

就对音乐学习没有兴趣的学生来说,更容易上课“开小差”。这样的恶性循环就会使教师的教学进程受到阻碍,音乐教学中创新能力的培养无法达到预期的效果目标。

3. 重视程度低

在应试教育的大背景下,学生被贴上了“考试机器”的标签,对升学“没有实际意义”的学科不受重视。具体表现在,除了语数外和理科以及文科课程,艺术、计算机等科目课时少且常被占用,为应试科目让路。这是一个极其普遍的现象,甚至被人认为是正常的,因为在教学步伐如此紧张的阶段,舍弃这些对升学成绩没有太大影响的科目看似是较为“明智”的选择。但实际上,也正由于能够充分调动学生创造能力的学科被选择性的忽略掉,导致学生们创新意识不够。

三、培养小学音乐教学中创新能力的策略

1. 以抛出问题作为引导的教学形式

意识是行为的向导,脑中拥有意识,才能够表现出相对应的行为。在教学过程中,教师首先要抛出问题使小学生们脑中具有主动思考音乐知识的意识,引导学生思考,激发其表达欲,进而才能做出对音乐的行为反应。

以小学五年级音乐课本中“美丽的家乡”为例,老师可以通过提问学生跟歌词相关的问题,像是“猜猜歌词中写的是哪个地方的景色呀”“作者为什么要在歌词里写河水、田野呢”这类的问题,来引导学生感受歌曲中的内容,产生主动思考、积极联想的意识。这种问题引导的方式能够使学学生积极主动地投入到教学活动中,在回答问题的同时调动自己的创新思维。

2. 利用体态活动培养学生的创造力

让学生创造性地理解音乐中所表达的内容,需要借助体态。小学生的思维以“形象思维模式”为主,抽象的教学内容学生不易理解。所以教师应当将学生的行为与思维统一起来,用一种更加直观、更加具体的适合小学生思维的方式来表达音乐中的情景。

比如小学二年级音乐课本中的“郊游”,老师可以指导学生做出和郊游相关的动作,不限于歌词中写到的“手拉手”,任何学生想到的动作均为正确答案。如此

一来,既发挥了学生的想象力和创造力,又将学生脑中的思维转化为行为,锻炼了动手能力。

3. 翻转课堂以提升学生的创新思维和实践能力

必须以学生为主体进行教学,才能使学生的创新思维和实践能力得到提高。在传统的灌输式教育中,学生一直是以接受者的身份参与教学活动,要想改变这种本末倒置的现象就应当将学生拉上讲台。也就是说,在课堂上,学生来讲、学生展示、学生输出,教师此刻是接受者的身份,而后再加以引导。如此一来,学生的主动性就能得到充分的发挥。

比如小学二年级课本中的“火车呜呜”,老师可以提前布置表演任务,安排翻转课堂。例如让学生自行结组,构思最终的表演形式,拍摄音乐视频、现场音乐剧等,并且编排剧本、安排角色等。各组表演结束后,学生和教师共同点评,最后教师再进行简单的补充讲解。和传统的音乐课堂相比,小学生在这样的音乐课堂中更能够充分锻炼创新思维和实践能力。

四、结语

小学音乐是促进学生身心发展的重要课程,想实现小学音乐教育的成功,教师必须对学生创新能力的培养给予重视。只要一切以学生为中心,一切为了学生的发展着想,小学音乐教育成果必定会在未来的一段时间内得到充分体现,教学效果也一定会有显著的成效。

参考文献

- [1]王丹丹.小学音乐教学中如何培养学生的创新能力[J].西部素质教育,2019,5(04):83.
- [2]肖翔君.论小学音乐教学中学生创新能力的培养[J].黄河之声,2018(05):93.
- [3]倪金玲.小学音乐教学中培养学生创新能力的策略[C].教育部基础教育课程改革研究中心.2017年课堂教学教育改革专题研讨会论文集.教育部基础教育课程改革研究中心:教育部基础教育课程改革研究中心,2017:277-278.

浅议学生体能教学在体育课堂教学中的实施

潘杰

(黑龙江省哈尔滨市香坊区朝阳镇中心校 黑龙江 哈尔滨 150069)

【摘要】本文依据《课程标准(实验)》的指导思想以及本人日常教学工作中对学生体能教学的经验积累,总结归纳出在体育课堂教学中发展体能的重要性、针对不同的运动项目优化体能教学、根据学生的学情实施体能教学三方面内容以提升学生身体素质进一步提升课堂教学的有效性,为教师实施体能教学提供参考与借鉴。

【关键词】体能教学;体育课堂教学;实施

《课程标准(实验)》指出:“体能:指人体各器官系统的机能在身体活动中表现出来的能力。体能包括与健康有关的体能和与运动技能有关的体能。前者包括心肺耐力、柔韧性、肌肉力量、肌肉耐力、身体成分等,后者包括从事运动所需要的速度、力量、灵敏性、协调性、平衡、反应等。其中一些体能成分既是与健康相关的体能,又是提高运动技能水平所需要的体能。体能是体质的重要组成部分。”可见体能的内容不仅仅是关系到运动技能学习,还与人的健康密切相关,足见其基础性的特征。

一、体育课堂教学中发展体能的重要性

首先,发展体能能够提升学生体质健康水平。学生体质健康水平的发展趋势决定了我们在教学实践中要重视学生体能发展。我国学生体质健康水平30多年来呈现下降趋势一直得不到有效改善,原因固然有很多,如学生课业负担过重、校外辅导名目繁多、睡眠时间长时间得不到保障、生活条件改善后营养过剩等,但这些客观原因是随着时代变迁必然产生的事实,因此理论上学生的体能状况必须比原先更加好才能适应,而现实是锻炼时间严重缺乏造成体能不增反降。所以只有将体能放在优先发展的位置,大力改善学生体质健康状况,才有可能适应和满足当前学生学业状态,优先发展体能的第一主阵地就是我们的体育课堂。

