

# 小学韵律操在素质教育中的作用及教学策略探究

俞文华

(甘肃省古浪县城关第三小学 甘肃 武威 733100)

**[摘要]** 为了促进少年儿童健康成长,全面发展,陶冶学生情操,让学生的生活更加丰富多彩,突出了大课间艺术活动。本文简要阐述了韵律操的内涵,阐述了韵律操对小学生的作用,并给出了小学韵律操教学的策略。

**[关键词]** 小学;韵律操;内涵;作用;策略

一直以来,我们为了促进少年儿童健康成长,全面发展,陶冶学生情操,让学生的生活更加丰富多彩,突出了大课间艺术活动。我校二年级的相关老师针对低年级孩子的特点集体创编韵律操,秉承了“我运动,我快乐,我健康,我成长”的教育理念。使学生通过跳韵律操,不仅锻炼了身体,也培养了学生的艺术素养,营造了浓郁的艺术健身的氛围。

## 一、韵律操的内涵

韵律操节奏鲜明,吸收了舞蹈,艺术体操,广播体操,健美体操的精华,韵律感强,以美为特征,加之配合优美欢快的音乐,健身又健美。它以增进健康形体,美化姿态,调节情感,发展身体协调能力及灵活性为目的,只要掌握若干典型的动作,就能配合音乐节奏进行自编自演。

## 二、韵律操对小学生的作用

### (一) 对身体方面的作用

少年儿童经常进行韵律操运动,能促进身体长高,塑造出完美的体形,增强体质。韵律操的动作、节奏符合人体的生理学规律,是一种极为科学的训练方式。长期进行韵律操的锻炼,能够改善人的体质。学生在试图完善自己的动作,使动作规范,达标的过程,也是一个训练自己的力量,而力量是决定一个人的体质的重要因素,基于上述的分析,可以明显看出来,韵律操训练对于提升小学生的体质具有积极的作用。

### (二) 对心理健康的作用

随着时代的发展,教育观念的不断更新,对于学生心理健康的教育越来越受到人们的重视。韵律操这种运动除了对体质、体态的积极影响之外,对于心理健康的调节和提升也能施加积极的影响,主要包括以下几个方面的内容。

#### 1. 提高学生注意力

众所周知,小学生比较顽皮、好动的。好奇心也比较重,而且自我约束、自我控制能力也比较差,这就导致小学生的注意力比较涣散。小学阶段是一个能力培养的关键时期,注意力在这一过程中扮演着极为重要的角色,很多小学教师都为小学生的注意力差而犯愁,苦于找不到提高小学生注意力的方法,从而阻碍了小学生各方面能力、素养的养成。韵律操训练具有十分强的节奏感,具体的动作,而且每一个动作都必须跟随音乐和节奏,在训练中对注意力的要求是极高的。学生需要牢记每一个动作,跟

随每一个节奏,这样一种训练模式,对于学生的注意力提升是十分有效的。

#### 2. 陶冶学生的情操

前面我们已经提到过韵律操能够帮助学生塑造形体,使其更加具有美感。在形体变得更加具有美感的过程中,学生本人所获得的感受是最为直观的,这也间接加强了学生对美的感受能力。学生知道何为美并且以这种美感为荣。在日常生活中的行动坐卧都会严格要求自己,从而获得整个气质上的提升。而随着个人气质的提升,审美意识和审美能力的提高,其情操也会受到陶冶,心灵得到滋养。

#### 3. 调节学生的心理状态

音乐是一种极富有感染力的艺术形式,在美妙的音乐声中,或者在极动感音乐节奏中,学生的心也会随之跳动。韵律操中的音乐一般都是节奏感强烈的,欢乐的类型,在这种音乐声中,学生能够极大的摆脱课堂教学的枯燥与无味,获得更加轻松的心理状态。

## 三、小学韵律操教学的策略

### 1. 营造良好的教学氛围

由于先天性的因素,每个人对于节奏感的把握有着一定的差距。在韵律操教学中,经常会碰到一些节奏感比较差的学生,找不到节奏,或者难以跟上节奏。为了能使这部分学生尽快找到节奏,教师需要营造良好的教学氛围,细心、耐心施教。比如在韵律操教学初期,教师应该先不传授太过复杂的动作,先从一些简单的动作入手,不做太过严格的要求,降低学生紧张情绪,从而能够充分融入到韵律操的学习氛围中。

### 2. 借助多媒体进行教学

多媒体教学是当前各科教学中较为主流的,其不但能够提供视频,音频体验,还能为学生传递更多宏观的信息、知识等,将抽象的教学转变为具体,可感的认知,感受对象,更易于学生理解和掌握。韵律操教师在教学过程中,应该利用多媒体技术将韵律操教学的视频、动作分解、审美等诸多内容展示给学生,这样不但可以巩固和提高学生的韵律操水平,还可以让学生更好地理解韵律操的美感。

总而言之,希望能够通过上文加深大家对韵律操的认识,在小学中更好的开展韵律操的教学,最终有益于小学生的健康。