

论艺术体操、健美操教师的“言传身教”

郑 婕*

摘 要 本文对体育教学中传统的言传身教法赋予了新的内含,对从事艺术体操,健美操专业的教师素质提出了更高要求。

关键词 教师 教学 言传 身教

Teaching by personal example as well as verbal instruction: for eurythmics and setting-up exercise instructors

Zheng Jie

Abstract This writing gives fresh meaning to the traditional “Teaching by personal example as well as verbal instruction” and presents higher standard for eurythmics and setting-up exercise instructors.

Keywords instructor teaching teach by verbal instruction teach by personal example

艺术体操、健美操是以美为核心,以人体自然动作为基础,以节奏韵律为生命,与舞蹈艺术相交融,在悠扬和谐的音乐声中体现形体美、姿态美、精神气质的运动项目。在教学过程中,采用“言传身教”法是本项目教学的特点和必须。许多动作的内涵和对动作本身意境的领悟,单靠语言讲解是不可能解释清楚的,有时对某些动作的理解和掌握,甚至到了只能意会不能言传的地步。为了取得良好的教学效果,顺应素质教育趋势,将传统的言传身教赋予新的内容,使其发展成为适应现代美学要求的、合理的、有效的、便捷的教学方式,是我们从事本专业教师的责任和义务。言传身教由口头讲解与以身示范组成,新时期的艺体健身课溶塑造形体与培养气质于一体,它不但要求新知识技术的牢固掌握与运用,更注重培养外表风度与内在气质的高度统一,它是健与美,力与美,心与美的有机结合。为此,怎样进行言传与身教?教师自身又将以怎样的言谈举止与教学功底面对学生。本文就此加以论述。

1 言传的涵义

言传,即口头传递方式,包含讲述,解释语言渗

透等方面。

1.1 讲解动作。无论是教授新动作还是复习旧动作,教师都要通过讲解的方式,对动作名称;动作要领;动作规格与标准;动作的发力与呼吸;做动作时易犯的错误以及纠正错误的方法,保护与帮助等等进行清晰的讲解。这需要教师具备牢固的专业知识和较强的语言表达能力。

1.2 传递知识信息,在学习动作的过程中教师会发出许多“指令”、“提示”或“评论”,学生把教师的话语连同音乐一并接受过去,不仅是对学生感观的全面锻炼,也是传授与体育相关学科知识的极好机会,此时最易传递的是音乐的理解,舞蹈以身韵及动作想象力。

1.3 渗透思想:思想即世界观、品德,艺术品味,为人标准等。这些方面往往是教师下意识的外露,当碰到某些具体的事情,如学生违纪,不按规定穿戴,不听教师讲解,完成动作不认真等情况时,教师的态度,说话的语气,语言和流露出的表情及处理问题的方法,都反映了教师自身的性格,为人、文化修养、处事能力等,会直接影响学生并逐步被学生效仿。因

* 厦门大学体育部 361005

此,教师不但应提高专业技能水平,还应加强道德修养和处事能力的培养。

2 对教师语言表述的要求

2.1 准确,无论是讲解动作还是传递知识,教师的语言最怕似是而非,讲不到要点,东扯西拉,漫无边际且冗长重复,如果学生在学习和掌握某动作时,长期不得要领,不能进展,往往是教师讲解的语言不准确,要领不当。一旦学生以一种错误的信息指导练习时,只会越练越糟。反之如果教师的语言准确、意明,不仅可避免学生产生错觉,练习方法得当,还有助于学习进度,做到事半功倍。教师的表述是否准确,关键在于对本专业知识的正确理解和对教学法的钻研程度。

2.2 生动,生动的语言对教师而言是十分重要的,它可以唤起学生的学习兴趣,减少训练中的苦累成份,其语言的生动主要体现在运用形象性语言,如对舞蹈手型的要求,它需要拇指和其它四指形成半合状态,食指带动其它三指微向内屈,由于动作过程中身体各部位的紧张用力,常使手指、腕僵硬起来,这时教师可用“枯树枝”形容僵硬的手。当然形容难看的动作避免挖苦,那样会损伤学生的自尊,产生逆反心理,假使学生的情绪不好时,教师应把“枯树枝”的说法改一改,耐心地告诉学生“在你的拇指之间捏着一根火柴棍,紧了会折断,松了棍会掉地”这类形象性语言最能帮助学生记忆,并形成条件反射。

2.3 精炼:教师的语言最忌啰嗦,课堂时间有限应多给学生练习和体会动作的时间,讲解要抓住要领,简明扼要,归纳几点精确阐明,在练习的过程中加以提示,要掌握好讲解的时机,切忌在学生练习的兴头上和完成动作的过程中,停下来反复地讲解,这样会突然抑制兴奋状态,打断运动惯性,造成身心不适。

2.4 亲切,艺体和健身操是具有激情,讲究交流,注重表现力的,它将形、神、劲、律柔于一体,给人以美的享受,练习者在运动中的心情是十分重要的,因此,教师的语言,口气不能过于生硬,态度不能过于严厉,应采用启发式教学让学生在美妙的音乐声中愉快地体会动作的内涵,把握动作与情感处理的技巧,要做好这一点,教师在语音语调的处理上一定要和蔼可亲,诚挚中肯,语重心长,一个没有耐心,说话伤人的教师是无法教出艺术感觉优秀的学生的。

