

# Gangj Yungh Yenjcwnqz Gyauyuz Swhyenz Daez-sang Cuengh Gun Song Vah Saw Sonhag Yauliz

## 谈巧用远程教育资源提高壮汉双语课堂教学效率

□ 磨宏万

【摘要】现代远程教育作为一种较新型的教育形式,已逐渐为社会大众所熟悉和接受,成为有效弥补教育不公的有效途径之一。古人云:“工欲善其事,必先利其器。”远程教育资源的应用是推动教育发展的利器,它改变了传统教学的单一呈现模式,为学生提供了更多的创新和发现新知的机会。因此,壮汉双语教师可以巧用远程教育资源为壮汉双语教学服务,更好地充实我们的壮汉双语课堂教学,提高课堂教学效率。

【关键词】远程教育资源 壮汉双语教学 提高教学效率

远程教育资源集图、文、声、像于一体,为师生提供了生动、形象、逼真的教学素材。丰富多彩的教学资料,使学生从一个抽象的教学环境进入到一个色彩缤纷、声情并茂、动静结合的教学环境,促进学生手脑并用,思维集中,实现师生互动,有力地提高了学生学习兴趣,充分调动了学生的学习积极性,让学生真正地喜欢学习。同时,远程教育资源可以替代教师枯燥乏味的讲解,从而改变传统的“一支粉笔、一块黑板、一张嘴满堂灌”的传统教学模式,优化课堂教学过程,减轻学生过重的课业负担,拓展学生的思维,促使学生进行自主、合作、探究式学习,培养学生的创新精神和实践能力,促进学生全面发展,提高学生的综合素质,大大提高课堂教学效率及效果。远程教育资源来源广泛,可时时更新,也可重复使用,还可根据需要自行改动、自己制作,存储简单、长久,同时还能实现教

学资源共享。

在壮汉双语教学中,还是以教师为主导,学生为主体,将壮汉双语教学与远程教育资源进行有针对性的、适度有效的整合,就会使壮汉双语教学如虎添翼,进一步提高壮汉双语课堂教学的效率。

### 一、巧用远程教育资源,省出教学时间

在壮汉双语教学中,一般传统的方法就是板书,图画自己当堂画或课前准备好后用图片展示。教师需要准备生字卡片、小黑板、图画等教学用具。上课时,需要教学生学习生字,读准壮语的字音、汉语的字音,还要理解课文内容。如:在教小学二年级语文上册《Doenghduz Gvaqdoeng》《动物过冬》这篇课文时,教师需要准备生字卡片、小黑板、图画等教学用具。上课时,需要教学生学习生字,读准壮语的字音、汉语的字音,还要理解课文内容。需要借助图画来描述冬天的情形,喜鹊、青蛙的模样。此外,由于壮汉语结合,老师要在板书壮文生词的基础上,再在壮文下面注明汉文,如:roegdingheng 杜鹃, lau 怕, ningzvaqdoeng 冬眠; daemz 池塘。虽然老师在课前准备了很多教具,但是在教学过程中,由于板书过多,老师还是会显得手忙脚乱。如果借助于远程教育资源,这些问题便会迎刃而解。如出示生词时,只需要按一下鼠标,相应的生词就出现了,课堂教学就不会出现停顿现象,这样一来就节省了大量的板书、绘画时间,大大地提高了课堂效率。

### 二、巧用远程教育资源,扩大信息容量

远程教育资源辅助壮汉双语教学,可以提供逼真、生动的资料背景等,弥补了双语课堂教学的不足。在制作壮汉双语教学课件时,我们随时可以将不同的信息,如,文字、图像、动画、声音等资源有机地集成在一起,进而展示事物的本质特征与内在联系,使抽象的图形、文字、情景变成赏心悦目的画面,创造一种生动活泼的教学环境,吸引学生的注意力。如在教小学一年级语文下册的《世界多美呀》时,传统的教学是在展示小鸡出蛋壳的图片时,通过老师的语言描绘,让学生理解小鸡出壳时看到的景象,很抽象,难以理解。而利用远程资源教学时,我们可以在网上下载小鸡出壳时的视频,让学生看到小鸡出壳的动态情形,适时地讲解(Gaeqlwg mboujok seiz, youq ndaw gyaeq yawjraen seiqhenz cungj dwg henjlwglwg; dot okdaej le yawjraen gwnzmbwn dwg lamzsumsum, gofaex dwg ……)再用课件展示天空、树木、小河的美景,使学生由抽象的感知变成直观的理解,加深印象。

