

# 体育教法的相对性及选用策略

姚伟华

(洛阳师范大学 体育学院, 河南 洛阳 471000)

**摘 要:** 体育教法主要有以语言传递为主的讲解法、以肢体动作为主的示范法和用多媒体图版辅助的物体演示法等。体育教法在体育教学中, 基于不同的条件发挥的作用有所不同, 呈现出一定的相对性, 具体表现为教法、内容相同但学生不同效果各异, 教法、学生相同但内容不同效果各异, 教法相同但学生、内容不同效果各异等。提出应从学生、内容和教师的角度正确选择和有效运用教法。

**关 键 词:** 学校体育; 体育教法; 课堂教学; 体育新课标

**中图分类号:** G807 **文献标志码:** A **文章编号:** 1006-7116(2014)01-0091-03

## Relativity of physical education teaching methods and strategies for their selection and application

YAO Wei-hua

(School of Physical Education, Luoyang Normal University, Luoyang 471000, China)

**Abstract:** Physical education teaching methods mainly include the method of narration based mainly on verbal delivery, the method of demonstration based mainly on limb movement, the method of object demonstration assisted by media graphics etc. In physical education teaching, the roles played by a physical education teaching method are somewhat different based on different conditions, showing certain relativity, which is specifically embodied in the followings: the teaching effects produced by teaching different students the same content by applying the same method are different; the teaching effects produced by teaching the same student different contents by using the same method are different; the teaching effects produced by applying different students different contents by applying the same method are different etc. The author suggested that teaching methods should be correctly selected and effectively applied from the perspectives of student, content and teacher.

**Key words:** school physical education; physical education teaching method; classroom teaching; new physical education curriculum standard

教学方法是教师和学生为了实现共同的教学目标, 完成共同的教学任务, 在教学过程中运用的方式与手段的总称, 由教法和学法共同组成。教学目标能否实现与教学方法的正确选用密切相关。义务教育体育新课程改革走过了 10 多个年头, 一线教师不断探索, 从不同视角研究体育教法的问题<sup>[1-4]</sup>, 但实际效果不好。很多一线教师对教法的相对性认识不足, 对如何指导学法更未引起高度重视, 导致不知如何在体育教学中选用方法。

### 1 体育教法的相对性

体育教法有各种各样, 依据不同的分类方式, 可以分为不同的类别, 如从传递信息的方式来区分, 就有以语言为主的讲解法, 有以肢体动作为主的示范法, 有借助外界物体辅助的物体演示法。如从语言作用来区分, 可以分为提问法、指导法、评价法等等。在体育教学中, 教法、内容相同但学生不同, 教法、学生相同但内容不同, 教法相同但学生、内容不同, 都可能产生不同的效果。因此, 针对不同的内容、不同的

收稿日期: 2013-10-16

基金项目: 河南省软科学研究计划项目(112400450509)。

作者简介: 姚伟华(1970-), 女, 副教授, 硕士, 研究方向: 民族传统体育学、体育教学。

学生要选用不同的教法；选用同一教法也可能具体实施方式不同，体现出体育教法的相对性。本研究主要以讲解法、示范法、物体演示法为例，分析体育教法在课堂教学中的相对性。

### 1.1 教法、内容相同但学生不同效果各异

在体育教法中，由于不同的学生具有不同的特征与基础，同一种教法的效果也会有差异。如讲解法，用于不同学生身上具有相对性，即会听讲的，效果明显，不会听讲的，效果相对较差。会与不会听讲，从教法的角度表现出了一定的选择性。这就要求教师在讲解同一内容的时候，有的可以仅通过讲解，有的需要配合动作示范。同样只是采用讲解的方式，有的可能要求通过生动语言形象、趣味性的描述学生才能听进去、听明白，可有的无需太多的附加条件学生就能掌握动作要领。基于此，教师在使用同一种方法教学时，要充分考虑教学对象的具体情况，灵活把握讲解的方式，否则，将影响其教学效果。

