



体育绘画与教案制作

主编 谭虹 于红梅 刘朝宝

主审 张才成

哈尔滨地图出版社

体育绘画与教案制作

TIYU HUIHUA YU JIAOAN ZHIZUO

谭 虹 于红梅 刘朝宝 主编
张才成 主审

哈尔滨地图出版社

• 哈尔滨 •

图书在版编目(CIP)数据

体育绘画与教案制作/谭虹,于红梅,刘朝宝主编.
哈尔滨:哈尔滨地图出版社,2006.12
ISBN 7-80717-511-7

I.体... II.①谭... ②于... ③刘... III.体育—
绘画 IV.J211.29

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 162029 号

哈尔滨地图出版社出版发行

(地址:哈尔滨市南岗区测绘路 2 号 邮政编码:150086)

哈尔滨海天印刷设计有限公司印刷

开本:850 mm×1 168 mm 1/32 印张:12.625 字数:320 千字

2006 年 12 月第 1 版 2006 年 12 月第 1 次印刷

印数:1~500 定价:20.00 元

《体育绘画与教案制作》编委会

主 编	谭 虹	于红梅	刘朝宝
编 委	周宝伦	江兴军	
主 审	张才成		

前 言

本书是以绘图基础理论为指导,结合体育教案制作、体育教学训练实际需要,全面阐述了体育绘图与教案制作的内容与使用、绘图分类、绘图方法等。绘图以人体动作简图为重点,同时介绍了场地器材、队型变化、教学组织图等绘图方法,同时介绍了多媒体体育课件、教案案例。此外,书后还附有大量动作技术练习简图,除各项教学基本动作外,还选绘了大量冰雪运动技术动作,可供体育教师和教练员学习、参考使用。本书不仅是体育教师、教练员、体育工作者的必备的工具书,还可作为绘图专业、动画专业的参考书。

本书图文并茂,通俗易懂。丰富的图解简单易学,线条清晰,动作逼真,形态优美,惟妙惟肖地表现体育动作过程及运动风采。

本书在编写过程中,得到了省教育厅、各大专院校领导、专家教授的大力支持,在此深表谢意。

参加本书编写人员有:谭虹(哈尔滨商业大学第一章至第九章),于红梅(齐齐哈尔师范高等专科学校第十章至第十一章,第十四章,前言,目录,参考文献),刘朝宝(黑龙江大学第十二章至十三章),周宝伦(哈尔滨商业大学),江兴军(黑龙江东方学院)。全书由张才成教授编审。

由于时间仓促,水平有限,书中理论阐述、动作绘图难免存在疏漏和错误,敬请广大读者批评指正。

作 者

2006 年 11 月

目 录

中国体育

第七节 火柴棍图的画法	82
第六章 单线图的表现技巧	88
第一节 单线图的快速画法	88
第二节 单线条图的写生技法	88
第三节 单线图表现动作神态的方法	91
第七章 人体动作线面图的特点与画法	96
第一节 线面图的特点	96
第二节 线面图的基本画法与步骤	96
第八章 人体动作斜面图的原理与画法	106
第一节 简单的透视原理和概念	106
第二节 人体动作斜面图的画法	110
第九章 基本体操简图的画法	118
第一节 徒手体操的画法	118
第二节 轻器械体操的画图特点	127
第三节 完整成套基本体操的记面和要求	129
第十章 体育运动技术动作简面的原理与画法	134
第一节 体育运动技术动作简图的特点	134
第二节 人体运动规律的表现特征	135
第三节 空间方位与选图依据	141
第四节 不同体育运动项目技术动作简图的画法	146
第五节 体育动作简图的表现技巧	163
第十一章 大学体育教学应用面示的绘制	169
第一节 体育场地、器械图的画法	169
第二节 体育教学组织图的设计与画法	179
第三节 大学体育教学直观教具与图示的绘制	199
第十二章 体育绘画案例	210
第一节 体育课常用运动技术动作简图图例	210
第十三章 教学案例	319

