

初中体育与健康教学有效性的探索

朱清华

(江西省南昌市进贤县第一初级中学 江西 南昌 331700)

【摘要】随着新课改的逐渐深入,体育与健康课的教育理念出现了巨大的变化,从开始的增强体质为主的指导思想转变为增进健康为主,从重视教育功能过渡到重视学生个性发展,整体的教学理念不再只是以教师作为主导,要重视凸显出学生的主体地位。这种教育理念会让教学内容变得更丰富,学习方式变得更灵活,可以有效实施体育与健康课。虽然体育课堂现状获得了改变,但是学生们积极参与学习的意识依然不强,所以需要不断展开探索。

【关键词】初中;体育与健康;教学;有效性

受到传统教学理念的深刻影响,初中体育与健康课始终备受冷落。为了更好的转变这一情况,教师要从体育与健康教学的现状出发,针对性的展开分析。在实际教学当中,要坚持贯彻落实提高学生身心素养、健康第一的理念,综合体育活动规范特征,提出体育与健康课教学对策,希望有效提高教学效率。

一、初中体育与健康教学的现状

(一) 忽视学生主体地位

目前的初中体育与健康课教学中存在的较大的问题就是未能坚持学生主体地位。受到传统教学理念的影响,教学大部分采用的是教师为主、以教材内容为核心展开。因此,在初中体育与健康课中,学生始终处在被动的状态。这种教学模式之下,学生所学习的内容都是由教师来安排,未能实现因材施教,无法良好的调动起学生的学习主动性,也无法提高课堂教学有效性。

(二) 教学内容过于简单化

受我国传统教学理念的深刻影响,人们通常会以为体育课是初中教学当中比较简单的一门课,体育教师最轻松。而初中体育教师不重视体育教学,甚至有些教师在上课前未备课,导致教学内容过分简单。这种乏味简单的内容让学生失去学习兴趣,导致教学效果下降。

(三) 教学手段与方式落后

初中体育与健康课的教学活动中,最为常用的教学方法就是传统的操场教学模式,此种落后的教学方法直接打击了学生的学习热情。在多媒体技术开始广泛应用到教学当中的背景之下,体育教师并未在教学中利用全新的教学方法。这一现象主要是由体育教师的教学理念不先进导致的,以为多媒体教学只针对理论学科有效,不适用于体育课。另外,大部分教师的专业素质不强,不能熟练掌握好使用多媒体技术的方法,造成初中体育与健康教学方式与手段落后。

二、初中体育与健康教学有效性对策

(一) 体现学生的主体性

初中体育与健康教学过程中,教师一定要及时更新传统教学理念,把学生当做课堂的主人翁,发挥出学生的主体作用。在初中体育与健康教学中,教师能够试着让学生展开自主学习,从而更好的调动起学生的学习主动性,让学生能够更加积极地展开学习,进而提高课堂教学的有效性。在学生展开自主学习当中,教师要及时对学生的了解情况进行了解和掌握,及时给学生提供一定的引导与帮助。初中生的自主学习能力不强,因此,教师要鼓励学生大胆展开想象与创新,要让学生能够更加独立的展开思索。在初中体育与健康教学当中,教师能够为学生们讲解教学的重点内容、难点知识以及教学目标,促使学生有针对性、有目的性地展开自学,不断

提高学生的学习效率,进而提高课堂教学效率。

(二) 完善体育与健康课程的教学内容

初中体育与健康课的教学内容要充分集中学生的注意力,激发学生的学习兴趣和,让整体的课程教学变得更有价值。因此,教师一定要充分关注选择教学内容,避免照本宣科,教师要按照学生的个体差异与兴趣爱好制定出特殊的目标与内容,按照不同学习内容展开分批讲解。此外,还需要丰富教学模式,避免局限在一种教学模式中。教学模式最好可以包含游戏化、竞赛化等方法,由于不同的教学模式能够给学生带来不同的体验,只有全面促使学生参与到活动当中,才可以让学生获得良好的体验,进而激发学生参与体育与健康课的热情,不断提高课堂教学有效性。