其次,发展体能能够促进学生运动技能形成规律。学生运动技能形成规律决定了我们在教学实践中要重视学生体能发展。运动技能形成经历泛化、分化、巩固三个过程,它们之间相互联系但又没有绝对的界限,影响三个过程时间长短的原因除了教师的教学以及环境条件等等因素外,学生学习动机、体能水平以及原有习惯动作等内因起着关键作用,特别是反应、协调性、力量、速度等身体素质,直接决定着动作掌握进程,尤其体能不匹配时往往看着明白,心里也很想做出,但就是力不从心。因此,只有体能发展放在优先位置,才能有效缩短运动技能形成三个过程的时间。

第三,发展体能能够增强体育课堂中学生的运动负荷。体育与健康课运动负荷的提升决定了我们在教学实践中要重视学生体能发展。学生锻炼的时间多了,可体能却没有明显的提高。在学校繁重的教学安排下,学生沉重的课业压力使整体的教学实践中体育教学所占的比例极小,孩子们正好处在发育的黄金时期,必要的运动负荷是不可缺少的,这就要求体育教师必须珍惜和充分利用体育课短暂的教学时间,在每节加入了体能训练。单纯的跑步、跳高、投掷等内容已经不能满足孩子们提升体能的要求,取而代之的是更加丰富的教学内容和学生体能的上升。

二、针对不同的运动项目优化体能教学

在体育课堂教学中我们要根据不同教学内容设计相对应的体能教学。球类运动属于开放式与运动技能,在进行球类技能教学的同时要融入跑的能力练习、提高学生协调性能力的练习。即使学会的学生,当环境增加难度时,比如比赛,技术动作又会出现失误增加,这个固然与技术的熟练程度有关,但更重要的影响因素是体能跟不上比赛的要求。因此,把技术学习置于组合练习中重复学练更有利于达成这个目标。如前滚翻的学习,可以通过设计“慢跑+前滚翻、慢跑+前滚翻+前滚翻、跨

跳障碍物+前滚翻、柔韧练习+前滚翻、抛接物品+前滚翻、连续前滚翻”等组合练习,在这些组合练习学练过程中,在前滚翻的技术规格改进提高同时,“动作与动作连接、空间判断”等体能均得到了发展,而这些体能是进一步改进前滚翻技术的必备前提,也是学习前空翻等更复杂技术的基础。当前滚翻学习过程设计将体能发展放在优先位置,并通过组合练习实现,此时技术运用的环节也就自然解决,帮助学生尽快建立前滚翻与其他动作连接的意识,并在成功到失误再到成功的过程中提升心理感受能力,从而为身体活动中的综合表现即运动能力的形成打下坚实的基础。

当技术学习过程中出现学不好时,教师通常会跟学生分析原因,原因中也会涉及体能方面内容,如果接下来没有相应的改善体能练习方法的学练,只是告诉学生“为什么”,而没有让学生知道并体验掌握“怎么做”,对于问题的解决势必缺少了基础的东西,同时也使学生掌握相应的锻炼知识失去了好时机。如:学习侧手翻,在以往的单元设计基础上,增加支撑、倒立等专项体能练习方法的课时内容,通过提高学生支撑能力、倒立时空中身体姿态控制能力,为改进提升侧手翻动作质量和熟练性提供有力支撑。这样我们根据不同的运动项目去设计、去优化体能教学会大大提升教学效果、学习效果和学生的体质健康水平,实现体育课堂体能教学的真正意义。

三、根据学生的学情实施体能教学

小学阶段的学生,生性活泼好动、大多好奇心强、想象力丰富,在学习中表现出好奇、好新、好问,同时独特性突出,喜欢新鲜的事物,喜欢在集体中标新立异,在争辩中显示自己的能力,不喜欢机械的统一要求与墨守成规,喜欢教师的表扬与鼓励。他们随着生活常识与文化知识的积累,尤其小学阶段高年级学生已具有一定的独特的分析、思考能力。孩子们比较乐于参与体育活动,并乐于向同伴展示运动动作,逐渐形成自己的兴趣爱好,他们模仿能力强、依赖性强,但是自我约束能力差,绝大多数同学已经具备了一定的社会适应能力,能在集体活动中和他人团结合作,完成活动任务。根据这些年龄特点,我们可以在教学中给学生一个充分展示自我的舞台,学生就完全可以“要我学”转变为“我要学”,在学习活动中表现出应有的主动性和积极性。但是,学生心理因素还处于不稳定的阶段,注意力不易长时间集中,因此,我们在教学中要注意创设接近学生生活经验、符合学生心理特点的教学情境,采用多种形式的教学方法和变换练习方式来吸引学生的注意力,激发学生兴趣以保证教学活动的顺利进行。在教学中应积极创造条件,放手让学生独立自主地进行探索活动,多给学生创造、思考、表现的机会与欣赏的目光,鼓励的语言,满足学生的身心需求,让学生体验运动的乐趣,促进学生的身心健康发展。

综上所述,探索学生体能教学在体育课堂教学中的实施路径诸多,提升学生体质健康水平是我们每一位体育人的责任,尤其我们一线体育教师更要发挥好自己的作用,认真钻研、潜心研究适合学生年龄特点、身心发展和教学内容相匹配的的体能教学,实现体育课堂教学的真正价值。