

# 体育教学中教师身体语言功能的探析

张赞

郑州大学

**[摘要]** 身体语言,作为一种非语言符号,不仅可以对语言符号起到强调、肯定或减弱、否定等辅助性的作用,甚至可以代替语言进行交际,表达出语言难以表述的隐性内容,是交流最频繁、最无意识状态下使用的语言。在体育教学中,身体语言是体育教师优化教学、实现课程目标的重要手段之一。提高当前体育教师对身体语言功能的认识有助于促进体育教师对于身体语言的使用。本文围绕体育教学中教师身体语言功能的价值和实现方面进行讨论,指出体育教学中实现教师身体语言功能的途径,以期提高广大教师对身体语言功能的认识,进而提高课堂教学质量。

**[关键词]** 体育教学; 教师; 功能

**【DOI】** 10.12252/j.issn.2096-627X.2020.03.1071

身体作为每个人与生俱来的存在,一直是人们关注的焦点,对身体的认知有着独到而深刻的诠释,自人类存在以来,人的身体便与体育活动密不可分。在日常教学中,师生也许能一时停止一时的语言交流,但无法停止发出信息,即身体总是有意无意间通过动作、行为等各种身体形态发出信息。在体育教学过程中,由于受到教学目标、教学内容、教学方法,以及课堂环境、学生实际情况等诸多条件的限制,单一使用口头语言远远不够,体育教师还要运用合理有效的教学技能开展教学活动,从而促使学生树立良好的技能、情感和心理等目标,最大限度地调动学生学习的主动性,在体育活动中不断提升身心素质,陶冶情操,成为社会所需要的人才。可见,体育教师在教学中除了要注意自己的语言、装束之外,还要更特别注意教师身体语言行为。

## 一、身体概念

身体自古以来就是人们关注的焦点之一,我们无时无刻不依赖着身体,身体是人类生存的载体。一直以来,人们对身体概念的认识也存在着差异。“身体”一词的涵义,在当代似乎没什么疑问,即作为一个人的生理组织的整体而存在,可指躯干与四肢。然而,追根溯源,在中国古代的汉语习惯用法中,身体往往会分开使用。“体”主要是指血肉形躯,包括躯干、四肢、五官等。四体大多指身之肢体,可以扩展为身体乃至生命;“身”与“体”相比较而言,“身”所包含的涵义则表现的更加全面,其中有形躯之身的涵义,同时也有生命与自我之义。“身”与“体”在一定程度上还是有所区别,但是大同小异,孟子认为人的身体有大体和小体之分,大体指的是心志,小体指的是口、腹、耳、目自然器官的欲望。小体代表着人们生理器官所存在的自然欲望,是在所难免的,但是作为大体的心可根据小体的发展对其进行适当的规范与调节,尽可能保证自然身体的整体需要下实现身心合一的和谐发展,最终达到最佳状态。身体是古代仁人志士认识世界的起点,一直都是一个经久不衰的话题。不同历史时期的人们受政治、经济、文化、社会的影响,对身体的认知也是不同的,不同的认知直接影响了人们身体观的形成,对身体概念的认知是研究身体观的前提。

## 二、体育教师身体语言的教学价值

1、体育教师身体语言的教学构造价值。示范性身体语言是体育教学的重要组成部分。在我国各级各类学校教学中,体育教师在运用有声语言授课的同时,还使用一种无声语言,即示范性身体语言来辅助完成教学。体育教学中正确的动作示范,不仅可以使学生获得必要的直接感受,以提高掌握动作要领的效率,而且还可以提高学生的学习兴趣,激发学生学习的自觉性,有利于形成正确的动力定型。“动作示范”是学生掌握动作要领、方法和技巧的有效途径,娴熟而优美的示范性动作,可以有效激发学生的学习欲望,使学生获得真切的感觉,是一种动作表象的、高效的体育教学方法。由于示范性身体语言可以向学生直观、生动、立体的展示所描述技术动作的全过程,很多时候达到了有声语言叙述讲解授课无法表达的效果和目的。在体育教学中,每一项运动技术的教学,每一个动作方法的教授,都是由教师语言讲解配合动作示范,之后指导学生练习、教师再示范、再讲解,再指导学生直到达到教学要求。示范性身体语言是我国各级各类学校体育教学至关重要的教学方法和手段,是联结“教师怎么教”和“学生怎么学”的桥梁和纽带。研究示范性身体语言,并使之更好的发挥作用,对于提高我国各阶层体育教师的教学能力和教学水平有着极其重要的价值和作用。

2、体育教师身体语言的教学传导价值。示意性身体语言是体育教学不可缺少的辅助教学手段。课堂教学是人类一种相对特殊传输信息的交流环境,青少年学生正处于世界观、人生观逐渐趋于成熟的重要阶段,他们会从教师每个细微动作中获取和传递各种信息和情绪。课堂上,体育教师简洁大方的着装,举止文明、大方得体的教态,朝气蓬勃的形象,都是师生良好沟通的渠道。一个鼓励的眼神、一丝亲切的微笑、一缕赞扬的目光,有时胜过千言万语的说教,并会引起师生情感的共鸣,这种积极的交流可活跃课堂气氛,减轻学生练习时的压力,增强学生克服困难的信心,有助于教师亲和力的提升,加大教师授课教学感染力,增加学生对于重要信息的接受量,从而有效的提高课堂教学效果。示意性身

