

平面设计中的传统美术色彩分析

肖婷

(南昌工学院 江西 南昌 330108)

【摘要】在众多优秀的传统文化中,传统美术色彩文化脱颖而出,俨然是一颗耀眼的明珠。传统美术色彩文化与当代色彩文化有所不同,当代的色彩文化大多数是为了追赶潮流,失去了优秀传统色彩文化传统独有的艺术气息和品位。传统的美术色彩理论表达了这样的观点:通过对画面色彩的渲染,作者不仅可以完成量创作,而且还可以抒发自己的内心情感。为了能够与受众心理的需求相符合,我们需要研究色彩象征意义在地域性、民族性中存在的价值,让色彩的象征性得到充分的体现。因此,为了对平面设计中传统的美术色彩有更多的了解,我们将在本文内对它进行简要的分析。

【关键词】传统美术;平面设计;传统美术色彩

在我国悠久的历史长河里,国家文化在不断地更新与发展,但有不少的优秀文化都淹没在历史的长河里。作为炎黄子孙,如果我们想要优秀的文化得到传承,那么我们就必须要取其精华去其糟粕,要有机的选择优秀的传统文化与现代文化相结合,以便于更好的发展自己的文化。色彩艺术就是优秀传统文化中的一种。色彩艺术不断地激发出文化的内涵思想,并且使这样的思想不断地延续。在现在的时代里,许多传播媒介纷纷崭露头角,比如海报艺术、书封设计和包装设计等,不断地涌现。在这些传播媒介中,现代平面设计色彩文化的发展始终与传统色彩文化的有着密不可分的关系。

1 传统色彩文化体系

1.1 道家五色体系

道家主张“无为无不为、质朴、与时迁移,应物变化”的思想理论,是黑白两仪的世界观。道家提倡的“与时迁移,应物变化”,老子传授的守黑知白,均是其理论的重要体现。道家认为采用黑与白两色彩就可以表现所有事物的发展,因为在他们的理论里所有事物的发展都是无与有的互相交替和演变,是两个极端。我国的水墨画追求简单平和的色彩,使用白色宣纸和黑色墨色进行创作,便是受到了道家的影响。水墨画的山水,浓墨淡彩,一挥而就,表达了无数人文志士的追求和情感。一花一世界,一叶一菩提,都在水墨画的渲染里得到呈现。传统的美术汲取了道家的色彩营养,以简单的黑白,朴素的颜色来表达平和的思想,逐渐形成了独有的水墨境界。

1.2 儒家五色世界

我国人民色彩观念的养成很大程度上受到了儒家五色体系的影响。色彩作为重要的元素,能够将传统美术色彩观念展现出来,而五色使它表达得更准确和鲜明。我国的五色体系给平面设计色彩带来了很大的发展,色彩与儒家思想的融合,使我国封建社会的政治学说,文化信仰以及仁教思想与色彩结合起来,色彩的运用更加广泛,色彩作品不再单一空洞而是被赋予了更多实际的内容。同时,儒家五色体系不仅影响了统治阶级的人们,并且也影响了民间的百姓,推动了民间色彩艺术的发展。

2 传统美术色彩在平面设计中的应用

2.1 色彩被赋予更多象征

当色彩能够表达不同内容时,色彩就被赋予了不同的象征。商周时期,奴隶等级制度和礼仪非常严格,色彩就被当做地位的象征。通过色彩来给不同等级的人们

划尊卑,正色为尊,间色为卑,平民不能穿黄色这类正色的衣服。而身为儒家代表人物之一的孔子也非常注重表达礼仪的颜色。他认为君子应该穿着正色的衣裳,紫玄之类色为间色,正装不宜;而红紫非正色,私服也不应当采用。古时候红色用于喜事,红衣,红色剪纸,红蜡烛等往往出现在喜庆的场合。这个时候,人们不能随意穿白衣,否则会让人觉得晦气。而白色用于服丧,白衣,白色剪纸,白蜡烛等用于这一类场合。这个时候,人们穿红衣会让人感觉对主人的不尊重。在这些场合里,色彩不能随意更换。