### 三、巧用远程教育资源,优化教育情境。

陶行知的创造教育思想认为,凡是一切能让学生主动活动的机会和条件,都可以成为促进学生和谐发展的环境。壮汉双语教本中,收录的文本有一些距离学生生活太远的内容,比如一些反映高科技的和古代生活的内容,学生不容易理解,只有借助多媒体,再现生活环境。如在教学《桂林山水》时,绝大部分学生没有到过桂林,对桂林山水可能

很难感知,我们可以通过播放教学光盘,让学生看到象鼻山、漓江的图片,听到刘三姐的歌声,看到游人如织的视频,以此体会桂林山水甲天下之美,由衷地赞叹:“gij gingj neix gaejlai gyaendei ha!”

小学生对远程教育资源中的图像和音响效果都很感兴趣。因此,我们在教学中要做到巧用远程教育资源,创设生动逼真的情景。一种生动活泼的教学氛围,来刺激学生的感官,调动学生的有意注意,使学生“愿学、爱学、乐学”,达到激发他们的学习需求之目的,才能收到良好的教学效果。如在教学《月光曲》一课时,一边读课文,一边播放贝多芬的《月光曲》录音课件,这样使学生感受到了每一行文字与每一段音乐的联系,文中内容起伏变化正反映了音乐高低各异。“皮鞋匠静静地听着……”这段文字反映了乐曲中蕴含的思想意境。让学生不由得说:“Diuz go neix yienghneix ndeidingq ha! Gou lumj byaij daengz henzhaj lo.”如果不是亲耳所闻,决不会有身临其境之感。这样使学生从音乐美和情景美中充分感受到了文章内在的语言美与外在的形式美,从而受到了美的熏陶。

综上所述,在壮汉双语教学中巧用远程教育资源,可以为教师省出教学时间,扩大课堂信息容量,优化教育情境,切实提高壮汉双语课堂的教学效率。将远程教育资源引入壮汉双语课堂,是提高壮汉双语教学水平和课堂教学效率的必经之路。

(作者工作单位:上思县思阳镇江平村小学)

# Gangj Gij Fuengfap Cuhcungh Hagseng Lienh Dwk Lanzgiuz

## 浅谈初中生篮球基本功训练方法

□ 唐旭灯

【摘要】篮球技术水平的巩固和提高很大程度上依赖于学生的篮球运动兴趣度,取决于基本功的强弱。重视基本功的教学,使学生通过篮球基本功的技术练习,将为提高篮球技术水平打下坚实的基础,使学生终身受益。

### 【关键词】篮球基本功 训练 教学

篮球技术水平的巩固和提高很大程度上依赖于学生的篮球运动兴趣度,取决于基本功的强弱。由于篮球基本功练习具有较强的趣味性、实用性,所以它也吸引了学生对篮球运动的兴趣。近年来,随着体育教学改革的不断深入,篮球教学也应从形式、教学、内容安排上进行改革。如果从片面追求投篮命中率、力量训练,忽视基本功教学的误区中走出来,重视基本功的教学,将会使学生通过基本功的篮球技术练习,为提高篮球技术水平打下坚实的基础,让学生终身受益。

### 1 分析与研究

篮球基本功的内容大致包括以下四个方面。

#### 1.1 技术基本功

技术基本功是指在建立正确的技术动作概念、掌握正确的技术动作的规格基础上,突出其对抗性,在规则允许的范围内准确运用技术的能力水平。一般包括了传接球,投篮,运球,持球突破,移动,抢篮板球,防守对手,抢球,打球和断球等基本技术。