体语言是体育教师内心外化的表达形式,只有体育教师在道德、涵养和美学各方面具有较高程度时,才能充分发挥示意性身体语言在体育教学中教和育人的双重作用。由于体育教师的职业特点和体育课的特殊性,其对学生的教育是显性的,体育教师通过自己的面部表情、眼神、手势、身体姿态等积极示意性身体语言持续向学生表达鼓励、赞美、信任的信息,则会对学生“社会化”进程产生促进作用。此外,体育教师运用身体语言有助于对学生大脑的开发。(Dr. Roger Sperry)左右脑分工理论表明,人体大脑左半球负责逻辑、语言和五感等,右半球主要负责空间形象记忆、直觉、情感、身体协调、视知觉、美术、节奏、想象、灵感、顿悟等。“右半球是处理表象、具体形象思维、发散思维、直觉思维的中枢”,当体育教师进行身体语言表述时,学生注意力会集中在视觉空间任务,学生大脑右半球处于相对兴奋状态,并有效的指挥机体完成当前任务。身体语言是形象信号,更多是由大脑右半球调控,而听觉和视觉同步,则是大脑两个半球同时工作,效果会更好。在这个意义上,身体语言在体育课堂上的有效运用不仅能够推进课堂内容的深入,同样能够在生理学和心理学意义上锻炼学生的学习能力。

### 三、体育教学中教师身体语言功能实现

要实现体育教学中教师身体语言的功能及其价值,需要从理论和实践两方面着手。在理论方面,要加强教师身体语言的理论研究,形成体育教师专有身体语言的文化;而在实践方面,一是要提高教师对身体语言的认识,鼓励教师灵活运用身体语言,二是教师教育机构要重视对教师身体语言的培养,开设相应的教师身体语言培训课程。

1、加强教师身体语言的理论研究,形成体育教师专有身体语言的文化,在体育教学中实现教师身体语言的功能,首先要加强对教师身体语言的理论研究和认识。要从理论出发,厘清和统一教师身体语言的内涵和外在表现形式,建构身体语言在教育教学中的运用原则,形成指导性文件和建议供教师选择和运用。在体育教学中,“各种技术动作都是以整体形式表现出来的,全身各个部位的姿势、姿态和动作构成了一个整体的技术动作图像,具有一定的标准和规格,在使用时具有体育学科的性质和特质”。因此,要开展体育教师专有身体语言的研究,形成体育教师专有身体语言的文化,从而指导体育教师教学,充分发挥身体语言在体育教学中的功能。

2、提高教师对身体语言的认识,鼓励教师灵活运用身体语言。思想决定着行动,只有提高教师对身体语言的认识,教师才会在教育教学中运用身体语言来辅助教学,从而发挥身体语言的功能。学校应该鼓励教师灵活运用身体语言,通过脸部表情、眼神、手势、姿势等不同身体动作和姿态的组

合,发挥教师身体语言的不同功能,使教学获得事半功倍的效果。特别是在体育教学中,体育技术动作的姿势、方向、路线、速度、幅度、节奏以及用力强度都很难用言语向学生说明。因此,体育教师要加强对身体语言的认识和研究,提高对身体语言的开发和利用,通过灵活组合身体动作向学生示范说明技术动作的要领,使学生对技术动作获得必要完整的运动表象,充分发挥身体语言的信息传递功能。

3、教师教育机构要重视对教师身体语言的培养,开设教师身体语言培训课程。作为提升教师专业发展的教师教育机构,应该重视加强教师候选人、新手教师和在职教师在身体语言运用方面的培养和培训,开设教师身体语言培训课程,丰富教师教学手段和方法,使教师能够在实际课堂教学中发挥身体语言的功能。针对不同阶段的教师,教师教育机构应开设不同的教师身体语言课程,从教师实际需要和问题出发,使教师了解、理解、掌握身体语言在课堂中对于教学的辅助作用,促进教师对身体语言的灵活运用,解决教师教学难的问题。在体育教师培养培训中,可开设体育技能动作规范指导课,建立教师交流工作坊等,加强体育教师在动作示范、保护帮助等肢体动作上的交流学习,形成规范、有效的身体语言,强化和完善体育教师身体语言的功能。

综上所述,重视对教师身体语言的研究,提高教师对身体语言的认识,培养与培训教师身体语言的运用,将会大大促进教师身体语言功能的发挥,从而帮助教师在体育教学中改善体育教学,增强学生学习体育的动机,并推动体育学科知识的发展。在体育教学中,教师的身体语言是一种重要的教育教学手段和方法,具有信息传递功能、认知评价功能和情感表达功能。教师身体语言功能在一定程度上促进了学生社会化发展、教师专业化发展和体育学科知识发展,实现了学校体育教育“教”和“育”的价值。要想在体育教学中实现教师身体语言的功能,需要各方面的共同努力。作为体育教师文化属性的身体语言,重视和掌握身体语言功能将会大大提高课堂教学质量、丰富教学手段、改善师生关系,从而促进我国体育教学事业高质量发展。

### 参考文献

- [1]马晓佳,董桂东.动作示范在体育教学中的作用[J].科学大众,2018(12):32.
- [2]胡斌.重视“动作示范”在体育教学中的作用[J].中国教育学刊,2019(11):106.
- [3]张红梅.我国体育教学师生体育美育需求的现状与发展研究[D].成都:四川师范大学,2018.
- [4]肖紫来.试谈体育课堂教学过程的优化[J].体育教学,2019(6):12-13.