(三) 采用多媒体教学法

作为体育与健康课教师都知道这门课动作技术要求高,动作结构复杂,所以,学生在理解以及模仿上存在一定的难度,学起来较为吃力。在我国初中体育与健康课教材当中存在很多的技术动作,比如跨越式跳高当中起跳、过杆、落地等一系列的动作,足球中传球、射门等动作。这些动作比较复杂,学生们很难在较短的时间里完全掌握,因此,学生在脑海当中建立起完整与连贯的动作表象也变得非常困难。所以,初中体育与健康课教学过程中,单纯依赖体育教师的示范、表演无法良好的冲破教学的重难点知识,也不能在较短的时间里获取理想的教学效果。这就需要体育与健康教师能够在教学中引入多媒体教学法,发挥出这一教学方法的优点,让学生能够快速地从形象思维过渡到抽象思维,良好的解决教学的重难点,提高学生的学习积极性,加强学习的效果,提高课堂教学效率。

总而言之,虽然我国初中体育与健康教学当中存在一些问题,但是教师们只要坚持学生为本的原则,不断提高自身的素质,深化教学内容,不断改革教学方法,就能够找到有效的对策来解决这些问题,进而在不断提高初中体育与健康教学有效性的基础上,培养出学生良好的体育能力,提高学生体育素养。

参考文献

- [1] 夏伟. 实践初中体育与健康课程改革的体会[J]. 课程教育研究, 2019(41): 210-211.
- [2] 骆润生. 初中体育教学中健康教育的实施现状及改善策略研究[J]. 当代体育科技, 2019, 9(26): 98-99.
- [3] 杨智. 初中体育与健康教学研究[J]. 西部素质教育, 2019, 5(09): 98.
- [4] 沈晓东. 新课程背景下初中体育与健康课堂教学探讨[J]. 名师在线, 2019(03): 85-86.

小学体育低年级学生自主锻炼能力的提升方式

朱先林

(重庆市垫江县永安小学校 重庆 垫江 408308)

【摘要】在新课改的要求下,体育课程也变得极为重要,传统上对于小学生体育课程的重视程度微乎其微,小学体育课在许多学校,特别是地区落后的学校形同虚设,完全没有发挥出体育课对小学生的积极作用,原因是多方面的,主要有体育教师的缺乏和体育器材匮乏。如何帮助学生养成自主锻炼的良好习惯,重点在于利用好体育课探索学生运动爱好以及规范学生日常行为。

【关键词】自主锻炼能力;小学体育;提升方式

一、小学生主动锻炼能力的含义

按照分解式理解小学生主动锻炼能力的含义,可将其划分为小学生,即开展行为的主体,主动也就是不需要借助外力的帮助,完全属于自发,锻炼则是指通过某种具体行为加强自己的身体素质,综合起来就是小学生通过自主自发去进行体育锻炼的能力,这种能力摆脱了体育教师的监督而主动完成体育锻炼内容,是学生综合能力评估中的重要组成部分。

二、小学生自主锻炼能力需要提升的原因

素质教育下的教学对学生德智体美全面发展有了更加具体的要求,全面发展的教育目标提出已经有很多年了,但是在各地学校的落实情况并不是特别理想,特别是小学体育课的重视程度十分轻微,导致许多学生步入更高级学习阶段时难以适应体育课程,小学体育教育为何会出现断层,以至于无法在小学生年龄阶段帮助其培养良好的自主锻炼能力,归结起来主要有两方面的原因^[1]。一是小学体育教师数量少,与学生实际需求不匹配。体育老师的工资相比较于其他学科的老师少,一天的课时也并不是很多,再者很多经济贫困地区的学校并不重视小学生的体育锻炼,学校招聘的体育教师数量少,很多体育老师也不愿意到小学教授体育课,小学体育课一般由其他课程老师兼职,这样就造成有些老师直接用主课程代替体育课,学生接触的体育课实际很少;二是小学体育器材落后不齐全,学生没有机会进

