

自主学习法在高校健美操专项教学中的策略研究

——以淮南师范学院为例

陈 丽

(淮南师范学院 体育学院,安徽 淮南 232038)

【摘要】本文通过运用文献资料法和问卷调查法对本校健美操专项教学的现状进行调查和研究,发现本校健美操专项教学中存在很多问题。将自主学习法运用在健美操教学中,可以有效的提高教学质量,解决健美操教学中存在的问题。本文旨在提高高校健美操专项的教学质量和学生的综合能力,促进高校健美操的发展。

【关键词】健美操;自主学习法;专项教学

【中图分类号】G831.3 **【文献标识码】**A **【文章编号】**1673-1883(2013)04-0111-03

前言

自主学习法是新课程改革下的一种充分发挥学生主体性和充分利用老师主导性作用的方法。在高校,教师在健美操教学中让学生在台上进行带操,从而推进自主学习法在健美操教学中的运用。因此,将自主学习法运用到高校健美操专项教学中对提高学生健美操的自学能力及实践运用能力都有重要的意义。

1 研究对象与方法

1.1 研究对象

淮南师范学院体育学院2009届20名学生(其中女生12名,男生8名)和2010届21名(其中女生9名,男生12名)健美操专项学生,共41人。

1.2 研究方法

1.2.1 文献资料法

本人在图书馆通过中国知网,万方数据库等资源检索中心,查阅了很多相关资料。在阅读资料的基础上,了解到现阶段高校健美操的教学现状,并对资料进行整理和分析。

1.2.2 问卷调查法

通过上网查资料和根据本校健美操专项教学的实际情况设计了一份问卷。共发出问卷41份,收回41份,回收率100%,有效率100%。最后对调查数据进行归纳、整理、统计分析。

2 结果与分析

2.1 学校健美操的教学现状

2.1.1 错误的思想定式

本校健美操基础教学的普及程度非常高,在大二开始对所有体育学院的学生开设健美操普修课程,在大三时进行健美操专项学习。2009级和2010级健美操专项人数及性别比例的统计情况如表1:

表1 2009级和2010级健美操专项学生的性别比例

项 目	2009级	2010级
男(人)	8	12
女(人)	12	9
男生占总人数(%)	40	57

表1可看出,2010级男生选择健美操为专项的是12名,占总数的57%,而2009级只有8名,占总数的40%。可见,学校2010级男生选择健美操专项的比例要高于2009级男生选择健美操专项的比例。说明本校学生思想开放,具有时代感。但其他很多院校健美操课程为女生所开,只有很少的院校男女生均参加,且男生参加人数只占很小一部分,加上健美操教师绝大多数为女性,无形中学生易导致将健美操认为是女子项目的错误观念。近两年的比较并不能说明未来的发展方向,所以学校应加强思想教育,冲破只有女子可以选健美操的错误思想,使更多的男同学加入到健美操专项学习的队伍中。

2.1.2 教学内容陈旧

表2 对教学内容满意度的调查统计

满意类型	非常喜欢	喜欢	一般	不喜欢	非常不喜欢
男生(%)	8	20	43	19	10
女生(%)	15	40	23	14	8
整体满意度(%)	11.5	30	33	16.5	9

根据表2可以看出只有11.5%的学生对教学内容表示非常喜欢,30%的学生对教学内容表示喜欢,而有33%的学生认为学校健美操的教学内容一般,对教学内容不喜欢的占16.5%,甚至有9%的学生表示非常不喜欢。学校学生对教材内容的满意度不是很高,一定程度上说明学校的健美操教学内容较陈旧,缺乏创新,教学内容单一。根据调查,健美操专项所学的内容为大众健美操4,5,6级;一套竞技,