目 录

第一节	教学案例是体育教师专业成长的沃土·····	319
第二节	大学体育课教案运用案例·····	323
第三节	中学体育课教案运用案例·····	333
第四节	小学体育课教案运用案例·····	339
第十四章	多媒体体育课件制作·····	347
第一节	几个基本概念·····	347
第二节	常用音频媒体设备及其基本原理·····	350
第三节	常用图像和视频记录设备及扫描仪·····	369
第四节	制作多媒体 CAI 课件的硬件和软件环境 ·····	385
第五节	多媒体 CAI 体育课件设计与制作原则 ·····	390
参考文献	·····	393

第一章 论体育教师的教学特点与条件

研究体育教师的过去,是为了给现实提供参考依据;而研究体育教师的现实,是为了改进管理工作;研究体育教师的未来,是为了战略决策服务。为了规范体育教学,我们曾对体育教师的整体进行过初步探讨,这为预测体育教师的未来趋势提供了依据。根据我们对国外体育教师相关资料的考察,许多国家早已开始对 21 世纪的体育教师进行综合研究,并提出一些新的观点及趋势性认识。像美国的“完整型体育教师”,俄罗斯的“通才体育教师”,日本的“语言与示范”相结合的体育教师。韩国的“首席体育教师”,等等。这些都给我们很大的启示。那么,未来的体育教师应具备哪些特点呢?

第一节 当代体育教师的鲜明教学特点

随着新技术革命的到来,学校体育面临着新的挑战。世界上许多发达国家都从战略高度上积极采取强有力的措施和方法,其共同点是不断提高对体育教师的要求。1986 年 8 月在德国海德堡召开的“当代体育教师和教练员”世界大会上,许多学者提出一个值得注意的理论与实践问题:现代社会的发展,对当代体育教师提出新的要求和希望。由于这些新的要求和希望具有全球性的特点,所以对于正在进行改革的我国学校体育及体

育教师无疑是十分重要的。

当代体育教师必须清醒地认识到：现代体育教学的功能不仅仅是传授体育的知识、技术和技能，也不仅仅是增强体质，而是要在提高生活质量和改善生活方式等方面起到积极的作用。正如联合国教科文组织在《体育运动国际宪章》中所规定的：体育教育，一是要培养能适应现代化社会所需要的人的问题；二是终身体育的问题。可见，体育教师的责任之艰巨。具体可归结为6个方面。

一、观念转变是体育教师开拓性工作的思想基础

观念既是一种哲学概念，也是心理学概念。我们通常所说的观念是指思想意识，是指客观事物在人脑里留下的概括的形象。它总是随着客观事物的变化和人们对事物认识的深化而不断更新的，这种必然现象是无止境的。作为体育教师观念的转变也是逐步深入的。建国50多年来，我国学校体育指导思想发生重大转变。发展到今天，才逐步摆脱了生物体育观的束缚，向生物、心理、社会体育观方向转变。实践表现形式为：突出健康、体质、兴趣、技术、技能、知识、能力和习惯的培养，从被动的体育教学观向主动体育观方向转变，实践表现形式为：充分发挥学生的主体性，培养学生自学、自练、自调、自控与自评的能力。从短期教育行为向长远教育行为转变。实践表现形式为：加强素质教育、终身体育和整体教育。与此同时，体育教师的角色也必然发生相应的转变。由技术的指导者转变为未来健康的设计者；由技能的传授者转变为技能体系的构建者；由教材的执行者转变为课程的设计者和研究者；由教学管理者转变为学生的服务者。也有人对高校体育教师提出：教师应由技能型向智能型转变；由竞技型向大众型转变；由教学传授型向组织指导型转变；由封闭型向开放型转变；由传授型向科研型转变。由讲解型向

图文并茂的教案制作转变,这些为当代体育教师提出了方向性的转变问题。

中共中央在《关于教育体制改革的决定》中尖锐指出:现阶段“课程内容陈旧,教学方法死板”,“不同程度地脱离了经济和社会发展的需要。落后于当代科学文化的发展”。这种状况的改变,首先要转变陈腐的旧观念,形成新观念,只有观念得到更新,才能促使行为的变化、教学效果的变化。正如《体育运动国际宪章》所说:“相信体育运动在培养人类基本价值观念方面应做出更有效的贡献,这种价值观念是各国人民得以充分发展的基础。”这样,就必须“使体育教师的社会作用直接依赖于其教育影响效果”(Zur-Ows-ia. Z. 波兰)。在我国社会主义现代化建设中,人的现代化是第一位的任务,作为体育教师应该明确自己的责任在于培养和塑造现代人。