行体育锻炼,自然无法在小学阶段养成自主锻炼的好习惯。现在经济的快速发展使得小学的教学条件越来越好,很多学校已经具备了体育场地,但是具体的体育工具就极为欠缺,由于小学生对体育器材的使用不合理和不爱惜导致很多器材丢失和损坏,加之学校经费有限不能及时补充和更新体育器材,所以学生无法进行体育锻炼。小学阶段的体育课程对学生自主锻炼能力的培养很重要,通过从小小的体育锻炼能够帮助学生养成经常锻炼的好习惯,进而增强自身体魄,同时也有助于学生健康成长,体育锻炼对学生的思维能力提升也有益处。

三、提升小学生自主锻炼能力的方式

1. 提供良好的体育课环境,提升体育教学重要性

体育课程的开展要更加规范,家家有家教,门有门规,没有好的规则制度对行为进行约束,就会产生混乱,并且成为一盘散沙。低年级学生的心智发育还处于初级阶段,很多事情考虑不到,完全处于一种无拘无束的天性之中,体育课的作用就是帮助低年级学生养成规范的行为,习惯于遵守规则,听从老师的指导和安排^[2]。顺利开展一门体育课,主要做好三个环节,一是上课之前要做好充分准备,首先要告诉学生体育课的着装,要穿运动服或者易于运动的服饰,其次是要划开锻炼场地并通知到每一位学生,最后是准备好体育器材和通知具体上课时间;二是上体育课的过程中关注学生运动安全,在运动之前进行适当的热身运动,做好出勤记录统计好

需要请假的学生名单,安排适当的运动量和运动时限;三是一堂体育课结束时,清点学生人数确保所有学生都在场,安排部分学生归还体育器材,可以布置部分课后作业比如课堂建议要求学生完成,下一次上课前收集反馈到的信息进行总结反省,以便于及时按照学生的建议进行改进。

2. 增强学生运动兴趣,激发学生锻炼意识

做任何事情都需要主动去热爱,也就是经常谈到的兴趣,做自己感兴趣的事情会充满动力,运动同样如此,喜欢篮球的学生不一定喜欢足球,每个学生的运动兴趣有差异,体育教师需要在体育课中找到学生的运动兴趣,并帮助学生有意识的进行这方面锻炼,学生对自己所做的体育运动感兴趣,他在这个过程中会完成的非常出色,并且对该项运动学习的特别快。如何有效的增强学生运动兴趣,可以采用偶像塑造和实际体验。偶像塑造的前提是教师要充分了解学生的运动兴趣,根据学生运动兴趣推荐学生观看相应的体育赛事,并向学生讲述各领域里的代表人物有哪些,通过多媒体展示体育健将的相关信息以此引起学生的注意;实际体验就是把兴趣相同的同学组织在一起,给他们分配各自的角色,然后制定相关的规则,让学生在规则中进行实战演练,体验身临其境的快感。

3. 更新体育课开展方式,确保课堂质量

很多体育课上方式显得零散,经过常规的几个项目后开始自由活动,小学生

没有教师的组织难以有序开展体育锻炼,很多时候是玩家常,这样的体育课便失去了其真正意义^[3]。体育教师需要把学生组织起来,通过分小组的形式把五到六个学生安排在一起进行锻炼,给每个小组安排任务,也可策划几个比赛,然后让每个小组以团队的形式合作参加比赛,小组间进行竞争。

三、结语

新时代教育背景下,教师要主动转变传统教育观念,体育课堂也是如此。教师要关注到每一个学生的健康成长,任何一个学生都是平等发展的,因此,体育教师要充分重视每个学生的运动兴趣,发挥其所长而克服其短,同时提供完整体育教学过程,增强小学生自主锻炼能力,为学生未来的全面发展提供基础,同时也有利于帮助学生拥有一个强健的身体。

参考文献

- [1]宋华娟.浅谈小学体育低年级学生自主锻炼能力的培养策略[J].中国校外教育(美术),2016,(1):147-147.
- [2]施迎春.小学生体育自主锻炼能力提升措施探究[J].新智慧,2018,(34):60-60.
- [3]胡玉.浅析如何在小学体育教学中培养学生自主运动的习惯及方法[J].文理导航(上旬),2016(4)81-81.

