

基于肌肉记忆训练的打字教学研究

解波

(宁夏警官职业学院, 宁夏银川 750021)

摘要: 本文从高职院校学生的计算机打字技能现状进行分析, 阐述了目前广泛存在于计算机基础课程教学中打字教学章节中的问题, 从实践中总结了一套行之有效、突破常规的打字训练方法, 较好地实现了在较短时间内达成盲打的训练目标。

关键词: 打字; 文字录入; 盲打; 计算机基础

人类文明历史从有文字记载算起, 长达数千年, 然而从农耕游牧文明过渡到如今的科技信息时代, 不过短短的二百年, 回顾人类历史, 仿佛从某个时间点开始, 人类的科技进入了加速爆发的时期。这其中, 代表性的历史进程, 是第一次工业革命和第二次工业革命, 这是所有人在历史课本里都学过的, 在此不再赘述。如今, 第三次工业革命正伴随着当今世界的发展熠熠生辉, 涵盖了原子能、生物技术、信息技术、电子计算机、空间技术, 这其中, 计算机与互联网成为了渗透各个领域的重要生产工具。使用计算机、利用互联网、进行工作、进行生活娱乐, 不论哪个方面, 都离不开文字的录入, 诚然现如今移动互联网时代已经到来, 各种触摸屏设备遍地开花, 但是在使用计算机(笔记本、台式机、一体机)时, 利用实体键盘录入文字, 仍然是最高效最快捷的方式。掌握快速准确的计算机文字录入技能, 是当今社会必不可少的基本职业技能。时代在发展, 对职业技能的基本要求也在不断提高, 90年代电脑尚未普及, 许多机关里有专门的打字员, 现如今, 许多用人单位招聘时已经不会刻意强调打字技能, 并不是不再重要, 而是已经默认为每个人应当具备的基本职业素养。

高等职业学校是培养高素质高学历职业人才的院校, 对学生的实践动手能力有较高的要求, 且人才培养方案通常都以培养职业技能为主要目标。由于时代的进步, 绝大多数院校已经不会将打字作为专门的职业技能课程进行教学, 通常在《计算机基础》课程中简单介绍一个章节, 甚至有些院校并不做专门的教学与考核。然而根据笔者多年的观察与调研, 现阶段高职学生打字技能的掌握程度不容乐观, 有必要重视与专门进行深入的教学研究。本文以笔者多年的计算机教学经验为依托, 从现状分析、问题总结、解决对策等方面, 对计算机打字教学进行了有针对性的设计。

一、高职院校学生计算机基础素养的现状分析

(一) 学生购买与使用计算机的意愿不强

以笔者所在某高职学校为例, 针对2019级、2020级300余名学生连续2年进行问卷调查, 统计结果显示, 大一新生入学1个月后, 拥有个人电脑的比例只有10%左右, 即便进入大二, 购买拥有个人电脑的学生占比也仅有60%左右。

(二) 电脑已经不是大学生活的刚需

与80后90后大学生群体不同, 如今的00后大学生群体, 对电脑的需求已经不是刚需, 问卷调查统计显示, 约80%的学生, 几乎从来不去网咖, 仅有10%的学生经常去, 10%的学生偶尔去, 去网咖的学生主要动机也是为了打游戏。究其原因, 与移动互联网的大时代背景有关, 如今大学生仅仅依靠手机, 便能够满足日常娱乐、网购、网络交友等需求, 从在校生活到校外生活, 都已经很少接触电脑。

(三) 用人单位对毕业生的计算机打字技能的要求与实际情况存在较大落差。我校毕业生主要就业方向为公检法系统的单位, 其中部分岗位对计算机打字有明确的要求, 例如书记员岗位, 招聘公告里对电脑打字速度的要求在90-100个字每分钟。此外, 在

我院各专业教研室历年对行业单位进行调研走访的过程中, 用人单位每次都会提到部分毕业生的办公软件使用不熟练、打字速度过慢等问题, 影响办公效率。

二、计算机打字教学中存在的问题

(一) 教师自身打字技能水平不达标

长久以来, 《计算机文化基础》作为高校学生必修的公共基础课程, 普及程度已经做到了100%, 但是由于各学校的重视程度不同, 打字技能作为计算机基础素养的一部分, 开展教学的方式方法各不相同。部分教师对学情把握不到位, 认为打字应当是中学时代信息技术课的教学内容, 大学没必要再刻意讲授, 把课程重点放在办公软件的教学上。还有部分教师自身尚且无法做到快速准确的盲打, 也没有系统的练习过打字指法, 因此对学生的打字教学缺乏科学有效的训练手段。

