

多媒体课件在高校太极拳教学中的优势作用

刘永祥, 吴进新, 胥 凡

(莆田学院 体育系, 福建 莆田 351100)

【摘要】通过对高校大学生的问卷调查与分析, 结果显示: 忽视学生兴趣的培养, 体育教师素质的制约, 教学方法和组织形式单一等是影响高校太极拳教学质量的主要因素。采用文献资料法和观察法对多媒体课件在高校太极拳教学中的应用效果进行探讨。表明: 多媒体课件具有激发学生的学习兴趣, 培养学生的自学能力, 强化学生终身体育意识, 促进太极拳教学的规范化、科学化和现代化等多方面的优势作用。

【关键词】多媒体课件; 体育教学; 太极拳

【中图分类号】G852.11 **【文献标识码】**A **【文章编号】**1673-1891(2008)04-0125-04

莆田学院2005年提出了“特色体育教学”改革实施方案。其中在大学生中进行24式太极拳教学作为重要的改革目标。由于大多数大学生在入校前并未接触过太极拳, 对太极拳的认识较粗浅, 传统的教学方法是教师讲解、示范, 学生练习, 由于太极拳动作繁多、运动方向多变, 传统的教学方法难以取得良好的教学效果。为了提高太极拳的教学质量, 促使大学生更好地掌握太极拳的运动技术。本文通过对我校大学生太极拳兴趣的问卷调查, 分析影响高校太极拳教学质量的不利因素, 对运用多媒体技术改革传统的太极拳教学方法所具有的优势作用进行探讨, 旨在为高校太极拳教学改革开辟一条新的途径。

1 高校太极拳教学现状

1.1 高校招生规模扩大, 班级学生人数的增多也增加了太极拳教学的难度。教师在太极拳套路和技术动作讲解示范需要占用较多的时间, 学生却难以看清和理解教师的示范动作和技术要领, 教师也难以观察每个学生学习技术动作的情况, 造成教学效果不甚理想。

1.2 直观性不够。虽然简化太极拳套路和技术动作

相对简单, 但由于大多数学生没有接触过太极拳, 使得太极拳的技术动作难点多和套路显得比较复杂。而且教师的专项水平和各种原因的影响, 教学中许多示范动作不易做到规范、标准, 使学生难以建立清晰的动作表象。

1.3 学生缺乏参与意识, 太极拳教学过程中, 学生看不到自己的技术动作, 是否正确和标准不能及时反馈。教师也不能够进行逐一的辅导, 也影响学生学习太极拳的兴趣和积极性。

2 影响高校太极拳教学质量的不利因素

2.1 忽视学生兴趣的培养

通过对我院2900名大学生的调查, 结果表明, 忽视学生兴趣的培养, 在高校太极拳的教学中较为普遍(见表1)。通过太极拳教学前和教学后两次对学生兴趣的调查, 前后差异并不显著, 这说明在教学过程中, 并没有针对大学生的身心特点, 采取相应的措施来培养学生练习太极拳的兴趣。兴趣是最好的老师, 没有兴趣的学习, 只能是“身顺而心违的学习”, 这种情况下的教学必然达不到满意的教学效果, 无法完成预定的教学任务。

2.2 体育教师素质的制约

表1 太极拳教学前后学生兴趣的调查

时间	喜欢	一般	不喜欢	喜欢占总体率	U值	P
教学前	521	1295	1084	16.84	1.56	P<0.05
教学后	563	1425	912	18.52		

体育教师是体育教学的直接组织者和承担者, 对于教学质量有着重要的影响。太极拳的哲理性、健身性和技击性决定了它是一项能促进人们身心健康的运动, 我国很早就将它纳入高校体育教学计划之中, 但是这项运动在高校体育教学中长期处于一种停滞不前的状态。随着全民健身活动的开展

和“健康第一”指导思想的确立, 许多高校将独具民族特色的太极拳作为必修课, 在公共体育课中进行教学。作为体育老师, 基本上都学练过太极拳, 但由于长期没有开展太极拳教学, 许多教师对于太极拳的动作逐渐生疏, 这势必导致他们太极拳教学能力的降低, 不能完全胜任太极拳技能的教学。太极