高要宽郊舞龙民俗文化与小学语文教学整合的研究

黄少梅

(肇庆市高要区回龙镇侨光小学 广东 肇庆 526100)

【摘要】高要宽郊舞龙民俗文化是回龙人的文化智慧结晶,将高要宽郊舞龙民俗文化渗透在小学语文教育中,使其能展现当地人文风俗特色,有利于当地民俗文化的传承与发扬,也能增强学生对自己家乡乃至祖国民俗文化的认同感、自豪感,提升学生的综合素养。

【关键词】高要回龙;舞龙;民俗文化;小学语文教育

一、民俗文化教育在小学教育中的意义

认识中华文化的博大精深,吸收民族文化智慧,关心当代文化生活,增强学生的民族自尊心和爱国主义感情是时代的要求。^[1]时的小学语文教育对传统文化的教育多限于对单元课文的学习或粗略理解,较缺乏对民俗文化知识的挖掘;在教学中,教育者往往忽视民俗文化内容的渗透,以及教育者本身对民俗文化知识储备不够,不重视,导致了民俗文化教育的缺失。舞龙,是中国民俗文化的一部分,是整个民族文化教育中不可缺少的一环。让优秀传统文化更好地为社会主义现代化提供文化支撑,增强学生对家乡特色民俗文化的自信心和认同感,应将舞龙文化带进小学语文课堂中,以校本课程为依托,通过多种形式的语文实践活动,在课堂上渗透舞龙民俗文化。

二、如何在小学语文教学中进行舞龙文化渗透与教育

为丰富学生的课余文化生活,强健学生体魄,使其了解本地舞龙文化,感受中华龙的精神,培养积极昂扬的少年意气,本次论文提出以下几点建议:

(一)以教材中的民俗文化为引,开拓学生眼界

语文教材中总是隐藏着民俗文化。^[2]如人教版六年级语文下册第二单元的三篇课文(包括《北京的春节》《藏戏》《各具特色的民居》),都展现了中国不同地方的民俗文化特色,如不同的节日传统、建筑风格、风土人情等。对当地人来说,民俗文化就是一种经过漫长的演变发展、对生命的独特审美和理解;于学生而言,这是丰富多彩的民俗文化图鉴,也是鲜活生动的教材。教师要植根于教材,在教学中引导学生了解本地民俗文化,加强学生对民俗文化的熏陶。如《北京的春节》,讲到春节期间北京人们的特色活动,可引导学生回忆春节期间本地舞龙活动的景象,让学生将本地春节的舞龙活动和北京春节的特色活动作横向对比;课后让学生搜集、分享交流对舞龙文化的课外知识,过程中进一步感受本地舞龙文化的博大精深,深刻认识两地风俗活动的不同,激发学生对民俗文化的兴趣,从被动接受信息,转变为主动接受熏陶,由衷为本地民俗文化所震撼。

(二)课外拓展,延伸舞龙文化的教学

高要的传统节日渗透着舞龙文化的影子,例如人们会在高要的茶果节期间进行舞龙表演。教师可以利用这些节日讲授高要宽郊舞龙文化的历史知识,发挥学生主观能动性,让学生做关于舞龙文化的手抄报、板报;开办舞龙文化展,举行舞龙知识竞赛;^[2]引导学生阅读舞龙文化的书籍;开展以“高要宽郊舞龙文化”为主题的班会,交流搜集到的相关资料。宽郊村舞龙历史悠久,村中孩子从小热爱和学习舞龙技艺,代代相传,使舞龙文化更趋年轻化。而侨光小学自组校内的舞龙队,选拔条件合适的学生作队员,学习如何舞龙,在一些大型活动(如文艺晚会、校运会、仪仗队检阅等)中表演学习的成果,教师组织学生观摩,让学生充分感受舞龙文化的氛围。不管是表演者还是观众,都享受到作为“龙的传人”的愉悦与自豪,使龙的精神发扬光大。