#### 1.2 战术基本功

战术基本功是指建立在个人战术行动和二、三人的战术基础配合上的全队战术数量、质量和水平。篮球基本战术一般分为进攻与防守两个部分。

#### 1.3 身体素质基本功

这是技、战术基本功得以发挥的前提。队员只有具备发挥技术战术能力所必需的速度、弹跳、力量和耐力,才有可能具备在地面对抗中快速超越的能力、在高空争夺中超群的弹跳能力、在短兵相接的激烈对抗中的爆发性快速力量的能力、以及在长时间争夺中保证技战术得以正常发挥的持久能力。

#### 1.4 心理自控基本功

心里战术基本功是指队员运用各种方法对自己的心理施加影响的自我控制和调节心理状态的能力、独立思维和解决问题的智力、克服各种心理障碍的能力等。

### 2 篮球基本功的教学

从调查结果看,在考虑到篮球基本功教学的可变性和系统性的特点的基础上,我们对篮球运动训练设计了新的教法 and 教学原则。

#### 2.1 技术基本功的教学

一般包括了:传接球,投篮,运球,持球突破,移动,抢篮板球,防守对手,抢球、打球和断球等基本技术。

##### 2.1.1、关于传接球技术教学

篮球中有以下几种主要的传球方式:胸前传球,从胸前传球快速、有效,是最常用的传球方式;(双手)击地传球,击地传球通常用来将球从防守队友张开的手臂下传出,(双手)头上传球,我们经常看到在篮球比赛中抢到篮板球的队员用这种方式将球传给位于远处前场处于有利位置的队友。我们发现,如果在教学中增加传球技术的二人练习比重,通过各种传接球技术动作的练习,就能逐渐形成了基本战术的雏形,如传切配合,突分配合等。

##### 2.1.2 关于投篮技术教学

篮球技术中有多种不同的投篮方式,一般有:单手原地投篮,行进间单手高手投篮和跳投。如果篮球运动员想成为球队中的主要得分手,他(她)就需要掌握几种不同的投篮技术。所以,应根据篮球运动员所处的具体比赛情况来判断采用哪种技术。如果篮球运动员站立持球,并处在自己的投篮攻击区,他(她)可以采用原地投篮或跳起投篮。如果能够运球至篮下,他(她)就可以采用跑动上篮的技术。

##### 2.1.3 关于运球技术教学

运球在篮球训练或比赛中相当重要。一般认为,应该用手指运球,而不是手掌。运球高度最好不要超过腰部。开始先学习在原地运球,熟练后可以一边运球一边走动。增加个人控球能力的教学重点内容,减少以投篮教学为主的教学比重。在控球能力的教学中,大大增加二人的对抗练习,通过练习大大提高了动作的实用性、创造性、趣味性,让学生体能对抗的同时,充分发挥个人的聪明才智,想象力,以完成各种攻防技术。

##### 2.1.4 关于持球突破技术教学

持球突破是持球队员得球后,在开始运球前,结合非中枢脚的蹬跨变化、推放球技巧和运球技术等,迅速超越对手的一项攻击性很强的技术。这种技术一般是在接到球、且防守者又很靠近时使用。持球突破与投篮、传球等的结合及相互转换,更能提高运用效果。

#### 2.1.5 关于移动技术教学

移动是篮球比赛中为了改变位置、方向、速度、争取高度等所采用的各种脚步动作的总称,是篮球重要的基本技术之一。增加脚步移动动作的教学内容。如低重心滑步、起动、急停、变方向跑等练习,队员需要有顽强的意志品质,持之以恒,刻苦练习脚步动作,才能对篮球技术水平的进一步提高打下扎实的基础。