### 1.2 教法、学生相同但内容不同效果各异

在体育教学中，同一个班级的学生，在学习不同内容的时候，采用同一种教法很有可能带来不同的效果。例如示范法在用于不同内容的教学时，从示范面的选择上，有的内容需要正面和背面交替示范就能达到理想的教学效果，如广播体操教学；而有的内容的教学主要采用侧面示范才能达到一定的效果，如体操双杠上的单个或组合动作教学，这类内容假如仅采用正面示范或背面示范就难以发挥示范的作用；还有些内容既可以用正面示范、背面示范，还可以侧面示范与之配合，如武术类的教学，几个方位的示范整合起来效果会更好。另外，从示范时机来看，有的内容教学需要独立示范，如体操技巧前滚翻、后滚翻、鱼跃前滚翻等，体操器械如跳山羊、跳箱等。还有的内容教学讲解与示范同步效果更好，边讲解边示范给学生的印象会更为深刻，对动作要领的认识上会更加清晰，如排球的正面上手传球、发球、垫球等技术的学习。因此，即便是同一种教法，也需要根据教学内容的不同而有所调整，否则，机械地采用某种教法，难以达到理想的教学效果。

### 1.3 教法相同但学生、内容不同效果各异

以上分别谈了基于学生的不同和内容的不同，同一教法在课堂上有可能带来不同效果。而现实情况下，不同学生、不同内容的学习，在教法的选择和运用效果上差异性会更为明显。这就要求教师对学生的情况进行全面的分析、对教材进行深入的解读，否则，就难以用好方法，甚至用不对方法。如同样是图板演示法，对于学段低的学生(如一、二年级)，图板上展示

的内容需要“卡通”，也就是说，首先需要激发低学段学生的兴趣，否则，他们观看图板演示的注意力就很难集中；而对于高学段的学生，如高中生，在采用图板展示教学中的关键技术的时候，需要把动作的规格非常标准地展现出来，充分体现出动作的规范性，甚至要突出教学中的重点技术，有时需要强化，或许采用多级分解的方式效果会更加突出。还要注意有的内容的学习便于展示，就要用图板展示的方式让学生加强对技术环节的认知，如背越式跳高的过杆技术，教师亲自做示范的时候或许学生很难观察到过杆动作，因为，这一动作很难在空中停留，有的还没有看清楚是什么样的姿势就已经落地了。因此，图版展示就很有必要。不同的内容和不同的学生在选用教法的时候，更要充分而全面地考虑。

除此之外，相同的学生、相同的内容，即便是采用同一教法，不同的教师在施教的时候，也反映出了教法运用的相对性。因为，教师的教学水平、对学生的了解情况、对教学内容和教法把握的深度和广度，都是教法运用相对性的重要影响因素。因此，体育教师应充分认识到教法的相对性，从而做到因材施教，力求让每一个学生受益。

## 2 体育教法选用的策略

教学有法、法无定法<sup>[5]</sup>。体育教法在教学中发挥的作用因学生或内容的不同而不同，具有较明显的不确定性，体育教法的选用，应视学生的具体情况和教学内容而定。特别是新课标的贯彻和落实，要求充分发挥教师教学过程主导作用的同时，还十分重视学生在学习过程中的主体地位，注重培养学生自主学习、合作学习和探究学习的能力<sup>[6]</sup>；要求体育教师加强对体育学习中的学习方法的关注，指导他们掌握有效的学习方法<sup>[7]</sup>，这就要求教师在教学实践中善于观察，根据学法来调整 and 选用教法。

### 2.1 转变观念重学法

教学无论采用何种教法，其最主要的目的是想通过有效的教获取学生快速的学。过去的教学长期重教法轻学法，在教法与学法之间未能做到“学法指导”的有效连接，使得教法所发挥的作用有限，从而导致学习效果不佳。

转变观念说起来容易，做起来并非易事，尤其是从“重教法”到“既要重教法更要重学法”的转变，需要教学的思路发生根本性变化。也就是说，从备课环节就要从学生发展的角度出发，选择适宜的方法、考虑学生的接受能力和兴趣爱好，以及学生如何学才能达到较好的效果。在教学过程中，需要教师提高观