拳是中国的一种优秀传统文化,内涵丰富,充满哲理,兼收并蓄古代的哲学、养生学、中医学、拳学、美学相关思想和内容,因此,作为一名合格的太极拳教师,必须对我国传统体育文化有较为全面和深刻的认识,具有较高的体育人文素质,才有利于太极拳的理论教学。

2.3 教学方法和组织形式单一

太极拳传统的教学方法是一种“传习式”和“填鸭式”的教学方法。在教学过程中经常采用的教法和组织形式是教师在前面背对着学生,边示范边讲解动作名称,同时领做,学生跟着模仿。由于太极拳的方向路线多变,手、眼、身法、步的配合密切。因此,学生无法从单纯的背面示范教学中看清楚动作的路线和动作细节。费时费力却收效不大,很难调动学生学习的积极性。只有20多个动作组成的太极拳套路看似简单,实际其技术时空、结构动态变化复杂,属于技术技能项目,对练习者的协调性要求很高;很多动作都是顺势动作,与常人习惯动作技能有很大的差异,对初学者难度较大。千遍一律的组织形式,导致学生情绪逐渐变得很低落,甚至厌学,从而影响太极拳的教学质量。

3 高校太极拳教学多媒体课件的设计与制作

针对影响高校太极拳教学的因素,为了改进太极拳的教学方式,我院从2006年开始采用Authorware5多媒体设计软件设计了24式太极拳的多媒体课件。将多媒体技术运用到太极拳的教学中去,通过几年的教学实践,不仅能加强学生对太极拳的理解和兴趣,还可以实现双边教学,不断提高教学质量与丰富教学内容。课件的设计:太极拳多媒体课件主要包括:太极拳运动简介、练习要点、练习方法和技巧、动作图示、全套动作演示、分段动作演示及常见错误动作分析等内容。制作的系统:课件制作采用Authorware5多媒体创作软件,视频编辑使用超级解霸2001。课件的特点:简便的操作,采用易学易用的交互界面;课件编辑成Windows操作系统下独立运行。课件运用的基本环境:奔腾以上的微机;操作系统为中文Windows98以上的版本,VGA800*600显示器、声卡、光驱(1G以上硬盘)。课件的主要功能:自动演示功能:各段均有动作图示与电影文件,能自动演示与说明。交互性:通过点击相应按钮,可实现各个部分的转换。可控制性:设计了相应的按钮,能控制系统声音的开关,可随时暂停与开始,并可结合讲解与多次重复播放。

4 多媒体课件在太极拳教学过程中的优势作用

4.1 可以激发学习兴趣,提高教学效率

在太极拳教学中利用了多媒体系统,将图像、文字、音乐、动画等信息,生动、形象、具体、直观地展现在学生面前,使学生耳目一新,从而被练习者与大自然完美和谐的统一所吸引,伴随着古朴典雅的音乐,练习者在幽静的环境中轻松“起舞”,动作舒展大方。学生就像在欣赏一首经典的音乐,非常直观地感受到了太极拳的运动特点,理解了太极拳运动的丰富内涵,给沉闷的学习氛围注入了新的生机。同时由于多媒体所特有的互动性,学生可以从不同的角度、速度、以不同的方位来仔细观察示范动作,在大脑中形成的印象更加清晰、具体,从根本上改变了学生对太极拳的看法,激发了学生的学习兴趣。调查显示,83.5%的学生在第一次观看太极拳课件之后对太极拳学习的兴趣有了不同程度的提高。课前学生可以通过网络观看课件,预习将要学习的内容;课上教师带领学生有针对性地反复的观看、讲解,使学生对将要学习的动作有了一个较全面的认识,这样他们就可以带着问题、有目的、有重点地去学习新内容,相应的减少了教师讲解、示范、领做的时间,学生自由练习的时间相应增加。教师能有更多的时间逐一观察学生练习的情况,发现问题及时纠正,使每个学生对成功的体验更加强烈,掌握动作的速度也就大大加快,因此提高了教学质量。学生课后通过校园网、互联网,师生之间、同学之间、学生与社会上的太极拳爱好者之间都可以及时进行在线交流。对各自在学习中的体会进行广泛的讨论。这样不仅促进了教学活动的开展,也吸引了更多的同学关心、了解太极拳教学。

