

混合学习模式下“中国文化(英语)”课程有效性研究

陈红

三峡大学外国语学院

DOI:10.32629/er.v2i11.2175

[摘要] 本文聚焦混合学习模式下的“中国文化(英语)”课程有效性研究,通过问卷调查,辅以访谈法发现线上线下结合的混合学习模式提高了学生中国文化自觉性和传播能力,学生课堂满意度较高。该模式从课堂教学层面为中国文化“走出去”开辟了新途径,彰显了大学英语课堂教学在培养中国文化对外传播和文化自觉方面的重要作用。

[关键词] 混合学习; 中国文化; 有效性研究

中国文化对外传播是外语语言知识和文化意义的建构过程,然而长期以来我国外语课堂重目标语言和文化习得,轻本国文化输入,“中国文化失语症”导致不少大学生本民族文化自觉意识淡漠,严重影响到我国文化的对外传播^[1]。虽然学界早已在文化教学和传播的双向性上达成共识,教育部门和教师开展了相关教学改革促进中国文化的对外传播,然而,以往研究显示,大学生文化传播能力在认知、情感和行为上均存在逆差,即学生对外国文化认知超过本国文化,对外国文化的接受和认同上超过本国文化、用英语介绍西方文化的能力超过用英语传播中国文化的能力^[2]。可见大学英语课堂尚未真正发挥培养和提高学生文化自觉和使用英语传播本国文化的作用。近几年,一带一路国家战略的实施使得传播本国文化尤为重要,大学英语教学应寻求多渠道培养学习者中国文化自觉性和传播能力。鉴于此,本文把混合学习模式引入“中国文化(英语)”课程教学中,通过教学方式的改革提高大学生中国文化自觉性和对外传播能力,为中国文化“走出去”贡献一份力量。

1 研究背景

当下中国文化对外传播正面临诸多困境,譬如:“孔子学院在全球连连遭受挫折”^[3]，“一带一路”倡议在西方社会被误解为中国的“马歇尔机会”^[4]。可见,在我国通往大国、强国之路的进程中,文化传播能力起着举足轻重的作用,同时当今时代也亟需系统研究此类课题的智力成果。笔者通过中国知网(CNKI)检索显示,英语教学及中国文化对外传播及其相关研究只有3篇^{[5][6][7]}。可见立足于英语教学的研究视角培养大学生中国文化对外传播意识和能力的研究已获得相当程度的重视,但有关这方面的广度和深度还亟需提高。

“混合学习”理念起源于20世纪90年代人们对E-learning(网络学习)的反思,在此以后,线上网络学习结合线下面授的混合学习(Blended Learning)随之出现。柯蒂斯·J·邦克等提出,“混合式学习是面对面教学和计算机辅助在线学习的结合”^[8]。国内学者何克抗看来,“所谓Blended Learning就是把传统学习方式的优点和E-learning的优点结合起来,既发挥教师主导,又充分体现学生自主学习过程的主动性,使二者优势互补,才能获得最佳的学习效果。”^[9]可见国内外学者在混合学习的共同特征即线下课堂教学和线上网络学习共识一致,本文混合学习的定义也基于以上共同特征。

2 研究设计

“中国文化(英语)”是笔者所在的高校开设的素质拓展课程,其目的在于促进中国文化的有效传播。本校一直努力推进基于平台的网络课程建设,引入了“优课联盟(UOOC)”并制作出涵盖十大中国文化主题的小视频四十余个。2016年秋季学期起,“中国文化(英语)”课程在全校首次尝试线上+线下的混合学习教学模式。教学安排为课前学生自定步调的完成线上学习,其主要包括视频学习、单元作业以及补充资源为课堂做好准备。线下课堂教学以讲解重难点、学生展示和答疑为主。截至2018年秋季学期,

经过实践和优化,混合学习教学模式已初步建立。

2.1研究对象。笔者于2018年秋季学期随机选取“中国文化(英语)”教学班60名学生作为研究对象,该班学生来自本科非英语专业13个不同学院,在选修课程前他们均已顺利通过大学英语四级水平测试,其平均成绩高达536分,所以,英语水平不会成为理解该课程的障碍。本研究共发放60份问卷,回收有效问卷58份,有效率为97%。

