

节选：

安德里亚·帕斯

利用优律思美加强华德福高中主 课教学法

这项开创性而美丽的研究描述了安德里亚·帕斯成功地将教学法优律思美融入高中胚胎学和天文学主要课程块的两个实验。鲁道夫·施泰纳的优律思美和华德福高中教师的实践者会特别感兴趣，但其更应该被普遍捧为跨学科研究和教学的光辉典范。

完整英文版在亚马逊有售

引言

本研究是关于在华德福高中主课（ML）模块中使用优律思美作为综合教学模式的实验。我预测，结合优律思美将丰富学生对主要课程内容的体验，特别是通过发展对主题的动态、生动的思考，通过创造性的、有意义的集体工作来增强社会意识，以及将他们的意志直接付诸行动。该项研究描述了我在两个学年期间，在各种高中主要课程块中创建和执行的这种“优律思美合作”的原始研究。

与任何华德福教学一样，这种将传统优律思美课程延伸到主课的做法需要每个学生同时直接地参与主课内容的思考、感受和意愿。因此，每个学生都作为一个整体被激活，一个三重的人，他们可以通过对材料的整体探索成为课程材料的一部分（并因此与之建立生动的关系）来学习。这通常是通过同时培养他们的同学作为个人和作为一个整体的集体意识来实现和/或增强的，这将反映模块主题的个体和“全局”方面。

我构建并实施了项目，旨在通过帮助我的学生发展成为正直、自由的个体、能够思考、关心社区中的其他人，并对周围的世界充满好奇。我希望优律思美与主要课程块的合作可产生激发学生发现比自己更伟大的事物，并渗透到所有存在中的强大潜力：编织在我们周围和内部的生活的原型合法性。有节奏地探索主要课程主题的活动旨在为学生提供感知并认识这些主题中的原型现实的机会。通过帮助学生制定、体验和批判性地思考构成主要课程主题的普遍

原型，我预测他们将体验到自己是世界不可分割的一部分，从而加深人类对世界的责任感，同时获得对主题的更丰富理解。

....

主题二：三重自然：与内胚层、中胚层和外胚层有关的重三重节奏步行运动

为了给学生带来关于每个人内在三重本质的定性和常规体验，如内胚层、中胚层和外胚层的主要生殖细胞层的形成和功能所表达的那样，我选择了以下练习。

第一步：我和所有学生围成一圈站成一圈，让他们模仿我，朝着圆圈中心向前走四步，步幅均匀。当我数“一、二、三、四”时，我要求他们将每一步与我的步数以及我用声音说话的节拍同步。

（见图 3.18）



图 3.18

第二步：接下来，我让他们想象他们从哪里开始（比他们现在站立的位置落后四步），然后想象如果他们从原来的起点向后直走四步，他们会到达的地方。我让他们回头看，并指向他们估计会到达的地方，在他们身后直线 8 步处。我告诉他们想象我们接下来将移动到那个点，但不是直线。我们将通过在我们身后移动两条曲线来到达那里（同时不断地面向圆心）：第一个将是一条形成半个圆的曲线，从我们的右侧和向后开始（将我们带到我们的起点）。第二个也是半圆线，将我们从原来的起始位置向左和向后移动，并在他们刚刚指向的地方结束。我们将分四步完成第一条曲线，再分四步完成第二条曲线。我要求他们在我走路时再次模仿我，并大声数出每一步的节拍。八步后，我们到了。我问他们是否能看到我们刚刚走过的路可以看作是八字形的一半（图 3.19）。



图 3.19

第三步：接下来，我让他们想象一条螺旋路径，从我们现在站立的地方开始向前和向右，向左弯曲（经过我们开始双曲线路径的点），并以向后和向右弯曲结束，以到达我们最初的起点。我要求他们在站立时仅用食指展示我刚刚描述的路径。一旦我看到他们都形成了一个螺旋形状，手指朝正确的方向移动并在正确的位置结束，我让他们想象以 16 个等距的步长走这条路。然后我们一起沿着螺旋形路径走，我每走一步从一数到十六，直到我们到达我们开始第一条路径的地方（图 3.20）。

