

# 趣味田径教学法在高中体育教学中的探究

沈英杰

(萧山第十高级中学 浙江 杭州 311200)

**[摘要]**以往的高中体育课堂着重在体育学科的专业性上,没有很好地协调体育与身体素质发展之间的关系,导致较多的教学问题出现,使得学生的全面发展进程受到一定的影响。随着近年来的课改进展,对于体育教学明确指出在完成基础教学任务的基础上,需对学生的体育运动能力进行培养,促进学生的身心发展,提高学生的健康水平。有相关报道提出采用和谐互动教学可有效地促进高中体育课堂的基础教学,并可达到提高学生健康水平的目的,基于此,本文对高中体育课堂中如何实施和谐互动教学的策略进行探究分析。

**[关键词]**高中; 体育; 趣味课堂

**[DOI]** 10.12252/j.issn.2096-627X.2019.11.851

## 引言

在高中教育阶段开设体育课程,终极目的是促使学生身心健康发展。增强学生的身体素质。因此,体育课程在高中教育阶段是一项重要学科。但目前体育教学效率普遍低下,究其原因,主要受传统教育观念影响。刻板且单一的教学模式让学生在体育课堂上丧失学习兴趣,课堂参与度随之降低。基于此种枯燥的体育课堂,学生跟老师之间无法达成和谐的互动,师生之间的互动频率愈发降低,体育课堂的教学目的始终得不到提升。教师长期完不成教学目标,学生对体育的学习兴趣不断消减,形成恶性循环。本文就如何提高高中体育教学效率进行探究分析。

## 一、转变教学观念

新课改以前,基于我国传统的教学理念,教师在课堂授课过程中往往以填鸭式教学模式给学生进行灌输式知识填充<sup>[1]</sup>。而在这一过程中,学生与教师间的互动频率极低。教师“满堂灌”的教学方式更是让学生对学习的主观能动性得不到正常发挥,导致教与学的关系严重割裂,大大降低了教学效率,而这种存在严重弊端的授课手段更不适用于体育课堂中。体育课堂需要学生高度的参与,教师应积极转变教学观念,旨在引导学生发挥自主性主动参与课堂互动,而非指导学生被动接受知识。因此,教师首先要完成自身的身份转变,再积极活跃课堂氛围,增加学生对体育学习的积极性。例如,在教授接力跑的技巧时,教师在进行理论讲解时,应留心观察每一位学生的听课反应,及时为有疑问的学生进行耐心讲解。接着在进入实践环节时,教师可以为学生分好小组。对于人员不齐的小组,教师可以及时补位。并且在与学生进行互动的过程中,主动为动作不到位的同学耐心示范,让他们真正学到体育知识,同时,这个过程也促使教师与学生之间的关系更加和谐。

## 二、游戏教学

游戏教学是学生在模拟游戏的过程中掌握了知识重点的教学手段。这种方式可以让学生在一个生动活泼的课堂氛围中学习。在这个过程中,学生的学习积极性被调动起来,从而有效转变学习态度,变被动为主动对学到的知识产生更加深刻的印象<sup>[2]</sup>。而在高中体育教学中应用这种积极引导式的教学方式,可以提高学生参与体育课堂的活跃性,这样既增加了师生之间的互动,拉近师生关系,又使教师达成自身的教学目的。例如,在教学足球射门技巧时,教师应先对学生进行理论知识讲解,接着让他们自由练习,最后根据提前设计好的足球游戏让学生参与进来。像定

点射门游戏,先把球定点,随后让学生结合本堂所学到的知识点进行射门,每人有2次机会,把学生分好小组,每组4—6人,将进球数统计好,对于进球数最多的小组进行充分奖励。对于进球数最少的小组进行相应的惩罚,表演唱歌或跳舞等。旨在让学生对体育课堂产生热烈期待,促使其提高对体育课堂参与的主动性,从而达到教学目的。

## 三、趣味教学

趣味教学旨在提高学生的学习兴趣和,主要强调以学生为本,按照学生的心理特征进行合理引导,从而达到教学目的。这就要求教师及时观察学生,并具备一定的洞察力,能有效捕捉学生当下的心理状态,且善于发现规律,积极引导,能结合学生对知识的心理期待对课堂教学进行有机创新,及时满足学生的求知欲。而高中田径教学非常有必要开展趣味性教学,主要为满足素质教育的基本要求、体育兴趣的基本要求、学生运动的基本要求和田径改革的基本要求。在高中田径教学中,普遍存在课堂缺乏活力、缺乏互动的问题,枯燥的体育训练让课堂沉重乏味,学生的积极性一再被消减<sup>[3]</sup>。为了改变此种现状,教师首先应把教学重点转变为如何活跃课堂氛围上来。可以创新教学方法。如,在教授三级跳的技巧时,教师可以在讲解理论论知识的时候注意使用趣味性语言,使课堂氛围轻松起来。学生在一个轻松的氛围中更愿意主动学习,从而掌握知识点。教师在进行趣味体育教学时,可以从创设情境教学和导入游戏教学两方面入手,激发学生产生学习兴趣。