2.2研究问题。混合学习下“中国文化(英文)”课程对学生文化自觉和传播能力的影响。

2.3研究方法。本研究以问卷调查法为主,辅以半结构访谈,问卷量表从四个维度即教学模式、教学内容、教学互动和学习成效,共12个条目调查了混合教学模式下的学生的学习体验。所有题项采用李克特五级量表测量(“1=很满意”到“5=很不满意”)。

2.4研究过程。本研究的问卷调查分为两部分:课前问卷旨在了解学生个人情况、中国文化传播经历和选修本课程目的。课后问卷涉及混合学习学生体验量表和课程需求及期望等开放式问题,并对5名学生进行访谈。

3 研究结论

3.1学生有一定的中国文化自觉性但文化传播能力弱。课前问卷结果显示:65%表示对中国文化抱有信心和兴趣,选课的目的是想学习更多中国文化和英文表达,以便于今后的文化交流。但85%的学生认为自己无法用英语传播中国文化,中国文化特有词汇表达能力欠缺和文化知识缺乏是造成无法用英语传播中国文化的主要原因,因此本课程的开设有一定的必要性和现实意义。

3.2混合学习模式提高了学生文化自觉性和传播能力。课后问卷数据采用SPSS22.0软件以教学模式、教学内容、教学互动为自变量,学习成效为因变量进行逐步回归分析,结果发现:只有教学模式对学习成效的预测作用显著($t=4.12, p=0.00$),教学内容和教学互动对学习成效的预测作用不显著($t=0.72, p=0.48$; $t=1.43, p=0.16$)。78%的学生认为本课程有助于中国文化的认同感;78%的学生认为增强了中国文化传播意识;75%的学生认为提高了用英语表达中国文化能力。此外访谈也佐证了混合教学下的本课程促进了学生的中国文化自觉性和传播中国文化的兴趣。学生A在访谈中提到:“了解了中国的孔子墨子老子等思想,中国饮食文化也了解更深,对中国文化产生了较大的兴趣,一定程度上增加了我对中国文化的认识。以后的生活中,如果有机会,会很愿意跟外国人分享中国文化。”学生B提到:“我们对我国的儒家文化,服饰,饮食,建筑,京剧等有了更深的理解,真心觉得我们的民族文化很了不起,今后也会多学习本国文化知识因为想把我们的文化传播出去”。

3.3学生对学习和传播中国文化需求强烈。课后问卷显示:赞同继续开设“中国文化(英文)”课程的学生比例高达91.6%。学生表示,随着中国

核心力量训练在职业学院篮球训练中的有效应用

杨永碧

四川省交通管理学校

DOI:10.32629/er.v2i11.2198

[摘要] 核心力量训练能够有效提高运动员的肌肉力量以及运动过程中的稳定性和协调性。本文就对职业学院篮球训练中,核心力量训练的意义及方法进行分析阐述,希望能够提升篮球训练水平,加强运动员的篮球技能,提高运动员的运动表现。

[关键词] 核心力量训练; 职业学校; 篮球训练

篮球作为改善身体素质的关键运动项目之一,一直深受人们的喜爱。很多职业院校也将篮球作为教育教学的重点。在篮球训练中,除了力量、耐力和灵敏度训练外,核心力量训练也是必不可少的环节,其不仅可增强运动员的爆发力,也能够调动运动员全身肌肉,使其在篮球运动中保证安全。下文就将对篮球训练中核心力量的训练实行分析阐述。

1 核心力量训练

核心力量训练指的是一种力量训练的形式。所谓“核心”是人体的中间环节,就是肩关节以下、髋关节以上包括骨盆在内的区域,是由腰、骨盆、髋关节形成的一个整体,包含29块肌肉。

核心肌肉群担负着稳定重心、传导力量等作用,是整体发力的主要环节,对上下肢的活动、用力起着承上启下的枢纽作用。强有力的核心肌肉群,对运动中的身体姿势、运动技能和专项技术动作起着稳定和支持作用。

核心力量训练是对核心肌肉群的训练,是提升人体核心区域的力量的一种方式,可以说核心力量调动了人体中各部位的主要肌肉,并使其共同运转,以加强人体稳定性,加快力量传达。在运动过程中,通过核心力量的训练能够增强运动员的爆发力、协调能力,以免在运动中出现损伤,提高运动员的运动能力。