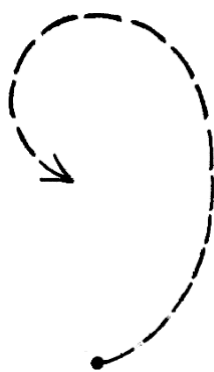


图 3.20

第四步：我问有没有同学能把我们刚刚走过的三条路都仔细准确地画在黑板上给大家看，让同学们恭敬地提出可能需要对初次尝试进行的更正或调整（图3.21）。

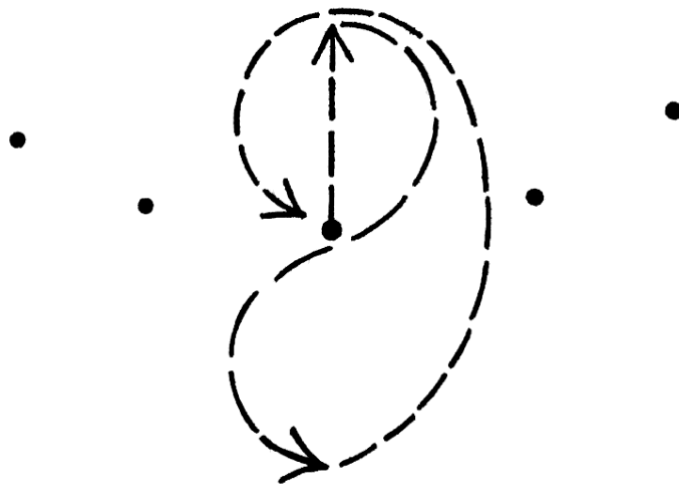


图 3.21

第五步：重复步骤 1-3，为步骤的节奏添加一种变化。因为我知道所有学生都会在学校合唱团演奏乐器和/或唱歌，所以我为他们带来了一个音乐元素，这一元素与练习中添加的下一部分相关：

- 我要求他们把第一条路径的四个步骤想象成一个 4/4 拍号的小节中的四分音符。带领他们直接进入第一条路径，当我们一起走路径时，我大声数出我们缓慢的步伐（四分音符）：“一，二，三，四。”
- 然后，站在我们到达的地方，我问是否有人可以数下一条路径的八个步骤的节拍，就好像它们是八分音符一样？在一个热切的学生很快能够以正确的节奏说出八分音符的节拍（是我设定的四分音符节奏的两倍）之后，我要求学生将八步双曲线路径向后移动到八分音符节拍。

- 接下来，我问一个学生是否可以像计算十六分音符一样计算下一条路径的十六个步骤的节拍？再一次，学生将以正确的节奏快速轻松地数出十六分音符，我将立即与学生一起以十六分音符的节奏移动十六步螺旋路径。
- 最后，我指出，每条路径都可以被认为是在一个小节的长度内发生的，并确保每个学生都掌握了这个概念。

以这种添加的速度元素移动三个路径，不间断地重复几次，直到学生可流畅和谐地通过整个三部分形式。

第六步：然后我让他们一起看画板上的所有三个路径（直线、双曲线和螺旋）的图（或者如果被擦掉了，就再快速画一遍），并问他们是否可以把它们联系起来。他们已经了解了通向三个不同生殖细胞组织层的三种不同路径。哪条路径可能以某种方式对应于内胚层（形成肝脏、胰腺、肺和甲状腺等主要器官的内层），为什么？哪条路径可能对应于中胚层（形成骨骼肌、骨骼、结缔组织和心脏的中间层），为什么？哪条路径可以对应于外胚层（身体的所有外部部分，如形成皮肤、头发、眼睛、乳腺和脊髓的外层），为什么？

学生会发现第一条路径（图 3.18）可能与内胚层有关，因为它是形成整体的最里面部分。第二条路径（图 3.19）可能与中胚层有关，因为它具有在最内层和最外层路径之间进行调解的特性。第三条路径（图 3.20）可能与外胚层有关，因为它是形成整体的最外部部分，将整体的其他部分包裹在自身内部。

我问他们，在这种三重形式中，他们是否可以看到与年轻的人类胚胎/胎儿的形状有任何细微的相似之处？稍加指导，学生就会看到相似之处。

第七步：从我指定的一个学生开始，让圈子里的所有学生继续一个一个地数数，分成三个一组。对于所有说“一”的学生，我要求他们留在他们已经在的圆圈线上。对于所有说“二”的学生，我让他们移动到“说一的学生”前面四步的点（到双曲线路径的起点）。对于所有说“三”的学生，我让他们移动到“说一的学生”后面四步的点（螺旋路径的起点）。然后我要求“说一的学生组”将直线路径的四个四分音符步骤一起向前移动（图 3.22）。