收稿日期:2013-07-06

作者简介:陈 丽(1980-),女,江苏连云港人,讲师,硕士研究生,研究方向:健美操理论与实践。

一套啦啦操,一套拉丁操。这些内容已经很久没有更新,已经跟不上时代发展的步伐。教学内容的更新和创新是自主学习法在健美操教学中很好地运用的必经之路,且具有重要的实践意义。所以,应该在此基础上注入一些新的舞蹈,如桑巴,爵士等。另外,注重学生的实践能力的培养。

2.1.3 教学方法单一

表3 对教学方法满意度的调查统计

满意类型	非常好	很好	好	不好	无所谓
男生(%)	6	10	25	39	20
女生(%)	10	23	33	24	10
整体满意度(%)	8	16.5	29	31.5	15

根据表3显示,只有8%的学生认为本校健美操教学的方法非常好,有31.5%的学生认为本校的健美操教学方法不好,对教学效果的提高不明显,说明了很多学生更乐意自己主动去学习,或与同伴一起学习。

目前,本校在健美操教学中还是采用以前传统的教学方法,传统的教学方法有它的优缺点。优点:一是有利于经济有效的大面积的传授知识和技能;二是有利于发挥教师的主导作用;三是有利于发挥集体的作用;四是有利于教学实施和检查等。缺点:一是不利于发挥学生的主体性作用;二是阻碍学生创造性思维的产生和发展,三是不利于学生的交流等。而自主学习法的提出,有效的解决了传统教学法的弊端。在健美操专项教学中,应采用自主学习法教学,在老师的引导下,让学生自己主动的去学习,这样培养出来的人才符合社会的需要。另一方面,社会在发展,健美操运动也在发展,各项操化动作都在更新,只有拥有较强的接受新事物的能力才能立足于社会,更有利于健美操运动的发展。现在,学校在健美操专项教学中已经采用让学生带操的方法逐步培养学生的自主学习能力,相信在不久的将来,健美操专业整体水平将会发展的越来越好。

2.1.4 师资力量缺乏

本校体育学院设有三个专业,在校学生近六百人,每个专业每个班都开设健美操课,教学时数也在增加。而健美操教师共6名,面对庞大的学生数,对教师的需求显然是不够的。因此,学校应加大师资的选拔和培养的力度,提高现有教师的健美操专业水平,不断优化教师的知识和技能结构,增加健美操教师的在职培训和进修的机会,加强其教育教学研究的能力,努力提高教师的业务能力及其教学水平。另一方面,学校男性健美操教师太少,因此

要积极引进男性健美操专项教师,不断调整与优化师资结构,促进和谐健美操队伍的建成,不断提高健美操教学质量。

2.2 自主学习法在高校健美操专项课教学中的策略

2.2.1 教师方面

2.2.1.1 教师要积极的配合和引导。自主学习方法和自主学习能力的培养不是一朝一夕的事情,需要学生和教师的共同努力。根据新课改的要求,教师要适时地进行“角色”的转变,摆脱传统教育观念中“以教师为中心”的观念,积极树立“以学生为中心”的教育观念。同时,学习又是在教师的引导下进行的,教师要建立起良好的师生关系,共同进步。

2.2.1.2 教师要加强与学生的沟通与交流。教师应放下高傲的姿态,主动与学生交流和沟通,掌握学生的心理动态。健美操属于表现难美型的运动项目,所以老师对学生在自主学习中出现的问题要及时进行指导,多鼓励学生,增加学生展现形体美的欲望和表现自信美。

2.2.1.3 教师要不断提高自己的专业水平和综合素质。教师具有榜样性的作用,因此教师应不断提高自身的素质。将最好的健美操技术、最新的健美操资源等展现给学生,吸引学生的眼球,激发他们的学习兴趣,增强他们主动学习的动机。

2.2.2 学生方面

2.2.2.1 学习要主动。只有积极主动地学习,才能感受到其中的乐趣,才能对学习越发有兴趣。有了兴趣,效率就会在不知不觉中得到提高。有了好的效率,学生就会承认这种方法有效,久而久之就会习惯这种学习方法,也会进一步影响其周围的同学。