(二) 教学方法不科学

笔者刚从事计算机教学工作初期, 也曾经盲目的乐观, 认为打字并不是很难掌握的技能, 只是需要时间多加练习, 只要练习的时间足够, 就能练成盲打。也曾介绍完基本指法规则、演示如何使用软件“金山打字通”以后, 就让学生自己练习。经过多年的观察与分析, 我发现仅仅依靠监督学生自己练习, 大部分学生是无法掌握盲打的技巧的, 或者说, 学生不知道练习的要点在哪里。打字是一种类似舞蹈、体操一样的肢体动作训练, 仅仅依靠演示与模仿练习, 很难成功, 因为个人的练习往往意识不到自己动作的不达标, 离开外部指导与一对一的纠正是不行的。

(三) 学生练习急于求成

在日常教学中发现, 许多学生往往一开始就练习中文打字, 因为潜意识就认为打字主要就是为了中文输入, 一开始就练中文输入, 天经地义。实际上, 中文输入的基础是对键盘字母的熟悉, 在针对大一新生的问卷调查中显示, 约95%的学生无法做到不看键盘盲打, 因此打字教学不应盲目求快, 应打好坚实基础。

(四) 教师只监督练习时间, 忽视指法的正确性指导

打字的本质是熟能生巧, 因此部分老师教学时以强化监督练习时间为主要目标, 上课巡视监督学生练习时重点关注学生有没有偷懒, 有没有做与课堂无关的事, 对于学生手指在键盘上的动作, 缺乏观察与指导纠正。

(五) 初学者的“不适期”难以适应

对于绝大多数人来说, 从食指到小拇指, 灵活度是依次下降的。计算机打字讲究十指并用, 更确切地说, 主要是左右手除了拇指以外的8个指头, 而一个初学者, 一开始就让他练习8个指头一起用, 要面对26个字母键盘加上常用数字标点等按键, 头脑里一定是混乱的, 这种混乱, 不是靠死记硬背键盘布局能够解决的。

(六) 打字游戏并不适合初学者

现在的在线打字小游戏形式丰富, “金山打字通”里也内置了许多打字游戏, 在专业文献资料里也看到有许多教师自行开发了一些富有特色的打字游戏来提高打字教学的趣味性。以笔者自

身练习打字的经历,以及教学多年的经验来看,打字游戏并不适合尚未掌握盲打技能的初学者,因为不能掌握盲打,意味着打字时要手眼并用,且打字游戏大多以时间紧张节奏速度快,初学者在尚未掌握盲打的情况下使用打字游戏,往往手忙脚乱的乱打一气,起不到规范指法的作用。

(七) 学生不熟悉键盘的功能键位使用方法

前文所述,00后大学生没有个人电脑的占了绝大多数,几乎不去网咖的也占了绝大多数,导致他们较少接触电脑。在笔者日常教学中发现,学生对键盘上诸如ALT、CTRL、CAPSLOCK、NUMBERLOCK、SHIFT、TAB、ESC键等功能键位的具体用法与作用,普遍不清楚,个别学生甚至不知道“回车”是哪个键。

(八) 学生的汉语拼音水平参差不齐

高职学校的生源绝大部分来自中职学校,少部分高考成绩较低的学生,这部分学生普遍存在汉语拼音基础不牢固,受方言习惯影响前后鼻音分不清等情况。在计算机打字时,由于当前主要使用拼音输入法,因此拼音的准确度不高就会严重影响文字录入速度。

三、突破常规的计算机打字训练方法探究

(一) 强化就业目标导向,树立职业技能目标

将近些年公检法系统招聘公告中对计算机文字录入有专门要求的部分,在课堂上展示给学生,让学生清楚,计算机打字虽然是人人都会的事情,但是能作为职业技能说,只有达到快速准确的程度,才能被用人单位青睐。而以目前的现状分析,绝大多数应届毕业生的打字速度都难以满足用人单位的要求,掌握了盲打速录的技能,就能够在求职竞争中脱颖而出。

(二) 单手指分区训练

以“金山打字通”为代表的打字练习软件,虽然在软件内将键位按照手指分工做了颜色分区标记,且每个字符打字时都有手指图形提示,但是从实际应用的情况来看,绝大多数学生练习打字时不按照手指分区练习,也不看软件内的手指提示,而是哪个手指习惯就用哪个手指,无名指和小拇指几乎不用。一次性要用上8个手指,且要记住26个字母键位和10个数字键位,短期内是一个巨大的困难。为此,我设计了一套分步练习,循序渐进的打字练习方法,以单个手指为每个阶段的练习目标,集中短时间只练习单个手指的键位。例如,左手食指负责45RTFGVB这8个键位,右手食指负责67YUHNJM这8个键位,那么一个阶段只让学生专门练习左手食指,等到能够做到盲打左手食指的8个键位以后,再换练习右手食指,以此类推。编排练习的字母顺序时,不可以键盘上键位的排布顺序进行,例如4RFV四个键位,依次从上到下排列,则不应以此顺序编排练习文件,否则练习者只记得从上到下连续的4个键,具体哪四个难以刺激大脑形成记忆,可按照F4VR、4VRF这样的顺序编排打字练习文件。练习时要强调,初期不追求速度,但要少低头看键盘,直至完全不看键盘。单个手指练习,大大降低了难度,也容易在大脑内短时间形成记忆,有利于增强学生的成就感,提高打字练习的兴趣。