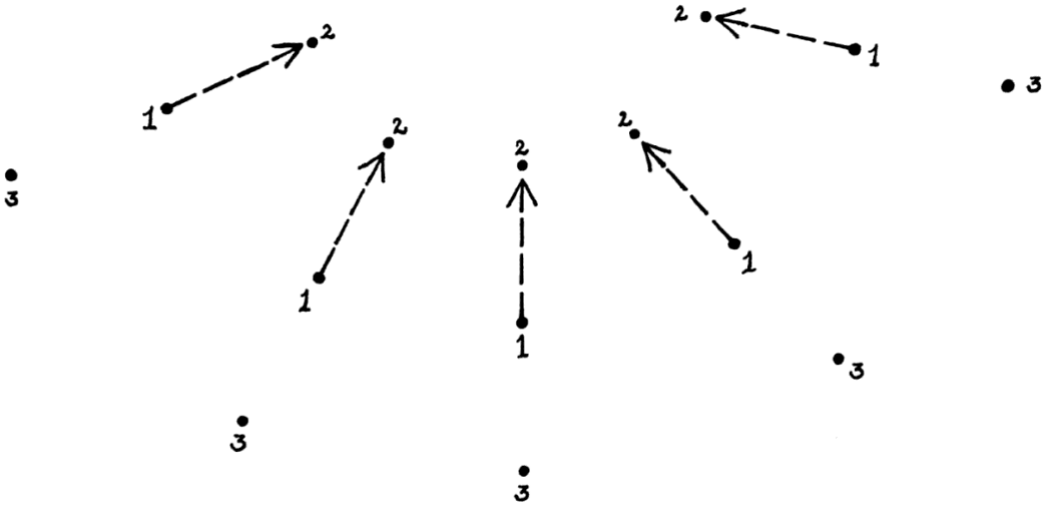


图 3.22

接下来是让“说二的学生组”将双曲线路径向后移动到八分音符节拍（图 3.23）。

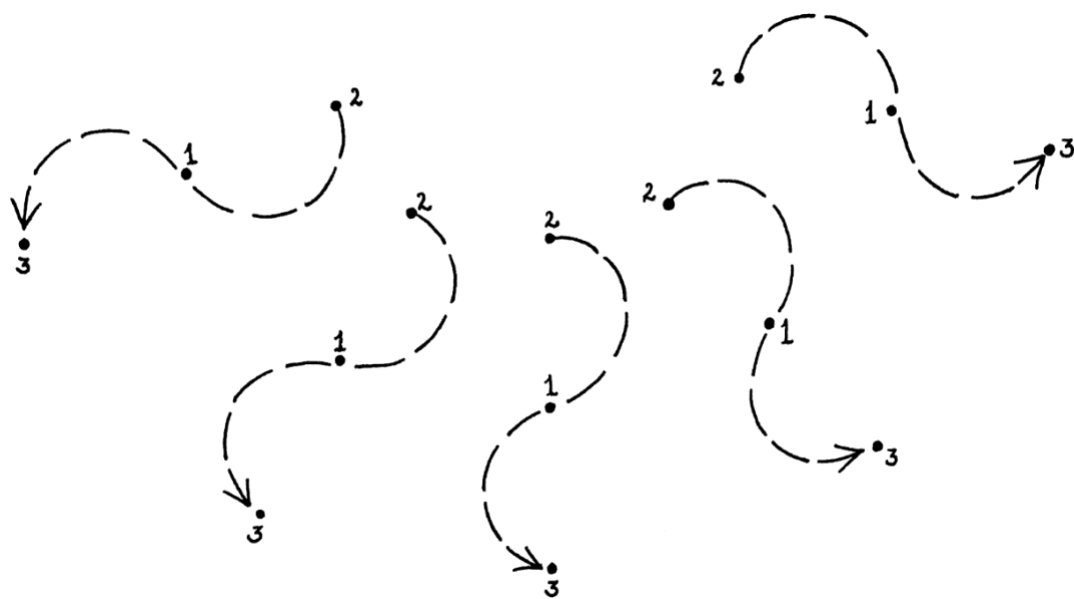


图 3.23

为了完成整体的形成，我要求“说三的学生组”将螺旋路径移动到十六分音符（图 3.24）

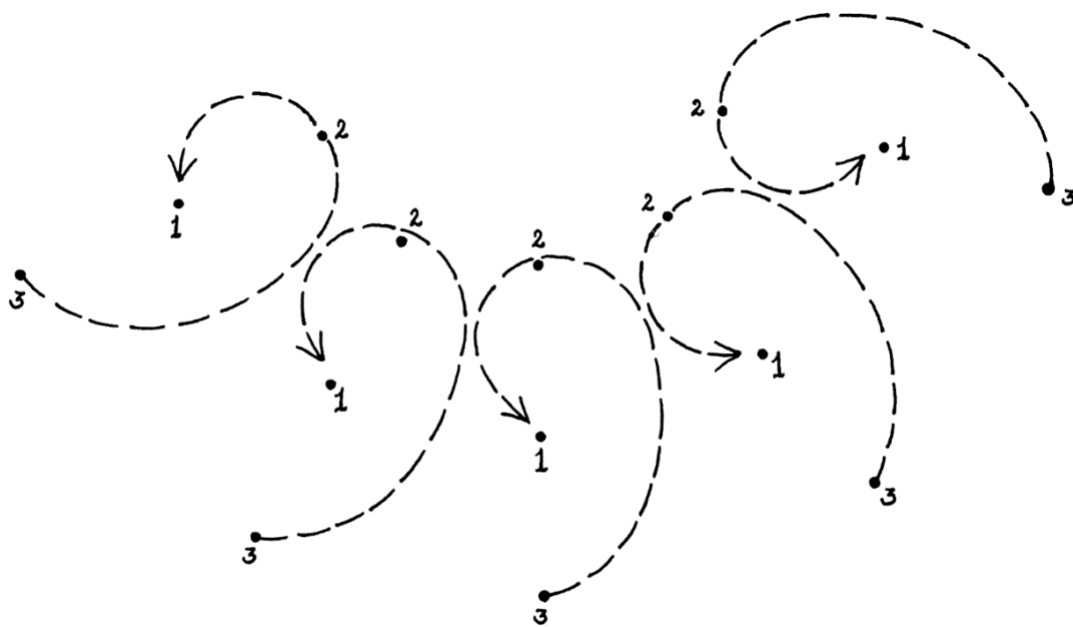


图 3.24

第八步：我要求所有三个小组的学生从所有三个路径中移动，从他们作为新起点的任何一点开始（这对于“二”和“三”来说都是新的）*同时*：仿佛他们“把整个形式唱成经典”（图 3.25）。