##### 2.1.6 关于抢篮板球技术教学

篮板球是影响比赛胜负的重要因素之一。学好抢篮板球技术必须要具备勇猛顽强的作风和每秒必抢的思想及行动准备,还要掌握篮板球反弹的基本规律。教学中应增加以比赛形式进行冲抢篮板球的训练,要求个人有迅速判断反弹位置的能力,脚步动作快速抢占有利位置,起跳及时等等。

##### 2.1.7 关于防守对手技术教学

一般教学中的防守基础配合是二、三个防守队员利用合理的技术、协调的动作破坏进攻的一种方法。配合方法主要包括挤过、穿过、绕过、交换防守、关门、补位和夹击等配合。

##### 2.1.8 关于抢球、打球和断球技术教学

抢、打、断球技术是防守中具有攻击性的技术,在比赛中的作用也是相当重要的。在教学中应要求:进行抢、打球时,要保持正确防守位置,控制身体平衡,抢、打球动作要果断,主要以小臂、手掌、手指短促动作突然抢、打球。

#### 2.2 战术基本功的教学

战术基础配合包括进攻与防守两个部分,攻防各有不同的配合方法。

##### 2.2.1 进攻战术

主要包括:快攻、进攻人盯人,进攻全场区域紧逼;进攻区域联防等。进攻中几个人间的基础配合,是组织全队进攻战术的基础,常用的有传切、突分、掩护、策应四种。

2.2.1.1 在教学训练中首先要使学生了解配合的概念、运用时机、配合方法和要求。重点分析配合时机的捕捉和利用、配合条件的选择以及队员之间配合动作的协同和应变等。

2.2.1.2 教学训练中应注意强调培养和提高协作精神和配合能力。

2.2.1.3 教学训练中应狠抓基本技术,如移动摆脱、假动作、传接球、投篮等,注意增加练习的数量,提高练习质量。

2.2.1.4 教学训练中应强调假动作与变化、配合时机、配合意识、配合能力和应变能力的

训练与提高。

2.2.1.5 应狠抓困难条件下的练习与提高,通过教学比赛来巩固,提高配合的质量。

2.2.1.6 注意根据教学对象的具体条件和特点进行训练。

2.2.1.7 练习方法要从教学对象的实际情况和实战需要出发,任何一个练习方法都要考虑时机、方向、地点、条件、动作和变化以及突然性、合理性等诸因素。

2.2.1.8 适当增加半场“三对三”教学比赛,与现行世界流行的街头“三人”制篮球比赛接轨,让运动员的基本技术得到充分发挥,同时使身体素质得到全面发展。

### 2.2.2 防守战术

防守战术有防守基础配合、人盯人防守、区域联防、全场区域紧逼、混合防守等方法。当前防守的总趋势是向攻击性方向发展。防守基础配合是组成全队防守战术的基础,它包括有交换、穿过、绕过、挤过、关门、补防和夹击7种。防守基础配合的攻击性在于积极主动的破坏对方的习惯配合,最大限度的控制对方队员的活动和队员之间的联系。防守基础配合的质量好坏,取决于个人防守能力和协同防守的意识。

### 3 总结

以注重基本功教学的篮球教学法,体现了篮球运动项目本身的趣味性、实用性、创造性、观赏性,还有团结协作等特点,比较适合篮球运动队训练需要。其中,传运投等基本功的训练都要经过一个“由易到难”,“由简到繁”的教学训练过程。在这个过程中,为了进一步完善新的篮球教法,一方面,教师必须加强创设和研究,挖掘出新的教学内容和方法,以便进一步充实新的篮球教学;另一方面,初中生篮球爱好者应不断地复习巩固正确的技术动作,纠正错误的技术动作,加强各种意识,苦学基本功,加深对篮球运动的理解,才能的篮球基本功更加娴熟,在比赛中更好的发挥出水平。

### 参考文献:

[1] 振声, 篮球教学与训练法[M],人民教育出版社, 1994:115.

[2] 陈琪, 中学篮球教学与训练[M],复旦中学出版社, 1997:201—208.

(作者工作单位:大化瑶族自治县岩滩镇初级中学)