(三) 科学利用课堂时间

打字训练虽然是熟能生巧的一种技能,但是科学有效的训练方法,可以起到事半功倍的效果,让达成目标需要的训练时间大大缩减。课堂时间以培养正确的指法习惯为主要目标,因此教师在学生练习期间做好巡视监督工作,并注意观察每名学生的手指动作是否标准,及时纠正错误的指法,必要时亲自一对一演示指导手指的姿势与摆放位置。在以往的教学经验中,笔者发现不管集中讲授多少次,依然有学生没理解或者没听进去,在巡视学生

练习时发现未按讲授的要求做,因此一对一的检查与手把手地纠正,就成为打字教学中必不可少也是非常重要的教学手段。

(四) 科学利用记忆曲线规律

根据德国心理学家艾宾浩斯的研究,人的记忆会随时间的流逝而逐渐减少,这个过程并不是简单的线性减少,而是呈现出一种特殊的规律,艾宾浩斯通过大量的试验,做出了著名的艾宾浩斯记忆曲线,按照记忆曲线制定学习与复习计划,可以有效减少遗忘,提高记忆力。考虑到初期的指法练习较为枯燥,一次课长达90分钟,学生很难在如此长的时间下保持高度注意力,因此结合了心理学上的另外一种方法,称为番茄工作法。具体做法如下,例如食指键位练习25分钟,然后让学生休息5分钟,然后练习中指键位25分钟,然后休息5分钟,然后再练习食指键位25分钟。这种方法可以让大脑劳逸结合,且符合记忆规律,可以将课堂练习时间最优利用。

(五) 教学与课程思政相结合

2020年教育部要求高等院校在课程中融入思政元素,构建全员、全程、全课程育人格局,以立德树人为教育理念。打字教学看似枯燥无味,其实大有可为,教师可以将《习近平在庆祝中国共产党成立一百周年大会上的讲话》《习近平关于全面依法治国论述》等富有思政意义的文章作为打字练习的素材导入打字练习软件中。

(六) 自始至终秉持“不看键盘”的训练原则

打字技能训练,归根结底,是一种肌肉记忆的训练,与武术、舞蹈的训练类似。在训练过程中,培养的是动作习惯的养成。与背课文、背单词等文化知识的掌握不同,肌肉记忆的形成,需要更长的时间与更多的练习次数,而形成肌肉记忆的过程不应当有视觉参与,因为人类的生理特征决定了,一旦视觉感官参与进来,大脑更多的是侧重于视觉记忆,这会显著干扰肌肉记忆的形成。这也是为什么很多人,包括很多教师,使用电脑十几年,都无法做到盲打,虽然对键盘已经十分熟悉,但是打字时仍然要时不时低头看键盘,这就是长期的视觉干扰,阻断了肌肉记忆的形成。因此,在熟悉键位、培养指法的阶段,就要强调与监督学生,不看键盘,以手指的“摸”为主,去感受各个键位相较于基准键位“ASDFJKL;”的位置,从而培养手指精准的击键方向感与距离感。

(七) 以考核为导向,提高学生重视程度

当前绝大多数高校的《计算机文化基础》课程教学大纲中并未涉及文字录入的章节,在课程考核体系中也未体现文字录入速度在成绩中的占比,这是绝大多数大学生毕业后依然打字速度偏慢的原因之一。因此,要从课程考核开始改革,将文字录入速度作为课程期末成绩的一部分,这样才能使学生有压力有动力去利用课余时间练习打字,而不是仅仅依靠课上的若干个小时。

综上所述,计算机打字作为一个办公领域必不可少的职业技能,影响着办公效率,也影响着学生的就业竞争力,必须引起各高职院校的重视。只有科学合理的训练方法、因材施教的教学手段,才能在较短时间实现打字技能的飞跃式进步。

参考文献:

- [1] 温雪. 浅析职业能力的教学改革探索与实践——以高职计算机应用基础课程为例[J]. 卫星电视与宽带多媒体, 2019(024): 52-53.
- [2] 明亚男. 基于能力培养的正确打字习惯养成研究[J]. 成才之路, 2017(8): 1.