

完整教学法在田径普修课中的教学研究

马瑞红

延安大学体育学院, 中国·陕西 延安 716000

【摘要】以延安大学体育学院体教专业18级2班和社体专业18级1班的田径普修课的考试成绩为例。主要采用了教学实验法和测试法。结论:完整教学法适合普通高校田径普修课的教学,教学效果良好。男生掌握完整的技术动作比女生快,更适合采用完整教学法。

【关键词】完整教学法; 田径普修课; 教学研究

为了选取更好的教学方法,本研究对30名受试者的考试成绩进行了归纳和总结,为后续的田径普修课能顺利开展提供一定的参考。我校历年来实行教考分离制度,教学目标和任务明确、具体,教学内容针对性强,场地器材有保障,教学与科研齐头并进,为预期的教学效果提供了有力的保障。目前,教学改革已经成为主流,但“分解与完整法”教学方法依旧处于主导地位^[1]。

1 研究对象与方法

1.1 研究对象

延安大学体育学院体教专业男生15名,社体专业男生6名、女生9名,共30名。

1.2 研究方法

1.2.1 文献资料法

通过中国知网查阅了相关的期刊论文和硕士学位论文40余篇。

1.2.2 教学实验法

30名学生都作为实验组,采用了完整教学法授课。教学时数为16学时,没有进行课后辅导。为了统一考试尺度,由学院安排其他教师监考。

1.2.3 观察法

观察内容:学生的情绪变化、注意力是否集中、身体的疲劳程度、伤病情况及每一次动作的规范程度、间歇时间、练习时间和次数等。

1.2.4 测试法

主要采用考试的实测数据,技术评定分数仅作为参考。

1.2.5 数理统计法

使用SPSS19.0统计分析软件对原始数据进行处理,然后对跳

表1 在五项考试中的及格率和构成比

项目	考试人数(人)	及格人数(人)	不及格人数(人)	及格率(%)	构成比(%)
100m	15	15	0	100	18.5
铅球	15	13	2	86.7	16.0
标枪	15	12	3	80.0	14.8
跨栏	15	14	1	93.3	17.3
跳高	30	27	3	90.0	33.3
合计	90	81	9	90	100

(数据来源:用普通计算器通过公式计算得出的及格率和构成比)

高数据进行了相对数分析、正态性检验和频数分布统计。

2 结果与分析

按照本科课程教学大纲的要求,体教18级安排了两个学期的田径普修课,社体18级只安排了一个学期。

2.1 30名学生的及格率和构成比

由表1数据可以看出,100m的及格率能达到100%。在整个背向滑步推铅球教学中采用完整教学法,并在教学课时少的情况下能够取得较理想的教学效果^[2]。

从及格率看出,在五项考试中,及格率的排名为:100m第一,跨栏跑第二,跳高第三,铅球第四,标枪第五。合计率为90%,说明总体水平达到了优秀,也说明完整教学法在实践课中的运用基本成功。

从构成比看出,所占比例大小的排序为:跳高第一,100m第二,跨栏第三,铅球第四,标枪第五。在五个项目中,跳高在整体中占的比重最大,标枪最小。

2.2 男、女生在三项考试中及格率和构成比

表2 男生在三项考试中的及格率和构成比

项目	考试人数(人)	及格人数(人)	不及格人数(人)	及格率(%)	构成比(%)
标枪	6	5	1	83.3	16.1
跨栏	6	6	0	100	19.4
跳高	21	20	1	95.2	64.5
合计	33	31	2	93.9	100

(数据来源:用普通计算器通过公式计算得出的及格率和构成比)

由表2数据可以看出,从及格率来看,跨栏跑第一,跳高第二,标枪第三。跨栏跑和跳高的及格率达到了优秀,而这两项是田径项目中难度比较大的。完整教学法有利于学生建立正确的栏间跑节奏,使栏间跑与跨栏步结合密切,有利于速度的连续发挥^[3]。