## 结束语

总而言之,要实现高中体育课堂的趣味性教学,需要教育者首先转变教育理念,摒弃传统教学方法,在教学过程中,切实做到以学生为主体,洞悉学生的心理状态,站在学生的角度设置教学方案。使学生对体育学习的主观能动性被充分调动起来,积极学习体育知识,加强体育锻炼,从而使身心健康得到充分发展。

## 参考文献

- [1] 张伟氏. 高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, 2017.
- [2] 袁书年. 体育游戏在高中体育教学中的合理运用[J]. 当代体育科技, 2019.
- [3] 张学军. 浅析高中体育教学中学生终身体育意识的培养方法[J]. 中国校外教育, 2019.

# 美育视角下的高中音乐鉴赏课堂构建

石小钰

(亳州市第一中学 安徽 亳州 236800)

**[摘要]**苏联著名的教育家苏霍姆林斯基曾经说过:“音乐教育并不是音乐家的教育,而首先是人的教育。”美国著名的黑人民权运动领袖也曾经说过“音乐是万德胚胎的源泉,不为音乐所动的人,我必定把他比作木石。”这两句名言充分说明了音乐对一个人精神养成的重要性。高中音乐教学课时有限,如何在有限的时间里让学生领会音乐之美,提升学生的审美能力。这些问题的解决都要落实到音乐课堂的构建方法上。笔者将简要介绍高中音乐鉴赏课的构建策略与具体方法。

**[关键词]**高中音乐; 音乐教学; 教学方法

**[DOI]** 10.12252/j.issn.2096-627X.2019.11.852

## 引言

美育是学生发展的一个不可缺少的部分,它的本质在于理解自然和社会的美,理解人与人相互关系的美,在于以艺术眼光来认识周围现实,在于培养艺术上的美的创造力。音乐教育是审美教育的重要途径,可以陶冶情操,开阔学生视野,提升学生对美的感知力,塑造学生性格。笔者将根据自身教学经验就构建充实美好的高中音乐课堂的方法给出几点建议,供同仁参考。

## 一、做好课堂导入

高中音乐鉴赏课不做考察,没有硬性要求,使得很多老师教学态度松懈,在音乐课堂中只是讲一些晦涩难懂的乐理知识,然后将音乐放开,听几遍就敷衍了事,没有真正激发学生对音乐的兴趣,更没有让其领略到音乐之美<sup>[1]</sup>。兴趣是最好的老师,音乐学习也是如此,老师要做好课堂导入,适当讲解乐理知识,增加学生学习的兴趣。课堂导入的方法有很多种,老师可以选择讲解音乐创作背后的历史故事,也可以介绍创作者的创作意图,心路历程或者名人逸事,还可以选择介绍不同种类音乐的产生的文化背景等等。实现课前导入的途径也有很多种,老师可以课前给大家播放一个相关电影片段,或者一个画面,讲一段不长的故事等等。例如,在讲解人教版高中音乐鉴赏课教材第十一单元《一个人的流派-德彪西》时,老师可

以向学生放映同学们都喜欢的一个美国电影《暮光之城》中的片段,那个片段背景音乐便是德彪西的著作《月光》,在放映完片段后,同学们必然会提升对德彪西音乐的兴趣,自然也对老师的讲解更加专注。

## 二、情景教学,让学生领会音乐之美

一首乐曲的创作者总是会在作品中注入自己的情感和思想,这也是为什么人们在听到不同乐曲时自己的情绪会随着旋律时而高兴愉快,时而失落难过的原因。老师在对一首乐曲进行教学时,不仅要让学生掌握乐曲中使用的演奏技巧和演奏乐器,还要让学生领略一个音符中包含的创作者的情感和思想<sup>[2]</sup>。为了让学生领略音乐之美,老师可以采用情景教学的方法。例如,老师在讲解人教版高中音乐鉴赏教材第十七节《钢琴音乐的奇葩》中《爱之梦》时,可以让学生进行畅想,老师可以边通过语言进行意境描述,边播放《爱之梦》。老师可以说:“畅想自己正在与自己喜欢的人一起在夜晚赏月,你们都不说话,静静的依偎着对方...”通过意境教学,可以让学生体会到老师无法用语言讲述的音乐背后的深层情感,而且通过意境教学可以让学生与乐曲中蕴含的情感产生共鸣,与创作者“对话”。对于乐曲的讲述,老师要知晓“言有尽而意无穷”,适当的“留白”,保留乐曲深层的美。