二、知识更新是体育教师取得劳动成果的先决条件

随着学校体育改革的不断深入,对体育教师的专业知识水平要求越来越高,只凭职前的专业教育所学的知识显然是不够的。当前体育科技正以惊人的速度向前发展,新的科技成果不断涌现,知识的陈旧率空前加速。据统计,18世纪时知识陈旧的时间间隔为80~90年;19~20世纪缩短为30年;近几年来又缩短到15年。目前,有些学科知识陈旧的周期只有5~10年。

据我国一些专家的调查,1965年的大学毕业生,5年后知识陈旧率为45%,10年后是75%;1976年的大学毕业生,4年后有一半知识陈旧。另据前苏联学者估计:全世界一年新出现的“知识流”(指新的学科、理论、知识、技术、产品等方面的名词、术语、符号、图像、数字等)约有70亿~80亿。联合国教科文组织国际教育委员会编著的《学会生存》一书指出:最近8年人类知

识总量已超过以往一切年代知识量的总和。据科学家们估计,当今全世界的科学知识总量大概每 10 年翻一番。现在世界上平均每天发表论文 13 000~14 000 篇,平均 35 秒就有一篇论文问世,各种书籍每年增加 25 万种。重大发现和科学家人数大体上 20 年翻一番,杂志 15 年翻一番,论文 10 年翻一番,研究人员和技术人员 10~15 年翻一番。这就反映出知识更新的速度加快,信息量猛增。

新知识的大量增加,要求教育内容精练与更新,缩小教育与现代科技成果间的距离。对于体育教师来说,自身的科技文化水平对培养现代人至关重要,这就需要体育教师不断地了解新事物、学习新知识,有极强的自学能力。①迅速更新自己的知识、技术和技能。既要有出色的“一专体育”知识,又有“多能”的体育本领,拓宽横向知识面,使其知识结构呈现“金字塔”形。②形成一个现代的知识体系,具有“解剖生理等生物学科的基础;运动生理、运动学知识、急救和应急处理、评价技术、生理学科基本实验技术”(Wagne. H. 美国),还要有体育绘画与教案制作知识。③要有一个能适应体育事业发展的知识结构,既有多学科的综合知识,又有职业技术教育的专业知识。正如波兰学者佐科夫斯卡认为的:“体育教师不仅具有知识和能够运用知识,而且必须是一定社会文化价值的代表。”当代体育教师应意识到自己肩负着用人类最丰富的知识去培养现代人的任务。

二、能力俱全是体育教师开展教学活动的个性才能

关于能力的概念有多种说法。这里暂不作探讨,只就体育教师所担负的工作任务来讲能力问题。体育教师的常规工作包括“两操、两课、两活动”,各项工作的顺利完成除具有相应的专业知识外,还必须具备所需要的各种能力。根据我国学者的研究,认为体育教师至少应具备六种能力。即教学能力、指导学生

锻炼身体的能力、训练能力、教育能力、科研能力和创造能力。这些能力的大小与自己的工作业绩是呈正相关的,一般说来,能力全面的教师干起各种工作都会得心应手,省时省力,效果明显。而能力和技能单一的教师在做整体工作时显得束手无策,费工费时,效果欠佳。前者是当今和未来学校所需要的,而后者是被剥离的。体育教师的能力并非一劳永逸的,它是随着时间的流逝而发生变化的。如教学能力、科研能力和教案制作创造能力随年龄增长而不断提高;相反,运动技能由于多年中断练习而逐渐消退。能力的发展与提高或者消退,往往受客观需要程度而定。但对于有抱负的体育教师来说,不应因循守旧,消极地等待,使能力停留在一个水平上,为创造出新的业绩,获得更大的社会效益和声望,必须自觉地总结经验,创造新的领域才行。有创新才有发展,有发展才有生命力,这是当代体育教师必须具备的条件之一。