2.2 平面设计中色彩的搭配

经历传统美术色彩长时间的发展与演变,人们在配色方面也得到很大的进步,色彩的搭配逐步稳定下来而不是随意搭配。古时候中国人民便极爱红色,红色往往象征着喜事。而黑红的搭配由来已久,古时候的绘画,陶瓷,器皿等,均采用了黑红的色彩来描绘。黑红两种色彩的搭配造成了较强的视觉冲击,给观众留下了很深的印象。而在现代社会中,人们喜欢用红色与绿色搭配起来,绿叶衬红花,绿色烘托出了红色的鲜艳和活力。除此之外,人们还格外钟爱蓝紫色相搭配。蓝紫色相搭配,显得格外的雍容华贵,气势逼人。蓝色和紫色相互映衬,当应用于服饰时,便显得穿衣服的人格外的端庄大气,容貌秀美。通过前人和现人对色彩搭配的不断尝试,现在色彩搭配的形成不仅表现了人们对美的追求,更体现了人们的精神追求。因此,现在的人们在不断地追求色彩搭配的突破,希望色彩搭配能和自己设计的作品相互碰撞,迸发出更强烈的灵感。

结语

时间总会流逝,色彩也总是多变的,但色彩表达的东西一定是永恒的。在经济全球化的背景下,平面设计也在不断地进步,它的现代化和国际化是必然的。而我们现在要做的,应该是推动它的发展,让它发光发亮。但这并不意味着我们要一味地去迎合别人的审美,不意味着我们要紧跟着别人的风向去做平面设计,不意味着我们要抛弃我们的传统美术文化。每个人对美的理解都不同,也正因为这样,各种各样的美才会呈现在我们面前。所以,我们需要美得有自己独特的特性。我们更应该从传统优秀美术色彩中汲取营养,创造属于自己的独特的平面设计文化。

参考文献

- [1]赵娟.中国平面设计中的传统美术色彩研究[J].艺术百家,2012(3).
- [2]宫晨.中国平面设计中的传统美术色彩研究[J].青春岁月,2012(23).
- [3]方挡.蒙古族民间美术色彩在平面设计中的应用[J].科学时代,2013(6).

学校优秀体育人才培养与训练方法探索实践

邓建文

(山西省太谷县第二中学校 山西 太谷 030800)

【摘要】本文主要通过问卷调查、文献资料和访谈对我国16所高中学校目前人才培养和训练方法进行了探究。通过调查发现,目前我国高中体育人才培养中存在课程安排、教学资源、组织形式和目标方面都存在一定问题,需要各学校结合实际情况对其进行调整,以达到提升教学质量的目的。

【关键词】体育人才;教学;训练方法;策略

1 研究目的

随着我国经济实力和人民生活水平的不断提升,越来越多的人意识到了体育锻炼的重要性。随之而来的便是大量优秀体育人员的需求,包括优秀体育教师、优秀体育教练员或是高水平的体育运动员。但是,目前高中体育人才培养过程中师资力量和设备无法满足体育教学中的需求。

本文选取了16所高中院校对目前学校中体育人才培养方式进行了调查,并对调查结果详细分析,掌握了目前体育院校教学的实际情况,并以此提出了体育教学中有效的教学方法,希望能够给培养优秀体育人才带来一定的借鉴作用。

2 研究方法

2.1 问卷调查法

针对16所学校中128名学生进行了调查问卷,了解了目前各学校中的师资力量、教学设备和课堂情况。

2.2 文献资料法

通过对图书馆内体育教学的著作阅读和互联网中查阅到的相关文献进行分析和整理,得出调查记过。

2.3 访谈法

对个别几所学校中的管理人员进行了访谈,了解他们认为目前体育教学中存在哪些不足和对这些不足的看法。

3 结果与分析

3.1 目前我国高中体育人才培养目标情况

近些年我国越来越多的高中意识到了对体育人才培养的重要性,各院校中的体育特长生数量也不断在增加。但是根据调查结果显示,大多数高中培养体育特长生的目标就是让他们考上一所好的大学,目光相对来说比较短浅,忽视了学生未来的发展。

