

信息化教学在踩高跷教学应用中之我见

宁丽青

(广西民族中等专业学校 530199)

[摘要] 信息化技术高度渗透了当今的教育,它对提高课堂教学的效率起到事半功倍的作用。几年来我在体育教学尝试利用信息化技术进行辅助教学,收到了意想不到的效果。踩高跷是一项民俗活动,深受学生的喜欢。但是它并不是我地区的民族运动项目,大家仅限于网络上见到,完全没有接触过,那么我是如何通过信息化教育手段,将它带入我的体育课堂?在此我总结出踩高跷教学的一些做法,希望对需要的同行能有微弱的帮助。

[关键词] 信息化教学;民俗;踩高跷;踩高跷踢足球

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-6261.2020.12.309

一、课前通过信息化手段了解踩高跷起源

高跷被称为秧歌,也被誉为“东方芭蕾”,深受老少喜爱。踩高跷被分为“文跷”和“武跷”,文跷就是在高跷上进行剧情表演,如唱戏等。武跷难度较大,需要翻跟头或者摔跤、表演倒立、跳高桌、叠罗汉、劈叉等动作。

高跷流行在四川、山西、宁夏、山东等农村,所以关于高跷的发源地说法不一。据秦朝《列子·说符》记载:宋有兰子者,以枝干宋元。宋元台而使见其枝。以双枝长信其身,属其胫并趋并驰,并七剑迭而跃之,五剑常在空中,元君大惊,立赐金帛。可见,在秦朝这种高超的技艺就出现,并且踩着高跷可以表演剑术等。表演者不但以长木缚于足行走,还能跳跃和舞剑,高跷分高跷、中跷和跑跷三种,最高者一丈多。北方的高跷秧歌中,扮演的人物有渔翁、媒婆、傻公子、小二哥、道姑、和尚等。表演者扮相滑稽,能唤起观众的极大兴趣。南方的高跷,扮演的多是戏曲中的角色,关公、张飞、吕洞宾、何仙姑、张生、红娘、济公、神仙、小丑皆有。他们边演边唱,生动活泼,逗笑取乐,如履平地。据说踩高跷这种形式,原来是古代人为了采集树上的野果为食。踩高跷之所以流传千古,是因为高跷本身的3个特点:高、奇、险。

现代踩高跷比赛类型:在湖南省少数民族传统体育运动会上高脚马分为竞速和对抗两项比赛。所谓的竞速,就是比谁跑得快,可在平地或田径场上进行。比赛的距离有50m、100m、200m、400m和4X100m接力跑。所谓对抗,就是我们常说的撞架,在规定的场地上,骑在竹马上,各自在规则的范围内运用各种攻防技巧,将对方撞倒地或打下高脚马,自己仍骑在竹马上为胜利。高脚马的比赛,除了竞速和对抗外,还可以进行越野、障碍和竞艺比赛。

二、明确踩高跷的意义和作用

踩高跷活动可以愉悦身心、锻炼身体,并发展学生的平衡能力和协调、灵敏、力量和耐力素质,还能提高学生生活中勇于克服心理恐惧,不断挑战自我,体验收获成功的喜悦,培养学生团结合作和敢于拼搏的精神。

踩高跷可以培养学生的运动能力、组织能力和敢于展示自我能力,全面提高学生身体素质,培养自信心。踩高跷课堂教学中,同学们在教师的指导下以自学自练为主,小组练习与竞赛展示相结合,这更充分体现了自主探究学习和合作学习的重要性。

踩高跷入门技术熟练掌握之后,接下来是以踩高跷游戏比赛为主要活动内容,鼓励学生共同挑选出自由活动有趣的游戏比赛方法,并共同制定出游戏规则,既要考虑到安全性,还要考虑到学生间的相互配合,培养了学生的创新能力和主人翁学习态度。

三、大量收集踩高跷的文献和观看视频、图片

讲解和示范是体育教学的一个重要环节,是学生将对要学习的技能在大脑里形成一个表象的过程,所以教师可以视觉、听觉促使学生得到相关的信息是关键环节。

因此,如何让学生对全新的一个运动项目建立学习的欲望和明确学习的方法,资料和图片是完成整个技能课的授

课突破点,所以将收集好的文献、图片、视频等资料进行整合,制作出适合自己课堂使用的多媒体课件,运用多媒体课件来解决教学中的重、难点。把教师自己很难示范清楚的技术环节用DV、动画或影像的形式表现出来,帮助学生看清每个技术细节,使学生更快、更全的建立起动作表象,对帮助学生快速掌握学习内容,提高教学效益是非常明显的。