四、示范作用是体育教师应一贯保持的师表榜样

体育教师是教师队伍中的重要组成部分,对所有学生都具有强大的示范作用。由于体育教师的劳动特点和工作性质,决定了体育教师的劳动范围比一般学科教师大10%~20%左右,这是从校内工作来讲的,如果加上参与各种社会活动和体育会议及竞赛、工作等,体育教师的活动空间将会更大一些,这种广泛性加大了体育教师的示范作用。但也必须看到,体育教师的示范作用具有正反两个方面。我们曾对不同气质类型的体育教师做过研究,结果发现,教师行为直接影响到学生的心理变化。

教师行为——学生心理

情绪饱满——积极向上

急躁不安——不知所措

适应力强——克服困难

注意力弱——精力分散

观察敏锐——注意细节

耐变力差——反映迟钝

稳健沉实——精益求精

执拗保守——情绪低落

体育教师行为对学生的影响取决于自身的思想品德、知识才能和运动技术因素。由于学生的特点极富于模仿,往往把体育教师作为力量、运动的化身,健美、健全身体的代表,形成了他们天然的模仿对象。学者们在研究体育隐形课程时做过调查,“体育教师的仪表体态是学生模仿的对象”,学生回答为总是、经常、偶尔的分别占 51%,26%和 23%;体育教师的个性及品质对学生产生非常大的影响(高达 58%)。其稳定性是很高的。正如加里宁所说:“教师传授某一门功课,这是基本工作,但除此之外,学生们还处处模仿教师……他应该感觉到,他的一举一动都在严格的监督下,世界上任何人也没有受着这样严格的监督。孩子们几十双眼睛盯着他,须知天地间没有什么东西德比孩子们眼睛更精细、更加敏捷,对于学生心理各种微妙变化更富于敏感的,再没有任何人像孩子的眼睛那样能捉摸一切细微的事物。”以接受学生的严格监督,这就要求体育教师在工作中以身作则,只有体育教师本身具备了现代人素质,才能更好地实施体育手段,培养现代社会所需的人才。前苏联教育家马亚科夫斯基强调指出:“你要让学生成为什么样的人,首先教师要朝着这个方向努力,成为这样的榜样。”

五、开拓创新是体育教师勇于进取的心理反映

现代学校体育的功能正向着多元的方向发展,其突出特点是培养创造型人才,或现代人才,无论是创造型人才,还是现代人才都必须具备下列基本条件:①强壮的体魄可以适应现代社

会快节奏生活与高信息负荷的压力;②合理的知识结构以便随时接受社会的改革和变化;③用灵活的思维方式去观察和思考问题;④以强烈的竞争意识去开拓与进取。这些条件都可以通过体育方法来实现,因此,在基础教育阶段有意识地培养学生的创造意识,创造思维方法和从事创造活动的能力是十分重要的。培养学生的创新精神,首先要形成良好的创新气氛;其次要激发学生的创新热情,激励创新意识;再次要促进教学的艺术性。作为体育教师应意识到,机械刻板的活动会抑制学生的创造意识,体育教师必须具备强烈的时代感、效能感,积极进取,不受固有观念和模式的约束,将机械刻板的活动变成生动有趣的活动,敢于标新立异,勇于表现,开拓新领域,在创新中生存,在开拓中求发展,进行创造性劳动,这种劳动的前提是体育教师必须具备创新的能力。根据我国学者的最新研究成果,创新能力主要包括发现问题的能力、创新设计能力、获得和利用信息的能力、积极实践的能力和总结经验的能力。这些能力的正常发挥,对解决问题的求异性、新颖性和高效性均可起到重要作用。美国创新教育家史密斯认为:“所谓创新型教师,就是能吸收由教育科学提供的新知识,在课堂教法中积极地加以应用,并且发现新的切实可行的方法的人。”只有不断创新,才能更好地展示体育教师的才能和水平。

六、乐于奉献是体育教师职业道道的具体体现

体育教师无私奉献的前提是“热爱”和“敬业”。一是热爱学生。二是热爱本职工作。我们曾对优秀体育教师的成因做过专题研究,结果发现:他们的共同特点是不求索取、只讲奉献,将自己的奋斗目标与国家的需要紧密联系在一起。具体表现在忠诚党的教育事业,热爱本职工作,对事业有高度的自豪感和责任心,将“奉献”寓于自己的行动之中。他们对待工作勤勤恳恳、兢