4.2 可以减轻教师的任务,提高教学质量

以往的传统太极拳教学,由于只依靠教师一个人进行复杂的动作讲解和示范,组织学生练习和纠正错误等诸多教学任务,教师的教学任务非常重。通过直观生动的演示,将文、声、图、像融为一体,运用多种现代化教学手段将相关信息全方位展示给学生,从而达到增强学生对抽象事物过程的理解与感受。促进学生短时间高效率获取知识和信息,再结合讲解示范与动作练习,提高了课堂的教学效率。如把动作的技术环节通过多媒体的手段结合配音的讲解表现出来,这样就能够帮助学生看清楚每一个动作的技术变化,从而更快、更全面地建立起动作表象,突出对重点和难点动作的掌握,提高了教学效果,缩短教学过程,极大地减轻了教师在教学中重复示范与讲解的任务,有利于教师根据学生的不同特点进行教学与辅导。同时学生也可以根据

自己技术动作的掌握情况,灵活选择不同的内容和进度进行学习。传统的教学方法只是教师教、学生学,复杂的讲解和示范容易让学生产生厌倦心理,学生被动学习、学习兴趣不高,使教学质量大打折扣。采用计算机多媒体课件进行武术课的辅助教学,具有动作演示规范、解说精练易懂、音乐优美的特点,学生对学习的内容、方法和步骤有深刻的印象,便于针对重点与难点进行教学与辅导。解决了教师和学生以往的教和学习过程中没有统一的动作标准这一难题,使大家的动作得到进一步的规范。由于太极拳课件中语言精炼、示范准确,使学生大脑中形成的印象更加深刻,学生从课件中获得丰富的感性认识,进而上升到理性认识,然后主动实践,通过实践使理性认识升华后去检验实践。通过这样的反复实践学习,极大地提高了动作质量与练习效果,使教学质量得到大大提高。

4.3 教学内容全面具体,可以降低学习难度

由于多媒体系统具有较大的储存功能,弥补了太极拳理论教学的严重不足。在课件的制作过程中,我们将太极拳的定义、分类、太极拳的发展历史;太极拳对人体心理、生理的影响以及治病、健身的作用;太极拳在练习过程中的易犯错误及纠正方法、注意事项等内容全面、详细地做了介绍。另外向学生推荐一些太极拳网站,便于随时了解太极拳的最新发展动态。使学生通过网络,从生理、心理、社会等方面对太极拳的认识更全面、更科学、更系统。在太极拳教学中由于多媒体技术运用首先方便了学生对动作名称、运动路线、动作方向、动作要领的观察和了解;其次由于多媒体技术将图像、音乐、动画、文字等多种信息同时显示在学生面前,极大地扩展了学生获得正确信息的渠道,更容易在大脑中形成暂时神经性联系,帮助学生记忆太极拳动作。由于可以将正确动作与错误动作在同一屏幕上进行比较分析,减少了学习过程中错误动作出现的次数。以上都为学生掌握动作提供了极大的方便,使学习的难度大为降低。

4.4 拓展教学的时间和空间,可以提高学生的自学能力

由于引入了多媒体教学,课后学生可以通过网络在教室、宿舍、甚至家中随时了解太极拳的有关知识、复习和预习所学内容。缓解了太极拳理论授课时间的不足,相应地延长了技术课的授课过程,增加了学生复习巩固的时间。因此说多媒体技术极大地延长了教学的时间,拓展了教学空间,将课上、课下、室内室外连接成了一个有机整体,形成了一个

大课堂。太极拳动作多、而且较复杂,以往的教学过程中主要是教师“言传身教”,由于引入多媒体技术,打破了过去那种教师是学生获取知识主要途径的现象,学生的主体作用得到了加强。不仅学会了动作,而且逐渐掌握了运用多媒体学习太极拳的正确方法。提高了他们运用现代技术手段学习体育的能力,从而避免了过去那种学生离开老师就无法学习的被动局面。