察意识和能力,不但要能够及时发现学生学习中的问题,还要能够快速从各种学习问题中探寻“学法指导”的切入点和有效手段。

## 2.2 观察学法联想教法

我国著名的教育家陶行知先生认为,教师教的法子要根据学生学的法子<sup>[8]</sup>。可实践中,很少有教师在教学过程中依据学生的学法而调整教法,其根源是,一方面或许是未能充分对学生的学法进行观察,未能充分掌握学法的有效性,属于重教法轻学法的观念问题;另一方面观察到了学生的学法,但缺乏对学法的深入分析和与教法的关联,即孤立地看待学法,也就很难从学生的学法中得到启发,从而不能及时有效地调整教法。

观察学生的学法,不是最终目的,需要通过观察学法的问题,联想教法的缺失,进而及时寻找调整教法。如一节高一年级的排球课,学生在按照老师的要求两人一组练习正面传球的时候,其中有两位女生站在一高一低的位置上传球,原来这两位学生不一般高,站在同一高度上传球,不能连续多传。两人经过探讨,调整了站住高度后能够多传<sup>[9]</sup>。这样的学法,应该能够给老师带来启示,即在以后的分组练习中,尽量考虑身高相差不大学生为一组进行练习。因此,教师在体育课堂上应该做的不仅仅是按照教案上的内容一步一步地教,还需要及时观察教学中的各种情况,尤其是不能忽略某些特殊情况,适当做出调整。实际上,体育教学中的学生是千差万别的,也就是说,学生之间存在着一定的差异性,如每一个学生对体育乃至体育课的兴趣、在体育学习中是否已经掌握了正确有效的方法、对哪些运动项目的喜好倾向性明显、学生的素质基础和技能基础水平、学生的身心发展和认知水平等等。有了这些考虑,就能确定什么样的教法最适宜。

## 2.3 考虑内容难易度确定教法

不同学段的体育教学内容不同,同一学段不同年级也存在一定的差异,而且,从体育教学内容的难易度上划分,有会与不会存在明显区别的难度较大的内容,有会与不会没有明显区别的难度较小的内容,还

有处于二者之间的一般难度的内容。不同的内容在进行施教的时候,即便是同一种教法,在具体操作过程中也要根据内容的难度进行调整。因此,在选用教法的时候,要充分估计到这一特点,及时调整教法,否则,照搬教法就难以有理想的收效。

除此之外,任课教师还需要考虑自身对教学各要素的把握来选择教法。体育教学活动是一项复杂而又有难度的活动,因为它不但要在动态变化中通过组织一些身体练习活动促进学生的体能增强,更要通过有效方法的传授,让学生在在不违背认知规律的前提下,快速掌握知识、技能和方法。又由于每个任课教师的教育教学能力有所不同,或教学观念有差异,因此,在选择使用教法的时候,一旦发现教法未能充分发挥应有的功效,就要自我反思,是对教法的把握不足,还是对学生的了解不够,或是对内容的解读不深等。无论是何种情况,教师自身要弥补缺失,完善自我,力求消除自身原因对学生学习效果的负面影响,从而提高教学质量。

## 参考文献:

- [1] 王艳华. 谈体育教法的优化组合[J]. 哈尔滨体育学院学报, 2004(2): 18-19.
- [2] 刘波, 王丽. 谈新课程标准下体育教学方法的创新[J]. 通化师范学院学报, 2004, 25(12): 74-75.
- [3] 王沂. 基于体育新课程标准的新教学方法体系的构建[J]. 体育成人教育学报, 2007, 23(1): 80-81.
- [4] 杨福安. 浅析新课程标准下的体育教学方法[J]. 赤峰学院学报: 自然科学版, 2009, 25(1): 197-198.
- [6] 杨文轩. 关于“体育与健康课程标准”修订的思考[J]. 体育学刊, 2011, 18(5): 1-3.
- [7] 刘刚. 体育与健康课程标准实施的几个关键点[J]. 体育学刊, 2012, 19(3): 85-87.
- [8] 尤传豹. 体育教学的生活回归——基于陶行知生活教育的视角[J]. 哈尔滨体育学院学报, 2011, 29(5): 70-73.
- [9] 于素梅. 观察: 体育课堂教学行为“弱不得”[J]. 体育教学, 2013(7): 19-21.