从构成比来看,所占比例大小的排序为:跳高第一,跨栏第二,标枪第三。在三个项目中,跳高在整体中占的比重较大。

表3 女生在三项考试中的及格率和构成比

项目	考试人数(人)	及格人数(人)	不及格人数(人)	及格率(%)	构成比(%)
标枪	9	7	2	77.8	31.8
跨栏	9	8	1	88.9	36.4
跳高	9	7	2	77.8	31.8
合计	27	22	5	81.5	100

(数据来源:用普通计算器通过公式计算得出的及格率和构成比)

由表3数据可以看出,及格率的排序:跨栏第一,跳高和标枪并列第二。在标枪、跨栏跑和跳高三个项目的考试中,男生的及格率都高于女生。说明在同样的学习环境下,男生比女生能更快的掌握完整技术动作,并在考试中能正常发挥。

构成比的排序为:跨栏第一,跳高和标枪并列第二,跳高在整体中占的比重较大。

从合计率数值来看,男生为93.9%,达到了优秀水平;女生为81.5%,达到了良好水平。

2.3 正态性检验

表4 21名男生跳高成绩的检验统计量

跳高	
卡方	6.667
df	6
渐进显著性	0.353

(数据来源:通过正态性检验,主要输出结果:检验统计量)

表5 9名女生跳高成绩的检验统计量

跳高	
卡方	2.000
df	2
渐进显著性	0.368

(数据来源:通过正态性检验,主要输出结果:检验统计量)

结果显示:渐进显著性 $P=0.353 > 0.05$,可以认为男生跳高成绩的概率分布是服从正态分布的; $P=0.368 > 0.05$,也可以认为女生跳高成绩的概率分布是服从正态分布的。说明男、女生的考核标准比较合理。

3 结论

3.1 完整教学法适合普通高校田径普修课的教学,产生了良好的教学效果。与男生相比,女生掌握动作较慢。

3.2 男生比女生学习技术动作的效果好、心里状态稳定。在教学过程中,要区别对待。

3.3 完整教学法的教学效果达到了学校的要求:考试成绩成正态分布。

4 建议

4.1 场地、器材的保障措施

教师教学、科研都离不开场地器材的使用,所以在教学过程中,能保障场地器材的正常使用和不冲突,也是关键的一环。

4.2 教法的安排

采用不同的教学方法其教学效果存在着差异性,融直观与思维结合和身体练习为一体^[4]。适合学生的教学方法才是最好的,但不一定是最新颖的。在以后的教学中,男生班可以采取完整教学法;男女合班的以完整教学法为主,适当穿插使用其他教学方法作为补充。如讲授法、示范法、分解与完整教学法、练习法与纠错法等^[5]。

4.3 影响因素

上课时间段一般安排在下半年,会有一些不可抗拒的因素。如雨、雪、风、天气干冷、学校组织的活动等都无法控制的。

4.4 教法改革

教学方法的改革,是把不符合现实情况的去掉,也可以运用一些新的教学手段,如幻灯片或视频的放映,手机则是最好的应用工具。

参考文献:

- [1]李铭来.不同跨栏教学方法的使用频次对教育学院本科生跨栏学习效果的影响[D].北京:北京体育大学,2016: IV.
- [2]梁海雄,谢龙章.背向滑步推铅球完整技术教学的实验探讨[J].湖南人文科技学院学报,2007,(06):186-187.
- [3]张玉荣,张殿亮.以完整教学法为主的直道跨栏跑教学研究[J].河北师范大学学报(自然科学版),2005,29(04):427-429.
- [4]张朝勇.高中男生田径跨栏教学中不同教学方法的对比研究[J].体育成人教育学报,2006,22(03):91-92.
- [5]宋巍.TPI教学方法对高尔夫球初学者全挥杆技术影响的研究[D].石家庄:河北师范大学,2016: III.