4.5 有效地突出重点难点,可以及时帮助学生纠正错误动作

在太极拳教学中,技术复杂、难度大的动作往往是教学中的难点,传统教学中教师的讲解示范受一定条件的限制,学生很难对此类动作形成完整的印象。比如“转身搬拦捶”这个动作,手部和脚部动作复杂,线路多变,还要加上转身动作。利用多媒体可以通过慢放、定型动作使学生加深印象,必要时也可以通过三维图像分析动作技术,加之简洁的讲解可以很好的解决教学中的难点问题。太极拳动作多而复杂,课堂上学习内容也比较多,教师很难顾及到每个学生的全部学习过程,这样就很容易忽略一些细节动作和个别错误动作。而多媒体技术的运用除了可以使学生反复观看所学技术动作图像以加深理解外,还可以对学生的练习动作通过摄像技术和计算机处理,让学生自己观看自身的技术动作,并与标准动作进行对比,找出错误动作并加以改正。

5 结论与建议

多媒体课件教学是现代化的教学手段,可以有效促进教学技术的现代化,也弥补了传统太极拳教学的不足,增加了教学的吸引力,提高了教学质量。多媒体课件教学方式以良好的直观性、形象性、趣味性、交互性迅速为广大教育工作者所采用,成为一种新的武术辅助教学模式,是未来教学的必然趋势和提高教学质量的重要手段。因此,我们建议:

5.1 教师应努力学习与时俱进。多媒体教学的形式以及太极拳课件并不是一成不变。应适时更新课件内容。在教学过程中及时了解学生的需求和接受能力,将教学中发现的新问题、新情况反馈到教学过程中去,根据教学对象的不同灵活变换运用形式。

5.2 要更好地开展多媒体课件技术在体育课教学中的应用,体育教师要学习和掌握计算机技术,掌握计算机课件的制作技术,这样才能使体育课的多媒体课堂得到更好的开展,采用多媒体技术,使体育

教学进一步与现代教育技术相结合,更加规范化、科学化和现代化。

5.3 掌握使用时机。多媒体课件只是一种先进的辅助教学手段,教学过程中仍需要教师积极思考,及时辅导学生了解使用方法,帮助选择教学内容;指导学生如何观察动作路线、解决重点、难点问题。教师要随时掌握学生的学习情况,灵活运用多媒体

这一现代化教学手段,努力探索人机结合的最佳方式。

5.4 多媒体课件对提高教学质量的作用毋庸置疑。学校应加大在教学仪器、设备和场地上的投入,优化教学的条件,给教师创造良好的多媒体教学条件,使多媒体技术不但应用在太极拳的教学,还可以在其他的体育课教学中得到广泛的应用和开展。

注释及参考文献:

- [1]姜振.24式太极拳多媒体课件的设计与应用研究[J].安徽体育科技,2003(3):130-131.
- [2]朱东.计算机辅助训练在武术套路中的应用[J].上海体育学院学报,2004(3):56-57.
- [3]张建平.计算机技术与高校体育教学的整合[J].北京体育大学学报,2002(9):113-114.

Advantages of Multimedia Courseware in the Taijiquan Teaching

LIU Yong-xiang, WU Jin-xin, XU Fan

(Department of P.E., Putian University, Putian, Fujian 351100)

Abstract: By questionnaire and analyzing about college students, this paper analyzes the main factors that influence the teaching quality of Taijiquan (Chinese shadow boxing): neglecting in cultivating the students' interests, constraints of PE teachers' quality and the boring teaching methods and organization form. To explore the effect of the application based on documentation and observation of multimedia courseware for colleges and universities in teaching Taijiquan, this paper indicates that multimedia courseware has many advantages such as cultivate the interests of students' study, develop students' self-learning ability, strengthen students' awareness about life-long physical education, boost the standardization, scientification and modernization of Taijiquan teaching, and so on.

Key words: Multimedia courseware; Physical teaching; Taijiquan