

DOI: 10.3969/j.issn.1672-8874.2009.02.011

运用动作技能形成规律组织单兵战术基础动作教学的探索^{*}

李 璋, 刘鹤松

(国防科学技术大学 指挥军官基础教育学院, 湖南 长沙 410073)

[摘 要] 单兵战术基础动作是军人的必修课程之一。本文运用教育心理学理论中关于动作技能形成的一般原理, 从单兵战术基础动作技能形成规律入手, 结合多年教学训练经验, 讨论了如何按照单兵战术基础技能形成规律组织教学。

[关键词] 单兵战术基础动作; 动作技能形成规律; 教学

[中图分类号] E251.3 [文献标识码] A [文章编号] 1672-8874(2009)02-0034-02

The Organization of the Teaching of Basic Movements for Individual Tactics Following the Formation Principles of Action Skills

LI Zhang, LIU He-song

(Basic Education College of Commanding Officer, National University of Defense Technology, Changsha 4100073, China)

Abstract: Basic Movements for Individual Tactics is one of the compulsory courses. The paper starts with the formation principles of basic movements for individual tactics, and discusses how to organize the teaching and training in accordance with these principles, based on years of experience in teaching and training and the general principles of educational psychology of the skill formation.

Key words: basic movements for individual tactics; the formation principles of action skill; teaching and training

单兵战术基础动作,是单个军人遂行战斗任务的基本技能。根据教育心理学理论,动作技能是人类一种习得的能力,是人类有意识、有目的地利用身体动作去完成一项任务的能力。因此,单兵战术基础动作属于动作技能的范畴。而动作技能的形成,是一种建立在复杂的、连锁的、本体感受性的条件反射,就是肌肉的收缩和放松,能够有顺序的、有规律的、有严格的时间间隔,并符合动作所要求的规格,使条件反射系统化。因此,我们在实际单兵战术基础动作教学训练中,按照动作技能形成规律组织教学,就是要研究怎样使学员自身条件系统化更快些,使各种动作技能的各不同阶段时间缩短,又快又好地掌握单兵战术基础动作。

一、以直观教学为主,强化动作意象,使学员形成正确的肌肉感觉

肌肉感觉是本体感觉,没有正确的肌肉感觉,动作技能很难形成。人体的各种器官,如:视觉、听觉、触觉、味觉等,都可以帮助肌肉产生正确的感觉。因此教员在单兵战术基础动作教学中,采取各种直观教学形式,利用各种器官,帮助学员在反复练习过程中,区别和体会正确动作和错误动作的肌肉感觉是十分重要的。

教学初期,学员对单兵战术基础动作较陌生,掌握不好携带武器装备作动作时身体各部分的肌肉感觉,为此在

教学训练中:第一,加强动作示范。首先使学员通过对示范动作的观察,对刺激情境的知觉,使学员对动作技能形成直观正确的印象,促其形成一个内部的动作意象,以作为实际操作时的参照。第二,采用多媒体技术组织教学。要形成这样一个意象,则需对线索和有关信息进行适当的编码。线索和信息的编码,可以是形象的,也可以是抽象的;可以是视觉的,也可以是语词的;可以是有意义的,也可能是孤立的。为了有利于形成目标意象,学习者通常用自己擅长的方式来对线索进行编码,也就是说,不同的学习者编码的策略与方式是不同的。儿童通常利用视觉表象进行编码,而成人则能够将视觉表象和语词联系起来,共同编码。运用多媒体技术,把动作技能的各个环节以及不同环节身体的状态录制下来,加以编辑整理,把动作技能全方位展示出来,使学员对动作技能有一个更加深刻的理解。第三,复杂动作分解化。卧倒动作中的出枪环节是单兵战术动作的一个重点,也是一个难点。考虑到怎样使学员能够掌握正确的出枪角度、用力的部位和方法,这就让学员首先体会出枪时的上肢肌肉感觉,所以往往在教学的过程中,我们将出枪动作分解开来训练。第一步,让学员在侧卧的基础上,右手首先将枪拿起,同时利用左肘和右脚将身体撑起;第二步,右手将枪边旋转边向前送出,左手接握弹匣弯曲部,同时左腿蹬直,身体正卧;第三步,身体腹部着地。这样练习就对学员形成的出枪时动作技能的条件反射

* [收稿日期] 2008-09-16

[作者简介] 李璋(1981-),男,山西稷山人,国防科学技术大学指挥军官基础教育学院讲师,硕士。

起强化作用,帮助形成正确的肌肉感觉的一个措施。

二、紧密结合两个信号系统,缩短动作技能形成时间

大脑皮层处于适宜的兴奋性,是建立条件反射和形成动力定型的良好条件。因此加速动作技能形成,教员应采用一切措施,缩短大脑皮层运动中枢的兴奋和抑制过程的逐渐集中的时间,逐渐缩短条件反射的暂时联系的逐渐稳定的时间。

在教学中的示范是第一信号,教员简洁和形象的语言是第二信号系统。怎样在注意利用第一信号系统的同时,而又发挥第二信号系统的作用,使两者结合是加速动作技能形成值得重视的问题。许多教学事实证明,教员教授新