教师也可利用教材习作资源,写作前,给学生展示当地舞龙民俗传统的视频、图文史料等,引导学生观摩自己学校的舞龙队,看看本地舞龙文化与其他地方的舞

龙文化有何区别,引发他们更多对舞龙的兴趣、想象和思考。

(三)发扬舞龙文化精神,提升人文素养

经贸、文体、科技全球化发展,海外华侨更是遍布世界各地,越来越多人以龙为媒,以龙会友,以龙促贸。因此,舞龙文化得到传承与发展,能展现泱泱中华的文化风貌。所以,语文教师在小学阶段注重地方舞龙文化教育,让学生从小便能感受到地方风俗文化的丰富内涵,受健康昂扬的文化所熏陶,培养审美趣味。

例如,《藏戏》不仅展现了藏戏独具特色的艺术形式,让学生看到了藏戏之美,还从西藏高僧唐东杰布通过藏戏为人们架桥造福的故事中理解了藏戏蕴藏的对他生活的美好祝愿与追求。同样,舞龙文化也蕴含了人们对美好生活的向往与追求。授课后,教师利用《藏戏》中心思想的相关性,向学生延伸普及本地舞龙文化,渗透“龙”这一中华图腾精神,使其进一步感受地方舞龙文化对当地人精神生活的正面影响,教育学生树立昂扬向上的人生观。

(四)积极开发校本课程,编写乡土教材

校本课程开发是学校依据自身的性质、特点、条件以及可以利用和开发的资源,由学校教育人员与校外团体或个人合作开展的课程开发活动。^[3]当前,小学生接触的语文内容涉及多个范畴,但现阶段他们掌握的知识是有限的,传统课堂也无法对学生进行大量深入的民俗文化教育。因此,学校可以根据本校教学特点,开设切实可行的地方文化特色课程,甚至组织编写、试用相关的乡土教材,进行针对性的舞龙文化教育。

乡土教材最重要的意义就是发现我自己。乡土,就是每个人长大的地方,是让人渐通人事,形成自己情感、态度、价值观的地方。^[4]编写乡土教材,其内容应该要代表本地生活智慧的。回龙宽郊的舞龙文化正蕴含着本地生活智慧,才会历久不衰,成为回龙文化的“活化石”。编写乡土教材也是校本课程开发的一个重要方面,^[4]以高要宽郊舞龙文化为主题的乡土教材,必定涉及龙的寓意、舞龙起源、环节、仪式、服饰等特色内容,教师讲解这些内容,帮助学生在常规学习上产生更多对舞龙的了解和热爱;有了先前对民俗文化的认识,再回归到语文常规课堂,学习课本中的民俗类型课文,就会易于理解。

三、结语

学校是传承文化的主要阵地,在语文教学过程中渗透本地舞龙文化,向学生展示何谓“龙的精神”,教会他们了解、传承、发展和保护属于自己的民俗文化结晶,使他们从小培养积极奋进的精神意志,形成健全人格,学生的民族自豪感和自信心才会如春苗一般健康滋长,勃发生机。

参考文献

- [1]张立新.中小学古诗文诵读教学研究[D].北京师范大学,2007.
- [2]王茂.大学体育文化品牌创建成功路径之探析[D].南京理工大学,2010.
- [3]周洁.民俗文化作为语文课程资源的开发和利用研究[J].广西师范大学,2014.
- [4]王小平.乡土教材:有根的教育[J].中国教师,2016.