑中不断强化,使学生完成健美操动作的准确性和熟练性越来越好,此外,探究式教学法运用于健美操有利于培养学生身体的协调性和较强的乐感,学生动作的准确性、熟练性、协调性、动作和音乐的合拍度以及表现力均得到有效提高。故探究式教学组的创编套路得分、健美操理论得分及总分得分明显高于传统教学组。

研究表明,探究式教学组认为探究式教学法能够激发学习健美操的激情、容易理解动作、培养创新意识,以及提高自学能力的学生人数明显多于传统教学组,两组比较差异具有统计学意义($P < 0.05$)。创编能力是学生学习和运用健美操技术动作和审美能力的综合体现,也是健美操教学的一项重要任务^[7]。在创编健美操过程中,教师提出问题,学生通过思考寻找答案达到目标,培养了学生学习的目标。在寻找答案的过程中学生开动脑筋,查阅资料,提高了学生自学的能力,学生创编出来的健美操动作得到了教师的认可,这就激发学生在学习健美操的激情和培养学习健美操的兴趣。在小组讨论中,每个人的思维不一样,创编出来的动作也不一样,在这种激烈讨论、互相鼓励、互相刺激的氛围下,学生的创编出来的动作丰富多彩,这培养了学生创新意识^[8]。

综上所述,探究式教学法比传统教学法在健美操教学中的应用效果好,探究式教学法提高了健美操教学的质量,是教师和学生建立一种互助合作的新型关系的桥梁,体现了以学生为主,教师引导的现代教学思想,值得借鉴与推广。

参考文献:

- [1] 王海英. 关于普通高校健美操教学改革的若干思考[J]. 价值工程, 2011, 30(20): 174-175.
- [2] 吴亚娟, 林春源, 贺睿, 等. 反馈教学法在大众健美操教学中的应用研究[J]. 体育文化导刊, 2012(8): 113-116.
- [3] 李立平, 曾石山. 探究式教学法在健美操教学中应用研究[J]. 当代体育科技, 2012, 2(20): 50, 52.
- [4] 张颖. 健美操教学与美育[J]. 武汉体育学院学报, 2010, 44(8): 97-100.
- [5] 崔晓阳, 李益, 廖虎, 等. 探究式教学法在我国医学教育中的应用及存在问题[J]. 医学教育探索, 2010, 9(4): 439-442.
- [6] 马国锋, 梁小军. 信息交互反馈教学模式在体育教学中的构建及实证——以普通高校健美操教学为例[J]. 武汉体育学院学报, 2013, 47(7): 89-92.
- [7] 董新军, 张玉秀. 探究式教学在高校健美操教学中的实验研究[J]. 南京体育学院学报: 社会科学版, 2012, 26(1): 104-108.
- [8] 张国浩. 健美操教学培养高职学生自主学习能力的策略探析[J]. 教育与职业, 2011(21): 165-166.

收稿日期: 2014-12-30; 修回日期: 2015-01-04