3.2 目前我国高中体育课程设置情况

由于高中学生面对着沉重的升学压力,因此所有的高中学校都将体育训练的时间放在了学生的课余时间上,例如周六日或是放学之后。在这种情况下,体育训练的时间根本无法达到人才训练的要求,学生的体育水平也就无法得到提升。为了解决这样的情况,有14所学校占据了文化课学习时间,也就是下午自习课时间或是晚自习时间让学生进行体育训练,影响了学生文化课成绩。因此,文化课与体育训练之间的矛盾已经成为了高中体育人才培养过程中最需要解决的问题。

3.3 目前我国高中体育人才培养资源现状

在对体育教学种设备资源的调查中我们发现,仅有6.8%的学校在体育教学中能够运用上现今的教学设备。此外在对学生的调查中我们也发现,47.1%的学生认为学校中拥有的体育教学场地和体育器材无法满足自己体育学习和训练中的需求。结合这些调查结果我们发现,目前高中体育教学资源仍然无法满足人才培养的需求。但是在调查中我们还发现,57.03%的学生认为,自己的体育教师专项训练中授课方式存在问题。

3.4 目前我国高中体育人才培养组织形式

目前我国高中阶段对于高水平的专业运动员教学主要有两种方式,一种是在比

赛的间隙运动员回到学校进行集中学习,另一种则是学校派教师到训练基地中对运动员进行辅导授课。对所有调查结果显示,几乎所有的学生都能够认同第一种训练方式,而第二种训练方式的认同率仅为14.3%。高水平的专业运动员日常担负着较重的比赛任务,他们很难做到像普通学生一样每天在校内进行学习。因此在比赛的间隙回校学习是比较可行的培养方式。另外,随着技术水平的不断提升,远程教育被越来越多的教育学者提起,但是由于这种教学方式仍然处于初期发展阶段,存在一定的弊端,并没有被大多数学者所认同。

4. 结论与建议

4.1 设定明确的人才培养目标

人才培养的目标的制定需要结合各方面的要求,包括学校体育人才培养的需求、社会需求以及学科发展的规律。

首先,高中阶段培养优秀体育人才的主要目标是让学生考入理想的体育院校,这就要求学生在学习过程中除了要掌握基础的专业体育能力之外,还要拥有一定文化课基础。因此,高中院校在培养体育人才的过程中必须要把握好体育训练与文化课之间的矛盾,让学生能够在提升体育水平的同时提高自己的文化课基础。

其次,除了让学生能够考入理想的体育院校之外,高中体育人才的培养还是在为我国体育的发展提供更多的体育人才。因此,在学生进行体育训练时,学校需要为他们明确人才培养目标,充分结合社会实际发展需求,了解学生自身的实际情况,充分发挥他们各自的优势。

4.2 注重体育人才培养阶段

在体育人才的培养上,大多数院校都认为学生在高三阶段是最为关键的一年。但事实上,学生在步入高三之后,同时会面对沉重的课业压力,很容易忽视体育训练。因此,在高中阶段体育人才培养过程中,体育教师需要调整自己人才培养方式,从高一、高二开始就加强体育训练,让学生熟练掌握体育技巧。在进入高三之后开始进行巩固训练,提高学生的应试能力。

除此之外,教师还要定期为学生安排体育的考核,以此作为参考调整自己的训

练方法和训练强度,让学生的体育水平能够得到稳定的提升。这种教学方式相对来说也更加符合学生的身体特征,能够让他们不断提升自己的体育水平,同时也避免了高强度训练对身体上造成的伤害。

4.3 完善人才培养资源建设

首先,对于教师资源来说,各学校可以通过评比或是奖励的方法让教师在日常工作中不断提升自己的教学水平和综合素养。学校也可以邀请优秀的体育运动员或是其他院校的优秀体育教师到学校中担任兼职教师,解决教师来源结构单一的问题。

其次,对于教学设施来说,各学校需要加大对体育设施的投入,满足体育教学中对器材设施的要求。对于资金紧缺无法完善体育设施的学校来说,可以尝试运用市场化的运作方式拓宽资金的来源。