大二年级不同班的单兵战术基础动作两次课的两种教法的比较

	普通班的教法(注入式)	对照班的教法(启发式)
教法的具体内容	教员开始讲解卧倒动作要领,并进行示范。学员站立听教员讲解的内容和教员的示范。	1、介绍卧倒动作应用的战术背景,使学员了解卧倒动作的使用时机和场合。 2、结合学员高中物理学习中“动能与势能相互转化”的原理,讲解卧倒动作的原理。 3、通过体会和讨论,使学员认识卧倒动作是符合作战需要的一种动作。 4、在以上认识的基础上教员结合示范讲解说明卧倒的动作要领和要求。

以上两次课说明,一课是单纯的讲解、示范,由于学员不理解卧倒动作的原理、使用时机和应用背景,因此学员只是机械的模仿,结果卧倒时直接是摔地、出枪动作缓慢,敌情意识不强;而另一节课采用启发式,诱导的教法,使学员通过各种动作的实践练习,进行对比,认识到卧倒时,如何把身体的势能转换成向前的动能是关键,学员在从感性认识提高到理性认识上,再听教员对动作要领的简单扼要的讲解和示范。这样使学员对战术知识和技术感兴趣,而且懂得道理,学习比较自觉、积极,进步较快。因此充分利用两个信号系统进行教学的同时,还必须重视启发,诱导的教法才会取得好的教学效果。

三、根据动作技能形成阶段特点,采用各种不同训练方法

费茨(T.M. Fitts)和波斯纳(M. I. Posner)概括了较为成熟的人类学习动作技能的一般过程。他们的分析为进一步详细研究动作技能提供了基础。他们把动作技能的学习分为三个阶段。

认知阶段也称知觉阶段。这一阶段主要是理解学习任务,并形成目标意象和目标期望。目标意象主要是指学员对自己解决问题的目标模式反应和动作型式,在头脑中形成一个表象,即明确解决问题的目标模式。而目标期望则是对自己的作业水平的估价,即明确自己能做得如何。这两种期望都起着学习定向作用。因此,这一阶段主要采取直观教学法、启发式教学法等等。

联系形成阶段。在这一阶段,重点是使适当的刺激与反应形成联系。由于即使是一个简单的动作所包含的刺激和反应也非常复杂,所以联系的形成比想象的要复杂得多。例如,用英文打字机打出man这个词,学员必须知道并打出每个字母,而且打第一个字母的反应又必须成为打第二个字母的刺激。用加涅的话来说,就是必须建立动作连锁。在这一阶段,必须排除过去经验中习惯的干扰。例如,在射击的教学中卧倒时先迈的是右脚,而战术动作是先迈左脚,所以他必须排除先迈右脚的习

的练习时,往往采用讲解和示范相结合的方法,比采用单一的讲解或示范教学效果好些。所以对动作结构比较简单的动作,教员就应采用边示范边讲解的方法,对动作结构比较复杂的动作,教员先完整的示范,然后突出动作的关键,进行边示范边讲解。如果是复习教材,学员学习动作处于在改进提高阶段,学员的动作做的比较正确,教员就用“好”、“正确”等词告诉学员;如果做得不正确,教员也应当及时用简短的词汇说明应当怎样做才正确。这都是借助第二信号系统的语言强化,以建立条件反射的一种方法。

利用两个信号系统进行教学,必须向学员反复说明练习的目的和意义,以及使学员懂得这样做的好处,这样的教学效果会更好些。例如我在大二年级的两个不同班的单兵战术基础动作教学时,采用两种不同的教法,最后产生两种不同的结果。

自动化阶段。技能学习进入这一阶段时,一长串的动作系列似乎是自动流出来的,无需特殊的注意和纠正。技能逐步由脑的较低级中枢控制。研究表明,任何动作技能的掌握都是相对的。例如,有人对工业中的生产技能进行了长期的研究,发现雪茄生产工人的动作技能在四年多的时间内都在进步。许多体育技能的训练表明,一个运动员,要达到自己的最高水平,需要多年的练习。要保持这一最高水平,同样需要大量的练习。学员学习一个动作,如果没有目的的重复练习,同样不能形成动作技能。练习法是学员反复进行练习,促使动作技能形成的最基本方法。单兵战术基础动作教学训练中的练习是多种多样的,有重复法、变换法、综合练习法和循环练习法等。根据不同阶段,可选择不同的方法,可以取得较好的教学效果。

四、结语

遵循动作技能形成规律组织单兵战术基础动作的教学,使得学员的成绩有了明显的提高。这是由于按照规律教学,明显的缩短三个阶段的时间,同样的课时,可增加学员的练习次数,并且加快了教学进程,更好地完成教学任务,提高了教学的质量。但是在单兵战术基础动作教学训练中,除了要遵循动作技能形成的规律外,还要遵循人体生理机能活动变化的规律和认识事物的一般规律。只有遵循了这些规律,并结合学员具体情况,正确地组织教学,才能进一步提高单兵战术基础动作教学质量,顺利完成单兵战术基础动作教学训练任务。

[参考文献]

- [1] 全国体育学院教材委员会. 运动生理学[M]. 人民体育出版社, 1995.
- [2] 皮连生. 学与教的心理学[M]. 上海: 华东师范大学出版社, 1997.
- [3] 邵瑞珍. 教育心理学[M]. 上海: 上海教育出版社, 1988.

(责任编辑: 卢绍华)