## 三、鼓励学生在课堂中表达音乐体验

教育教学的主要对象永远是学生，学生是进行教育教学活动的主体，音乐教学注重每一个个体对音乐的亲身感受，老师要更加注重学生在音乐鉴赏中的主体地位，尊重学生对音乐的独立的想法与感受。老师可以鼓励学生进行音乐表达，在学完一个单元的内容之后，可以鼓励学生撰写乐评，为钢琴曲填词，以音乐为背景，拍摄相应的画面或者剪辑相应的画面等等，让音乐潜移默化地融入学生的生活<sup>[3]</sup>。例如，在讲解人教版高中音乐鉴赏课教材第十一单元《一个人的流派—德彪西》中《亚麻色头发的少女》一曲后，老师可以鼓励同学们基于自己对这首曲子的理解，描绘一幅画面，或者根据音乐写一个故事短篇等。通过这样的方式，让同学们细细体味音乐之美，并在审美过程中提升自己的精神境界。

#### 结束语

高中生即将面临高考的考核，学习任务繁重，学习压力大，高中音乐鉴赏课可以在紧凑的学习节奏中为学生营造一个暂时的放松的环境，有助于学生缓解学习压

力，在来自不同文化背景的音乐熏陶之下，使学生开拓视野，陶冶情操。老师应充分准备，选择合适的方法，为学生讲好每一节音乐鉴赏课，在枯燥的高中学习生活中为学生建立起一座可供休憩的精神花园。

#### 参考文献

- [1]周艺铭.关于高中音乐鉴赏课教师示范环节的思考[J].教育观察,2019,8(42):143-144.
- [2]秦江莉.高中音乐教学中学生乐感及鉴赏能力的培养策略[J].北极光,2019(12):26-27.
- [3]李荣华.浅析高中音乐教育培养学生鉴赏能力的探索实践[C].广西写作学会教学研究专业委员会.2019年教学研究与教学写作创新论坛成果集汇编(二).广西写作学会教学研究专业委员会:广西写作学会教学研究专业委员会,2019:487-489.

## 小学体育“做中学”教学策略探析

姜芸

(江苏省常州市金坛区岸头实验学校小学部 江苏 常州 213200)

**【摘要】**在小学体育教学中，教师要积极地引导学生，让他们产生体育学习的兴趣，化被动为主动，成为学习的主人。在“做中学”体育教学方式中，能够充分尊重主体地位的学生，让他们更好的体验到体育学习的乐趣，从而激发学生的主动参与意识，更好的进行身体素质的锻炼，同时，能够高效的完成教学目标，达到教学目的。本文从两大方面对小学体育“做中学”的方式进行了探讨。

**【关键词】**小学体育；做中学；应用方法；注意问题

**【DOI】**10.12252/j.issn.2096-627X.2019.11.853

体育教学应该将体育竞技技能以及体育道德精神并举作为快乐体育课堂教学的主要内容。不仅要教会小学生掌握体育的专业性和技术性的竞技能力，锻炼好体质和体魄，而且也要更加注重培养小学生对体育精神的正确理解，培养他们高尚的体育竞技道德。

### 一、做中学在小学体育教学中的应用方法探析

做中学的教学方法并不固定，只要能够符合做中学教学的教学原则，实现做中学教学的目标都可以用于做中学教学当中，笔者结合自身教学经验，谈论几种“做中学”的常用方法。

#### 1. 分组教学法

体育学习过程中，由于学生自身身体条件和心理因素等条件的差异，每个学生在学习过程中的进度会有较大的差异。如果不考虑这些差异仅仅将学生作为一个共同体，按照既定的进度进行教学，势必会造成很多学生因为跟不上教学进度，而丧失对体育学习的学习兴趣，整体教学质量也会受到很大的影响。而体育教学并不是要让学生将所有的技能都掌握，而是让学生形成自我学习，热爱学习的学习态度。应做中学教学的要求，可以将学生根据学习进度分成不同的学习小组，让学生在不同的学习小组内按照自身的学习情况进行学习。