4.4 优化人才培养管理系统

在学校培养的过程中,必须要加强人才管理,建立完善的管理系统。首先,在招生方面,高中院校可以提升自己学校中体育特长生的比例,或是选择灵活的入学方式,保证生源结构的合理。其次,在体育训练的过程中,也要建立完善的管理制度,保证教学的顺利展开,提高教学效果。另外,对于学校的体育特长生来说,各学校要为他们建立完善的档案资料,并且能够在他们毕业之后进行及时的跟踪调查,了解他们在进入大学之后的专业学习情况,为自己以后体育人才培养的方法和途径提供有效的参考。

参考文献

- [1] 梁俊杰, 赵先卿, 张长军. 社会体育专业培养目标与课程设置的研究述评[J]. 搏击(体育论坛). 2010(02)
- [2] 黄瑞霞. 陕西省高校社会体育专业课程设置的对比研究[J]. 福建体育科技. 2010(01)
- [3] 王刚军, 刘永峰, 张叶红. 构建社会体育专业健身私教人才的教育模式[J]. 贵州体育科技. 2010(01)

体育教学中培养学生意志品质的策略

陈晞萌

(辽宁省盘锦市辽河油田兴隆台第三小学 辽宁 盘锦 124000)

【摘要】目前,家长都想给孩子提供更好的生活和学习环境,这就导致孩子在生活中很少经受困难和挫折,吃苦能力较差,自身的意志力也比较的薄弱。而体育教学则可以帮助学生锻炼身体同时磨练意志,帮助学生养成坚强品质、良好人格素养。本文就如何在体育教学中对学生进行意志品质的培养进行分析、探讨,并针对性提出解决策略。

【关键词】体育教学; 意志品质; 培养

在综合素质教育发展的理念下,当代小学体育教育的目标也不同于之前,更注重于对学生综合素质的培养。在小学体育教学中,既要锻炼学生的身体素质,又要让学生在体育锻炼过程中感受体育精神,以此养成良好的体育素养。但在目前的小学体育教学中,受社会、学校和家庭等各方面的影响,小学体育教学没有发挥应有的作用,导致学生的身体素质较差、缺乏体育素养、意志品质较低等。在小学体育课堂上,许多学生因为怕苦、怕累,对体育锻炼缺乏兴趣,甚至产生“厌倦”、“害怕”等心理,从而造成消极影响。目前,小学体育教师需要及时解决体育教学中存在的问题。

一、根据学生特点,设计体育活动

小学阶段正是培养学生意志的最好阶段,因为小学生的心智发育和身体发育还不成熟,对外界事物的认知还不全面,在课程和体育活动选择的过程中,大多数的学生都是依据自身的兴趣爱好来进行选择。因此,在小学体育教学过程中,体育活动应多按照小学生的兴趣爱好来进行设计。这样才能在教师正确的引导下,发挥出学生的创造力、想象力,激发学生的潜能。在体育活动设计的过程中,要将“死板”的体育活动,转变成“灵活”的体育游戏,因为游戏教学方式能够更好的吸引学生的兴趣,并为体育教学课堂增加趣味性。同时,将体育活动游戏化,也能丰富教学内容,找到更多适合小学生进行体育活动的方式,以此锻炼学生的意志品质。

例如:跑步是体育课的必备项目,没有跑步的体育课是没有“灵魂”的,因为,跑步能够帮助学生进行热身运动,避免学生在进行剧烈活动时身体受伤,如肌肉拉伤等。但小学生往往都不喜欢跑步,一方面是因为太累,另一方面则是觉得跑步没意思,这时,教师就可以将跑步这项运动游戏化。比如,在进行跑步之前,教师可以将一个班级分成两个队伍,并为这两个队伍命名,像“和谐号”、“复兴号”等这一类的名字,同时规定一个队伍从起点往终点的方向跑,另一对则是向相反的方向跑,在跑步过程中还要保证队伍的整齐,哪个队伍保持的整齐就是获胜队(特别要注意不能进行速度的比赛,跑步属于热身运动,需要慢跑)。这样,将传统的跑步方式进行一下转变,就可满足学生的新鲜感,激发学生对体育运动的兴趣,在这个过程中,还能培养学生团结、拼搏、向上等优秀意志品质。