2 核心力量训练在篮球训练中的重要意义

2.1 是篮球运动完成的重要保障

众所周知,篮球属于运动强度较大的运动项目,且随着时间的延长,运动员体能持续下降,这会直接影响比赛中篮球投递的命中率,而核心力量的训练能够有效改善运动员的体能,使其在赛场中保持良好状态。另外,

篮球运动中,大多数运动都是在高空中完成的,如投篮、截杀等,运动员需要跳起后完成相关运动。在这个过程中,如果不能保证核心收紧和核心力量的凝聚,则很容易在外界因素影响下,被对手截杀等,降低命中率。所以加强核心力量的训练是尤为必要的,其可加强运动员在空中的稳定性和平衡性,高效完成篮球动作。

2.2 有利于提高篮球专项力量素质

在篮球运动中,因运动员自身条件的不同,对篮球技术掌握的情况也会存在一定差异,而运动员要想改善篮球技能,核心力量训练是必不可少的。核心力量的训练能够帮助运动员掌握发力层次,明确力量的凝聚过程,以便在运动中调动全身肌肉,增强自身爆发力,提高投篮或其他进攻的效率。

2.3 有利于增强身体协调性

核心力量的训练其实就是另一种力量的积聚方式,对于维持人们的平衡性、稳定性,提高人体协调能力有着显著效果。在核心力量训练中,运动员会随着训练难度的加强,运用身体各部位肌肉所产生的能量,并将其有效聚集在一点上,这样在篮球比赛中或日常训练中,能够有效提升自身的篮球技术水平,保证篮球动作的快速、标准、有效。

2.4 有利于保护运动员的安全,减少损伤形成

核心力量训练最早被应用在康复领域中,之后随着其作用的凸显逐渐被运用到运动领域内,并在维护运动员安全,减少损伤发生上有着显著效果。运动员在运动过程中,需要调动身体各部分的肌肉群,以加强动作的规范性和力量性,但由于篮球运动对于力量、速度的要求较高,在运动中很容

文化影响力在全球范围内日益彰显,掌握日常交际英语已无法满足时代发展的要求,因此有必要学习如何恰当的表达本国文化,使中国文化真正走向国际化。

4 结语

混合学习对于改变传统静态和教条化的教学范式效果显著。本研究印证了前人研究结果。混合学习模式下的“中国文化(英语)”课程在增强大学生文化自觉性的同时也提高了他们的文化传播能力,该模式的探索为中国文化“走出去”开启了一条新途径。但是,受限于研究样本数量、范围以及研究周期等方面,本研究还存在不足之处,需要进一步深入研究。

[参考文献]

- [1]丛丛.“中国文化失语”:我国英语教学的缺陷[N].光明日报,2010-10-19.
- [2]彭熠,赵惠君.“一带一路”倡议下大学公共英语教学的文化传播功能拓展研究[J].当代教育论坛,2017(3):33-38.
- [3]张虹倩,胡范畴.美国通过法案,孔子学院遭重大挫折,我们如何应对?[Z].话语生态研究,2014:64-73.
- [4]金玲.“一路”:中国的马歇尔计划?[J].国际问题研究,2015(3):12-17.

[5]孙博.中国文化对外传播过程中英语教育的作用及策略研究——评《拓展:中国文化英语教程》[J].新闻爱好者,2016(7):43-48.

[6]仲伟合.文化对外传播途径创新与翻译专业教育[J].中国翻译,2014(5):27-22.

[7]曹威.中国英语教学的时代价值反思:文明对话与交融[J].黑龙江高等教育,2014(9):24-29.

[8]柯蒂斯·邦克著,焦建利等译.世界是开放的:网络技术如何变革教育[M].上海:华东师范大学出版社,2011.

[9]何克抗.从 Blending Learning 看教育技术理论的新发展[J].电化教育研究,2004(3):15-21.

基金项目:

2017年三峡大学青年科学基金项目:“一带一路”战略下外语课堂大学生文化自觉培养研究(编号: KJ2017A006)资助项目。

作者简介:

陈红(1984--),女,汉族,湖北宜昌,讲师,硕士,三峡大学外国语学院,研究方向:跨文化交际;二语习得。