

# 运动生物学基础中多种教学方法探讨

徐长正 赵梅芬

(云南体育运动职业技术学院 云南 昆明 650228)

**【摘要】** 本文介绍作者在《运动生物学基础》教学中常用到的几种教学方法,并对这几种教学方法进行优缺点分析。总结全篇的观点:具体的教学情境需要不同的教学方法优化组合,没有哪一种教学法是万能的。

**【关键词】** 教学方法; 互动讨论式教学法; 讲授式教学法; 自主型教学方法

《运动生物学基础》课程是云南体育运动职业技术学院五年制运动训练专业的专业必修课,在本专业下开设的《运动解剖》、《运动生理》和《体育保健》等课程教学方面起着关键的基础作用。同时,在指导学生参加竞技体育运动训练和大众科学化健身等方面也有重要作用。笔者作为本课程的专任教师,为了提高本课程的教学质量,对自己在数年的教学过程中使用的不同教学方法做一个探讨和研究。教学方法多种多样,随着信息技术的突飞猛进,新的教学手段和方法也在不断的创新和发展中。在教学改革中,选择合适的教学方法尤为重要。

## 一、互动讨论式教学法

互动讨论式教学法也称共同解决问题型教学法,通过师生的对话与讨论来共同思考、探究、理解和解决问题,由此获得知识技能、发展能力和人格的教学方法。该教学方法主要体现课堂上师生之间有启发性,引导性、自由性、平等性的对话,同时还包括学生与学生之间的自由讨论、自由思考,在方向引导下想自己所想,说自己想说。常常体现在课堂任课教师提问,提示,学生思考,最终把教学知识传达给学生,让学生能主动接纳知识。并让所学知识能形成较长时间的深刻记忆和形成较好的实践应用和创新。比如教材中模块四认识人体项目三的人体的运动,在上这节课之前要求学生通过各种渠道查阅与人体运动相关的资料,对人体运动系统有个基础性的了解,在课堂中以情景引入的方式提出问题:人体运动的机构基础是什么?然后展开讨论,老师提问,学生分组讨论得出初步结论,最后任课教师总结,修正完善学生的结论。让学生体验在讨论中得出的知识要点,增强理解和记忆。此教学方法在教学过程中存在的问题:(1)太多“预设与演练”,知识的“生成”性不足。(2)形式主义色彩太浓(追求热闹和视觉冲击力)。(3)从教师主导变为少数优秀学生主导,一些学生的被动反而被覆盖。(4)学生讨论的内容“低水平”重复。基于以上存在的问题,互动讨论式教学法要取到良好效果要做到以下几点:(1)学生的前置性自主学习要充分,学生要带着有准备的头脑进入课堂。(2)任课教师要激发出学生基本的学习愿望和动机。(3)教师要创造良好、包容,无紧张感的课堂文化氛围。(4)教师要注意控制“情景”,不要轻易表达倾向性的意见,并且还要表现出教学目标与方向性。

## 二、讲授式教学法

讲授式教学法是指教师通过系统的语言描述,展示,讲解,示范来促进学生的一种教学方法,该种教学方法在教学课堂中占据主导地位,是大部分任课教师普遍采用的传统教学方法。讲授式教学法是其他教学方法的基础,是其他教学方法无法替代的,因为从教的角度来看,任何方法都离不开教师的“讲”,其它各种方法在运用时都必须与讲授相结合,只有这样,其它各种方法才能充分发挥其价值。所以,可以认为,讲授是其它方法的工具,教师只有讲得好,其它各种方法的有效运用才有了前提。例如教材中模块三认识新陈代谢任务三的新陈代谢的基本类型的教学中,我认为最有效最直接的方法就是采用讲授式教学法,因为这个章节中的知识比较直观易懂,并且大部分学生已经具有较好的相关知识基础。所以我在上课前就整理好自己所要授课的知识的逻辑性,将本节的知识以较强逻辑描述、展示、讲解给学生。让学生直接直观接受新陈代谢的两大基本类型。相反如果这

节知识如果采用其他教学方法,往往会把简单的知识复杂化,学生容易产生反感情绪,失去学习兴趣和动机。

讲授式教学虽然是一种“古老”的教学方法,但是其优缺点也非常的明显。优点:(1)大幅提高课堂效率和效果;(2)知识的条理性 and 系统性好;(3)能更大程度的发挥教师的专业优势;(4)充分发挥教师的主导作用;(5)有更好的知识总结功能。缺点:(1)学生接受知识比较被动,不主动;(2)有利于认知能力的形成,不利于操作能力的发展;(3)易使学生产生依赖心理,缺乏主动创新。以下情景适合采用讲授式教学法:

(1)学生已有相关知识的背景经验;(2)知识具有严密逻辑思维性。(3)课程资源更多来自教师;(4)讲授者有显著的知识优势。

## 三、自主型教学方法

自主型教学方法是指学生独立地解决由本人或教师提出的课题,教师只是在学生需要的时候提供适当帮助的教学方法。这种教学方法的特征是学生的自主学习活动在教学中占据主导地位,不是在教师占据主导地位。该方法能有效培养学生自主学习能力尤其是研究、独立思考、自己动手能力。

自主型教学方法适用于研究型学习、社区服务、社会调查、自学与自主阅读,布置家庭作业等,在各门学科教材中,都会或多或少的出现一些有关社会调查、自主阅读的章节或要求,这类章节就适合使用自主型教学方法。比如《运动生物学基础》教材中模块二认识细胞项目三任务四的细胞的癌变的教学中,由于这个教学任务偏重于自主阅读和自学的章节,所以这节课的教学中主要采用自主型教学法,我只是从旁指导和帮助,大部分知识点靠学生总结和归纳。在课堂中充分发挥学生的积极主动性,通过自己阅读了解关注当今世界面临的重大社会性问题和人类健康问题,更重要的是增长学生的自我健康意识。自主型教学方法的也有自己的优缺点。优点:(1)可以提高知识掌握的效果;(2)促进学生良好学习态度和学习心态的形成;(3)提高学生的自主自学能力。缺点:(1)学生在自主阅读,自主学习中知识点归纳不全,重点把握不准,需要教师从旁引导。(2)在课堂中学生自主性有时候老师不能控制,学生一听是自主阅读往往就是装样子偷懒,课堂效果不明显等。

## 四、结语

教学需要责任能力,教学需要处理矛盾,所以高校课堂教学一定要有教学方法。需要强调的是具体的教学情境需要不同的教学方法优化组合,所选择的教学方法要形成一个具有内在统一性的体系或结构。从今天的教学观来看,能够体现建构式的学习,能够促进学生发展的教学方法都是有效的,没有哪一种教学法是万能的。

## 参考文献

- [1]王广虎,冉学东.体育运动的生物学基础[J].成都体育学院学报,1995(01):13-17.
- [2]张慧敏,李晖.运动生物化学理论课教学现状分析与对策研究[J].西昌学院学报(自然科学版),2013,27(03):83-85.
- [3]黄世虎.研讨式教学的基本理念与实践模式[J].黑龙江教育学院学报,2010,29(01):72-74.