二、丰富教学内容,开展多样化体育锻炼

体育运动能培养学生多种意志品质,但因为每种体育运动的特点不相同,对于培养学生的意志品质侧重点也不相同。教师要丰富教学内容,根据学生身体实际情况开展多样化体育锻炼,从而全面培养学生的意志品质。比如:长跑需要耐力重点培养的是学生坚持意志、短跑需要的是爆发力重点培养的是学生敢于拼搏的意志、篮球需要的是团队合作重点培养的是学生团结的意志等等。教师要根据学生所缺乏的意志品质,有针对性地开展体育教学活动,从而达到培养全面优秀人才目标。

例如:有些学生在学习中,活泼好动容易走神,缺乏定力和坚持的意志。在体育课堂上,体育教师可以引导学生进行长跑的锻炼。如果只是单纯的让学生进行

长跑,学生可能不会对此产生兴趣,因此教师可以通过设置比赛,激发学生的好胜心,让学生在长跑运动中,为了胜利而学会坚持,从而也可以改变学生在课堂中的表现。还有些学生性格较为内向,不善于表达自己和与同学交流,在体育课的教学中,教师可以让学生参加篮球运动,让其他同学多多配合这名同学,从而在体育运动中让学生打开心扉,达到培养学生开朗、团结和积极等优秀品质。

三、开展能力提示型活动

小学生的潜能是无限的,只有在刺激和教师的正确引导下才能有效的激发学生潜能,让学生的意志品质得到更好的培养。因小学生在此阶段的发育参差不齐,能力也有高有低,教师要根据学生的能力标准适当提高要求,以此激发学生的潜能,培养学生努力向上的优秀意志品质。

例如:在进行跳高体育活动中,教师先告诉学生跳高的技巧和应注意的事项,然后亲身示范标准动作,并在学生提高过程中做好防护工作。因为每个学生的弹跳力不同,其所跳的高度也不同,所以可以对每个学生的要求也不能相同。首先,让学生用最简单的方式进行跳高,如:原地干拔,助跑跨栏等方式,并逐一记录每个学生所跳的高度,观察每个学生的跳高情况。然后,选择感兴趣和能力较高的学生在进行跨越式的教学,并针对每个学生设置在原有基础上上升的高度,让他们完成跳高。学生可能刚开始还达不到这个高度,但随着联系和自己的摸索,肯定会找到属于自己的跳高方式,从而完成突破。在这种教学模式下,学生不仅能得到体育能力的提升,还能培养他们不服输、顽强拼搏、坚持等优秀意志品质。从而使小学生的意志品质在体育教学中得到培养。

结束语

小学体育是小学教育中不可或缺的一部分,同样也是实现小学素质教育的重要课程。因此,在小学教育中,要重视体育教学的意义,要让体育教学发挥出自身的作用,以此推动素质教育的全面发展。在小学体育教学,教师要合理的设计体育活动、丰富教学内容并起到亲身示范的作用,让小学生在体育课上不仅能锻炼身体素质、掌握体育知识技能,还要让学生的意志品质得到全面的培养。同时,在教学活动中,要重视学生的主体地位,让学生的主观能动性带动学生的学习,促使学生意志品质的培养,为我国培养全面的优秀人才。当然,上述分析只是笔者的个人浅见,随着新课改的不断推进,希望各位小学体育教师能基于本文的论证分析继续探究更多更好的教育教学策略。文中尚存的不足之处也请各位读者朋友批评指正。

参考文献

- [1] 秦友文. 浅谈小学体育教学中学生意志品质的培养[J]. 都市家教: 上半月, 2017(6): 135-135.
- [2] 魏昌皓. 探讨怎样在小学体育教学中对学生进行意志品质的培养[J]. 体育风尚, 2019(3): 140-140.
- [3] 孙强. 如何在小学体育教学中对学生进行意志品质的培养[J]. 中华少年, 2018(25).