四、制定踩高跷教学实践步骤

通过视频、图片、文献、PPT或者教师本身的示范,通过QQ、云课堂、雨课堂等,将教学视频、学生练习的动作,重复播放给学生看,对于完成练习优秀的学生也起到鼓励作用,而对于出现错误动作的学生,让他们寻找和改正自身错误动作,促使学生更快掌握正确的踩高跷技术动作。课中,教师对学生优秀动作和容易出现的错误动作加以比较分析,激发学练的积极性,展示自己,由被动接受变成主动学习。以下是本人通过实践制定的踩高跷教学环节:

1. 基本功练习。

可以通过播放视频或者展示图片,介绍高跷的知识、玩玩练练高跷乐。通过教师示范展示学习掌握踩高跷的基本方法和创新多种玩法,直到能踩在高跷上平稳的走动。

高脚马可用木质、竹质、铁质或其他制成,高脚马踏镞,男子马脚高度不低于30cm,女子马脚高度不低于25cm。

学习踩高跷之前,可以让学生先自由体验感受一下高跷的险。接着介绍高跷的结构和各部位名称,学习上跷、下跷。可以采用背靠墙上跷、下跷,因为背靠墙学生心里有安全感,背靠墙上跷、下跷、背靠站立、背靠墙原地走动,最后再尝试迈步。在我教学实践的过程中,采用背靠墙学习踩高跷的第一次课就有95%以上的学生可以在5—20分钟内掌握踩高跷的技术,至少能走出10米以上甚至更远。

2. 创新花样踩高跷。

掌握了踩高跷的基本技术之后,鼓励学生创新花样踩高跷。如金鸡独立、燕式平衡、单人和团体迎面踩高跷比赛、踩高跷游戏“过小溪”、变换图形踩高跷练习、踩高跷过独木桥、踩高跷排球迎面运球练习等。本阶段进一步提高掌握踩高跷的方法,同时时刻强调踩高跷安全参与活动的意识,在老师的鼓励和指导下能完成一些难度动作练习,并且创新花样踩高跷。

3. 直线、转弯踩高跷练习。

本阶段进一步提高踩高跷的熟练性。通过练习直线和圆圈走高跷、踩高跷绕障碍往返接力、踩高跷绕十字柱练习,掌握和提高踩高跷直线、转弯和抗外力冲击的平衡能力的方法,提高学生练习的熟练性和走高跷的人跷一体性。

4. 增加难度的踩高跷练习。

本阶段安排踩高跷上下台阶练习、踩高跷踩气球比赛、踩高跷运球,掌握提高踩高跷踩准、抬高脚步、掉下高跷后快速复位和抗外力冲击的平衡能力的方法,让学生感受高跷、人跷一体,协调性明显提升。踩高跷上下台阶的练习一定要选择宽度、高度适中的台阶,台阶的光滑度要低,否则容易滑到受伤。这个环节的练习最好安排有保护和帮助。踩高跷踩气球的比赛可以在规定时间内看踩破的个数,也可以

以规定的气球个数都被踩破需要的时间来决胜负。因为气球很轻,如果在室外进行,很容易飞得到处都是难以完成,建议给气球灌一点点水或者固定好气球,或者选择无风的位置进行。

5. 挑战高难度的踩高跷练习。

学生能熟练完成直线、转弯、踩准和上下台阶、抗击外力冲击的踩高跷之后,可以鼓励学生完成踩高跷传、接足球游戏,踩高跷绕障碍物运球,踩高跷足球射门练习和尝试踩高跷踢足球比赛。本阶段提高学生传接球能力和转弯控球能力,进一步提高踩高跷走、跑、传接球的技术,直到完成踩高跷踢足球比赛。