兢兢业业、踏踏实实、任劳任怨、埋头苦干、讲求实效,以自己的实际行动去感化领导,赢得多方的理解和支持,体现了“以实干为本”的特点。“以创业为荣”是另一大特点,许多优秀体育教师一跨入体育大门,就立志为之奋斗终身。众所周知,学校体育工作的环境不如其他学科,袖手等待是没有出路的,只有知难而进,艰苦创业。建立起“不必只追寻理想的结果,艰难的求索未必不是乐”的苦乐观,不为名利,只为学生的体质,为中华民族的整体素质。鲁迅先生在赞美勤劳、勇敢的中国人时感慨地称:“人们自古以来,就有埋头苦干的人,有舍命硬干的人,有为民请命的人,有舍身求法的人……虽是等于为帝王将相作家谱的所谓‘正史’,也往往掩不住他们的光辉,这是中国的脊梁。”这段话用于乐于奉献的广大体育教师可谓再合适不过了。

当代体育教师的特点,简言之,应符合“三个面向”的要求。随着社会文明的发展,人们对体育的需求更加迫切,导致对体育教师的要求更高,其社会地位将发生更深刻的变化。

第二节 体育教师教学风格形成的必备条件

一、体育教学风格的基本特点

1. 突出个体性。体育教师的个性心理特征对教学风格的形成有直接影响。例如,偏于多血质气质类型的教师,情感丰富,教态亲切,善于启发诱导学生,教学中反映敏锐,方法多样,因此可以称为“民主型”教学风格。体育老师的“以心导教,心动身随”具有这个特点。偏于胆汁质气质类别的教师,情感浓烈,作风果断,教学中兴奋性高,富有激情。动作幅度大,感染力强,因此可以称为“激情型”教学风格。但当学生练习出现问题时,教师容易表现出急躁发火现象。而黏液质气质类型的教师,一般

性情清高,教态稳健,教学中往往含蓄深沉,简洁明了,因此,可以称为“沉稳型”教学风格,但这种风格有时也会降低学生的学习兴趣。作为教师应有意识地发挥自己教学风格上的优势,克服不利因素,从而使个性心理特征与教学风格形成最佳的结合。

2. 追求稳定性。体育教师的教学风格一旦形成,将有相对稳定的特征。这是由教师的个性心理特征、知识结构、文化素养、工作环境、社会赋予的要求等所决定的。知识结构、文化素养的不同,会直接影响到教师的思维方式、教学理念和治学特征,因而最终会孕育不同的教学风格。教师教学风格的形成应有一个较为宽松的社会环境、有一个良好的研究氛围、有一个灵活的教学空间,只有这样才有助于教师开创性的工作;形成其各自特有的教学风格,克服“高度统一”“千人一面”的现象。专家们对老师教学特色的概括,是老师多年的教学经验积累,具有相对的稳定性。稳定的教学风格有助于教师在相对的工作状态下进行教学,有助于学生在一定时期内逐步适应教师的教学风格,较好地理解教学目标,取得最佳教学效果。

3. 实现创造性。体育教师教学风格的形成,是一个长期实践创造性工作的过程。大量实践经验证明,教师教学风格的形成是有规律可循的:即没有风格——形成风格——打破风格——形成新风格。这种良性循环需要教师创造性地开展研究工作。当然,创造性的研究工作是随着教师教学经验的积累、知识水平的提高、职业要求的深化、学生需求的变化等情况而进行的,往往是自觉与不自觉相结合的。例如,小学阶段的教学,以养护为主,参与意识和锻炼并重,注重培养兴趣,教学中较偏重引导、游戏形式的教学,因而易创造出“启蒙、生动、亲切”的教学风格。而各个阶段教学,让学生在多种多样的运动条件下能够有意识地去活动,充分体验体育的乐趣。高中阶段教学偏重于教会学生运用体育手段和方法,进行独立锻炼,进一步培养锻炼