#### 2. 体育比赛法

对于一些体育技能教学如快速启动教学，单纯进行动作的学习和锻炼是非常枯燥和无趣的，会降低学生的学习热情。针对这种体育技能教学我们可以采用比赛的方法进行教学，让学生通过相互的比赛，提高学生学习的兴趣，同时通过竞技激发学生的潜能，如在快速启动教学，教师可以让学生分成两人小组比赛，比赛同时启动看谁能抓住谁，这种教学学生的学习兴趣会更高，同时也能够更快的掌握技能方法，激发学生的潜能。

#### 3. 游戏教学法

针对小学生喜欢游戏和玩闹的身心特点，如果将相应的体育学习编制成游戏，学生的学习兴趣会更高，学习起来也更加容易。如体操分腿腾越这个技巧的学习时，我们可以将其编制成“跳人马接力”游戏，让学生在参加游戏的过程中掌握相应的体育技巧，实现做中学的教学目的。

### 二、“做中学”教学法必须注意的一些问题

“做中学”作为一种教育理念，体育的概念，目标，特点，内容和形式可以符合“新课程”的要求。特别是在中小学体育教学中，学生的身体和心理特点决定了“做中学”可以产生一种新的体育教学模式，促进学生的身心健康。因此，在中小学校中，深化和促进“做中学”的研究具有现实意义和强大的历史意义。但是在实施“做中学”时，要注意以下几点：

#### 1. 趣味性和教育性并重

在小学体育课堂中，教师应根据小学生的年龄特点，为小学生提供与教学内容相关联的体育素材，保证体育教学内容实现趣味性和教育性相统一的原则，进而更好的提升游戏教学效果。趣味性是体育教学中重要的组成部分之一，采用趣味性教

学模式，能够促使小学生全身心的投入到体育活动中来，增强小学生的机体抵抗力，帮助小学生养成良好的运动习惯。因此教师在提高小学生对课堂积极性的同时，加强纪律的管理，有利于提升体育课堂质量。

#### 2. 注重活动设计的创新

在体育课堂中引入游戏教学模式，有利于激发小学生对教学内容的积极性。据相关研究证明，若长期对小学生提供相同的游戏内容，不仅会降低小学生的学习兴趣，更会严重影响整体的教学质量，因此体育教师应根据学生的兴趣爱好，为小学生提供种类繁多以及内容丰富的游戏项目，最大限度地保持小学生对游戏内容的新鲜感。

例如在进行“贴膏药”游戏时，教师可以在传统玩法的基础上适当增加相应的游戏项目，如分组时，可将男生分成一组，女生分成一组的同时，并在背后贴上相应的姓名牌，让一个学生在前面跑，另一个学生在后面追，并以撕下姓名牌为比赛的输赢。将传统贴膏药游戏的基础上适当增加新型的游戏项目，能够促使学生始终保持原有的新鲜感，提高整体的课堂氛围。

#### 3. 重视活动教学的情景创设

在体育课堂中，教师应根据小学生年龄大小以及个人的喜好等特点，为小学生设立相应的情景创设，使学生能够全身心的投入到游戏中来。例如教师可以设立内容新颖的情节化游戏，使小学生在做游戏的过程中扮演自己喜欢的角色，这样不仅有利于丰富游戏教学内容，更有利于加强小学生的创新思维，使小学生在做游戏的过程中愉快地完成体育教学内容，增强机体抵抗能力。与此同时，教师还可以通过视、听、思、练等教学手段，加强小学生大脑中枢神经的发育功能，进而更好的提高机体四肢的灵活能力以及平衡能力，促进脑部神经器官的发育功能，提高小学生对游戏规则的理解能力和对游戏内容的领悟能力。

#### 4. 选择恰当时间进行教学活动

体育教师在讲课的过程中，应根据体育教学内容采用恰当的时机对小学生进行详细的讲解。例如在讲解跳远课程时，教师应对跳远的步骤进行详细的解剖，并向学生讲解助跑、跳跃、腾空以及落地的注意事项，预防小学生出现摔倒和关节扭伤现象，保护小学生的身体安全。

总之，传统体育教学中学生处于被动学习的地位，其只能被动接受教师所教授的所有知识，而对其中的一些不合理之处也很少能进行评判，这种教育模式致使学生缺乏对课程的参与性和积极性，甚至部分学生丧失对体育学习的兴趣。而做中学教学方式提倡打破传统体育教学模式，让学生成为教学的主体，以激发学生的学习兴趣为主导，让学生自己积极的参与到教学活动当中，提高体育教学的教学效率。

#### 参考文献

- [1]孙晓峰.小学做中学教学研究[J].读与写(教育教学刊),2010,7(01):162.
- [2]苏静.小学体育课堂引入做中学理念的实践尝试[J].名师在线,2017(14):11-12.