本阶段踩高跷难度达到最高,踩高跷踢足球比赛非常具有挑战性,学生兴奋到极点。踩高跷射门让学生很有成就感,学生体验到了运动的乐趣。但是一定要强调安全意识,宁可掉跷也不为争夺一球而受伤的理念。其实,踩高跷的“险”,在第一阶段就很挑战学生的胆量,学生能完成上下跷之后,他们几乎没有踏空摔倒过,在我的教学过程还没

有一人因踩高跷而受伤。站在跷上,学生有危险意识,这是一种本能,他们觉得可以完成才敢跨步。

依靠信息化技术我将踩高跷引入了课堂,从零起点到他们踩着高跷踢足球比赛,信息化教学功不可没。没有信息化技术,我不可能学会踩高跷,更不可能教会学生踩着高跷踢足球,当然,踩高跷踢足球比赛的配合作战需要学生长时间的磨合,更需要学生不断的磨练体能和他们意志力。

信息化教学,让不可能变成可能。您和您的学生不防也试试看吧!

参考文献

[1]伍方清.如何在体育教学中运用信息化教学[J].明日,2018(10):83-83.

[2]翟德辉.信息化技术在体育教学中的应用[J].读天下(综合),2019(8):206-206.

基金项目:课题研究项目GXZZJG2020B103《信息化教学环境下民族传统体育项目教学实践探索》教学实践论文

(上接第300页)

展的需求。但在现实中,部分幼儿园由于受到经济条件的限制,在环境建设和资源开发等方面投入不足,使幼儿思维空间拓展受到限制。为了解决这一问题,教师可以从三个方面切入。首先,要有足够的STEAM素养,运用STEAM思维及已有的资源来设计多样化的情境和问题。这样可以避免在活动中将结果或答案强加在幼儿身上,同时对培养其创造力和灵活性有着较强的作用。其次,教师要自觉将地理、生命科学、自然科学、数学等知识和技能糅合在一起,开展跨学科学习给予幼儿更多样化的活动形式和思考空间,从而促进其思维发散。随着信息技术的发展,生活中有很多设备都可以融入教学中,如平板电脑、贴纸、画笔、AR设备、3D打印机等对实施科学活动有着重要意义。最后,教师也要善于利用各种社会资源,单靠幼儿园本身的教学资源,确实很难为幼儿营造一个高质量的科学教育环境,为此可以与企业或是社会公益性质机构达成合作,制定幼儿园玩具、教具、图书等,为其提供相应的教学资源。同时也要加强对家长的引导,落实家园合作模式,帮助幼儿养成更好的科学态度。

(五) 基于STEAM教育理念组织实践操作

在幼儿园科学教学中,教师应根据实际情况合理创设活动环境,如种植生长习性不同的植物,将其命名为植物大本营,用AR设备展示天体运行,将其命名为宇宙大揭秘等等。辅导学生通过多次探究和剖析,提高科学探究能力。幼儿阶段对游戏的兴趣要更高,教师可以将STEAM理念融入其中,并设计科学游戏区,动植物观察角,提供丰富、多样化的学习

资料,这样可以为幼儿探索科学知识提供更有力的支持,让其充分享受到探索的乐趣^[5]。例如,在活动中通过认识各种各样的镜子和勺子,让幼儿自由探索,通过镜子和勺子的呈像来明白凸透镜和凹透镜的奥妙,让其思维能力和创新能力得到有效提升,并在宽松的环境中健康成长。

结束语

总而言之,以往幼儿园科学教育中,教师更多的是将其与知识教育混淆,更多的还是重视儿童的智力发展,而忽视了这一阶段儿童发展的规律和需求,从而无法满足其学习和发展。为了改变这一问题,可以基于STEAM教育理念整合资源、创设情境等方式让科学活动趣味性更强,能够激发幼儿主动参与到科学知识探究中,从而提高教学效率。

参考文献

[1]沈轩如,朱梦宁.幼儿园科学教育生活化的实施策略[J].新课程,2020(52):240.

[2]麻莉.游戏化模式在幼儿园科学教育中的运用探究[J].新课程,2020(51):208.

[3]鲁亚妮.浅析幼儿园的“去小学化”科学教育[J].新课程,2020(51):96-97.

[4]赵万霞.幼儿园科学教育游戏化的实施策略探析[J].考试周刊,2020(A2):167-168.

[5]易强文.PBL教学模式在幼儿园科学教育活动中的应用研究[J].成才之路,2020(34):48-49.