3 身教的涵义

身教,即示范的方式,由教师亲自塑造为学生效仿的形象,教师的示范包含两方面内容:一是动态形象,二是本人的气质形象。

3.1 动态形象示范:要经过两个过程,第一个过程是在低年级进行的全面示范,这时,教师为学生做示范,必须全面做出来,包括手脚、躯干、面部表情及头等各个细节同步进行,它给学生的印象应是美好的总体印象,这样做不仅让学生对所授动作有全面的理解,同时,也让同学对教师产生尊敬、钦佩的心理,使教师的威信从开始就能牢固地树立起来,第二个过程是学习者已达到一定程度具有较扎实的基本功之后,示范动作应逐步减化,如腿部动作可用手比划,双手重叠代表五位,向前向后的方位与方向完全用手代替仿做。这样做其目的是锻炼学生的反应能力,对学生空间想像力及右脑的发育有好处,随着学生水平的不断提高,示范动作可减少到最少程度,这实际上是让学生经历从模仿到创造的过程。由模仿的越像越好→逐步掌握身体运动规律,淡化模仿对象→调动学生的想象进行简单准确的揭示性示范→学生完全依靠自己的理解去创造和塑造自我形象,通过以上程序,培养学生的创编能力。

3.2 气质形象示范:如同语言渗透着思想,教师的文化修养,艺术修养和道德修养是平日自然流露出来的。表现在仪表、仪态、谈吐、衣着、形体、爱好等诸多方面,学生会下意识地在欣赏和评价中接受过去,其影响程度不亚于有意识地传递,因为有意识地传递,学生处在被动地位,带有勉强的因素,而无意识地传递是学生在品味中的自觉行为,虽无形且具有很强的潜伏力。因此丰富自己的内涵,提高自身修养对艺体健身教师是何等的重要。

4 对教师气质形象的要求

用心理学的观点解释,气质是人的高级神经活动类型特点在行动方式上的表现,它使人的性格表现形式具有显著的个人色彩,也就是说它是指人相对稳定的个性特点、风格及气度。

4.1 道德修养:高尚的内心世界赋予性格特征以绚丽色彩,这些色彩表现在行动方式上受家庭、环境、职业的影响和思想境界的支配一个有理想、有道德的人生就会充实,工作就会有动力,其品德高尚,心地善良,善解人意,一个生活情趣低下,格调不高的人是不会高尚的情操的文明举止的。

4.2 文化修养:对于一个温柔、善良、富有同情心的教师来说,具有广博的科学文化知识,钻研业务,并在工作中获得一定的成就,将会使您的气质形象更富魅力。这就要求不断加强专业理论学习,扩大知识面,开拓视野,陶冶情操,不断更新,充实和完善自我。(下转第45页)

钻研业务,努力提高自己的教学能力,运用多种多样、行之有效的练习方式和辅助方法,去激发差生的学习兴趣和主动进取的精神。体育教师要帮助差生端正学习的态度和明确学习的目的性,提高他们对体育学习的积极性和自觉性。

3 在体育教学和课外体育锻炼中,对差生要严格要求,使他们能在良好的环境中提高和完善自己

教师要全面贯彻党的教育方针政策,发展学生的全面素质,努力提高教育教学质量。要严格遵循教育规律,严格要求差生,让他们懂得自身的价值。要尊重差生的人格和个性,树立和培养他们的自尊、自信、自强、自立的精神;教师应当要严中有情,严中有爱,要使自己成为学生心中可敬可爱的人。平等对待学生,尤其是平等地对待差生是教书育人的准则,用爱换心,以真情换信任。这样就更有利于调动全体学生特别是差生的积极性,应当努力寻找差生的发光点,及时鼓励他们的进步,对体育差生要多一点表扬和鼓励;少一些批评和指责。体育教师要与班主任教师和班级体育骨干多联系多配合,妥善地

组织安排好差生的体育课外锻炼,还要动员差生的家长帮助孩子完成体育课外练习和家庭作业。此外体育教师在教学中,还应当让差生和体育成绩好、身体素质强的同学结成互帮互学的对子,让体育优秀生当他们的小老师。教师应当树立一些原来较差,后来通过努力成绩提高较快的学生为榜样,以鼓励差生,让他们互帮互助,共同进步,这样就能更好地激发差生的学习兴趣,增强其“我也能行”“也能完成动作”的信心。

总之,素质教育就是要面向全体学生,使他们得到全面发展和全面提高,体育后进生也是他们中的一分子,他们同样需要得到学习和提高。他们也更需要教师用真诚的爱去理解他们,去关心他们,去辛勤地培育他们。教育工作者应当多一份爱心,把爱心奉献给那些更需要扶持的受损的花朵,使所有的学生都能健康地成长起来,真正成为社会主义祖国建设的栋梁之材,也使素质教育在学校教学中真正得到施行和发展。

(上接第47页)

4.3 艺术修养,艺术修养主要表现在美的感受能力,审美意识,美的创作能力和对美的表现能力。学习和研究美的规律,提高审美能力,懂得怎样的举止才是美的,怎样搭配服饰才是高雅合体的。努力培养精细的观察能力和形象记忆能力。从而激发对艺术动作的创作灵感,提高创编能力。加强对音乐知识和乐感的理解,掌握音乐的风格特性,合理运用舞蹈“语汇”,发挥舞蹈形象思维能力以及用身体运动形式表达创作思维活动的的能力。

4.4 体态语修养,体态语是人们交往时不可缺少的

手段。其表情和动作具有传递信息,表明态度,抒发情感的作用。巧妙地、恰如其分地运用目光、笑容、手势和身姿,时刻保持仪容举止将是体现气质美的重要标志。

综上所述,艺术体操、健身操教师首先应该是具有涵养,极富魅力的人,其高雅的气质与风度能够吸引学生,给人留下良好的印象。教学中应不断积累和丰富“言传身教”的内容,掌握好“言传身教”的方法与技巧,在提高教学质量的同时不断塑造自我,完善自我。真正成为有活力、有价值、有品味的新时代合格教师。