2.2.2.2 勇于创新并敢于展示。在课堂教学中要着力培养学生的自学能力,提供、营造一种能够充分发挥学生学习的主体性和自主性,使他们能够获得创新的条件和环境。学生发散思维积极创新,积极主动的参加社会实践活动,培养自己的创新精神。健美操是一项体现健康、阳光、自信、活力的运动,学生一定要敢于展示自己。

2.2.2.3 加强同学间的交流和配合。自主学习并不是自己学习,自己学习是封闭的,盲目的学习。只有很好的沟通和交流,才能更好的合作,从而达到一加一大于二的效果。相互交流学习经验,生活趣事等,有利于形成一个和谐的,良好的班级氛围,促进学生共同进步。

2.2.2.4 重视自主学习中的自我评价。自我评价是学生对自己的学习过程和学习效果的评价。在进

行自我评价的过程中使学生亲身体验学习的过程,从中能清楚地了解到自己的学习情况,看到成绩或差距,对自己的学习进行重新计划或调整,以进一步提高学习质量,从而使学习变得更加主动。

3 结论与建议

3.1 结论

学校健美操专项教学存在问题:学生存在错误的思想定式;健美操教学内容陈旧;教学方法单一;师资力量缺乏等。这些因素阻碍学校健美操专项的发展,但自主学习法的运用可以有效的解决这些问题。

自主学习法在学校健美操专项教学中的运用需要教师和学生两方面的共同努力。教师方面:教师要积极的配合和引导;要加强与学生的沟通与交

流;不断提高自己的专业水平和综合素质。学生方面:学习要主动;勇于创新并敢于展示;加强同学间的交流和配合;重视自主学习中的自我评价。

3.2 建议

自主学习法在本校健美操专项教学中的运用,必然能推动学校健美操的发展,推动教师和学生共同发展、共同进步。

在高校健美操的教学中,应提倡自主学习的方法,让学生依次带操、分组教学、师生互动,在和谐的环境中锻炼学生的综合素质能力,提高教学效果。因此,应当抓住经济发展和教育改革的有利时机,保持积极、科学的态度,勇于探索,敢于创新,为健美操的发展提供源源不断的动力,为体育教育事业做出生生不息的贡献。

注释及参考文献:

- [1]解朝爱.健美操教学中自主学习对中学生自我效能影响的实验研究[J].体育科技文献通报,2011,19(5):55-62.
- [2]李秀华.对普通高校健美操考试改革的研究[J].广州体育学院学报,2011,21(5):1-2.
- [3]张文贤.高校健美操教学中运用“自主学习法”培养学生的创新能力[J].江苏技术师范学院学报,2007,4(11):13-15.
- [4]温祝英,张立新,谭文秀.在健美操课中实施自主锻炼的可行性研究[J].广东女子职业技术学院学报,2001,1(1):13-17.
- [5]吴本连,季浏.论新体育课程中的自主学习[J].中国学校体育,2004,6(2):15-18.
- [6]陈冰.体育教学中应用自主学习的应用研究[J].福建教育学院学报,2008,3(2):4-6.
- [7]张卫平.在健美操课堂教学中培养学生自主学习能力的策略[J].无锡商业职业技术学院学报,2012,3(12):6-8.

The Research of Strategy on Autonomous Learning in the University Aerobics Teaching

——Take Huainan Normal University as an Example

CHEN Li

(Department of Physical Education, Huainan Normal University, Huainan, Anhui 232038)

Abstract: In this paper, by using the method of literature and questionnaire survey method I investigated the current situation of the aerobics teaching of my school, my school aerobics has a lot of problems in the special teaching. The independent learning method applied in aerobics teaching, can effectively improve the quality of teaching, and can solve the problem existed in gymnastic teaching. The research aims to improve the teaching quality of special aerobics and the comprehensive ability of students, to promote the development of college aerobics.

Key words: aerobics; Autonomous learning method; Special teaching