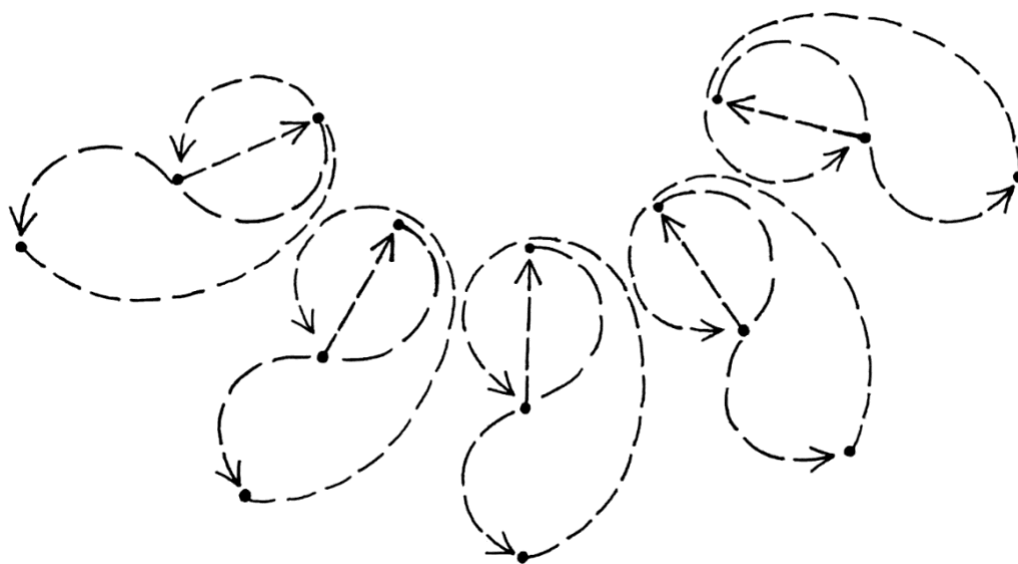


图 3.25

在他们一次成功、优雅地一起通过所有三个路径后，我要求他们连续两次通过所有路径，不间断。

第九步：作为本练习的最后一步，我要求学生重复第八步，同时添加最后一个细微差别：他们能否在考虑内胚层（作为内部组织层）的品质的同时移动四分音符的直线路径？他们能否在考虑中胚层（作为中介组织层，其中一部分将成为心脏！）的品质的同时移动八分音符双曲线路径？他们能否在考虑外胚层（即生殖组织的外

层) 的品质的同时移动十六分音符的螺旋路径? 最后, 我请他们试着将三重形体视为一个实体, 编织在一起, 呼吸, 脉动, 充满循环的生命, 因为它们在每个部分中移动。