

在高中体育教学中对学生终身体育意识的培养措施

孟素梅

(宁陵县高级中学 河南 商丘 476700)

【摘要】在新课改的教学背景下,体育作为锻炼身体素质、培养学生体育意识的主要途径,对学生的综合健康发展有着至关重要的影响作用。基于此,高中体育教师在开展教学活动的时候,应该注重教学理念的转变,摆脱传统教学模式的束缚,在传授学生体育知识和技能的同时,向学生传递体育人的精神,通过培养终身体育意识,为学生今后的学习、工作和生活打下良好的基础。本文就高中体育教学中学生终身体育意识的培养策略,进行了详细的分析与探讨。

【关键词】高中体育;终身体育意识;培养策略

引言

在素质教育理念中,体育课程的开展不仅要传授学生基础的体育技能、提高学生的身体素质,还要注重学生体育意识和素养的培养,有效推动学生德智体美劳的全面发展。高中阶段的学生学业负担非常重,面临着非常巨大的高考压力,但同时高中阶段也是学生身体发育的重要时期,体育课程不仅能够缓解学生紧张的文化课教学,还能够为学生提供更多释放压力的机会,提升学生身体机能的同时,保障学生的心理健康。为此,高中体育教师需要充分发挥体育教学的优势和作用,以完善的教学计划,培养学生的终身体育意识。

一、目前高中体育教学中学生终身体育意识的培养现状

(一)学生对终身体育意识缺乏正确的认知

在我国的高中体育教学中,大部分学生对体育的认知仅停留在表面层次,认为参加体育运动的目的就是为了保持身体的健康,对其更深层次的意义和价值缺乏正确的认知。同时,由于宣传不到位、过于重视文化课教学等原因,导致学生对体育教学不甚重视,所掌握的体育知识少之又少,终身体育意识得不到有效培养。

(二)学生日常生活中缺乏良好的锻炼习惯

高中阶段的学生面临着巨大的高考压力,大部分学生都拿自己的课余时间进行文化课学习了,很少有人抽出专门的时间进行体育锻炼。长此以往,学生的锻炼意识逐渐消失,甚至部分学生还会对体育锻炼产生抵触心理,严重影响学生的个人健康,并且很容易使学生形成消极的学习态度,非常不利于学生的健康成长和综合发展。

二、在高中体育教学中培养学生终身体育意识的有效策略

(一)营造良好的教学氛围

良好的教学氛围是激发学生学习和参与积极性的重要因素。在高中体育教学中,教师可以结合学生的年龄特点、运动水平、兴趣爱好等,为学生创造更加符合其发展需求的体育教学条件,以营造良好的教学环境和氛围。如,教师可以组织学生开展一些多样化的体育活动,以不同的教学形式传授学生体育健康知识和运动技能,同时也为学生提供更多锻炼自身身体素质、释放自身学习压力的机会。除此之外,教师还可以组织学生观看一些国际体育赛事,加深学生对体育运动的认知,还可以组织其他教职工开展体育活动,通过以身作则,为学生树立良好榜样,全面激发学生对体育运动的学习兴趣和参与积极性,为学生终身体育意识的培养奠定良好基础。

(二)丰富课堂的教学形式

传统的高中体育教学,形式比较单一、内容也比较枯燥,很难激起学生对体育运动的学习兴趣和热情。基于此,高中体育教师在培养学生终身体育意识的过程中,可以采取多种多样的教学方法,从学生感兴趣的角度出发,将健康教育内容融入体育项目中,对学生的体育技能水平和综合素养进行有效的培养与提升。例如,教师可以借助现代化的多媒体技术,通过图片或视频等形式,将体育与健康中的教学内容进行联合呈现,加深学生理解与认知的同时,帮助学生构建体育运动的主观意识。也可以向学生播放一些国际比赛的集锦视频,在学生观看的过程中,向学生讲解相关的体育知识,用以激发学生的学习兴趣。

在目前的高中体育教学中,教师习惯采取统一的教学项目、教学标准等对学生的运动成绩进行考核,时间一长,学生就很容易产生应付心理,逐渐失去了参与体育运动的自主意识。为此,教师需要以分层教学的形式,对学生进行因材施教,结

合学生的兴趣爱好、运动水平、身体素质等,为学生制定不同的教学任务、目标和考核标准,使每一位学生都能够根据自身的实际情况选择适合自己的运动项目,从而有效激发学生的学习兴趣和参与积极性,让学生在主观意识的控制下,自主养成良好的终身体育意识。

(三)开展有效的教学实践

体育课程大多都是在运动场上开展的,学生的活动场地较大,非常不利于教师进行纪律管理。基于此,教师可以讲前半节课安排在教室中,主要向学生讲解一些体育知识,普及一些体育项目,用以提升学生基础的体育知识和技能水平,为学生接下来的体育运动打下良好基础。然后再利用下半节课,结合学生的性格特点,为学生设计具有针对性的体育教学活动,鼓励学生自主参与其中,充分感受体育运动的乐趣和魅力,进一步激发学生的学习兴趣和参与积极性,从而进入到一个良性的教学循环中,既能够锻炼学生的身体素质,又能够缓解学生的焦虑情绪,为学生终身体育意识的培养提供有效动力。

例如,在教学“篮球”的时候,教师可以组织学生以“三对三”街头篮球的方法进行轮流比赛,在强化学生体育意识的同时,培养学生的团队合作能力,还可以最大程度上激发学生的内在潜能,并在竞技的过程中相互学习,提高学生运动技能水平的同时,强化学生的终身体育意识。

在开展教学实践活动的过程中,教师不应该对学生提出一些强制性的要求,为学生造成巨大的课业压力,而是应该以丰富多样的教学形式,为学生营造一个轻松、愉悦的教学氛围,让学生在自主参与体育活动的过程中,养成良好的终身体育意识。

(四)完善体育场地和设施

在高中体育教学中,培养学生良好的终身体育意识,离不开教学设施的支撑。为此,高中学校需要加大对体育器械的投资力度,完善学校的运动场地和基础设施,为学生提高更好的运动场地空间,并向学生详细讲解体育器材的正确使用方法,进一步提升学生的体育技能,此外还需要对体育器材进行定期的维护和有效的管理,确保学生在体育运动过程中人身安全,为学生体育意识的培养与提升创造有利条件。

结语

综上所述,在素质教育理念下,高中学校除了要注重学生的文化课成绩之外,还需要重视学生的身体素质、体育意识的培养与提升。为此,高中体育教师需要在实际教学中,积极转变自身的教学观念,通过丰富课堂的教学形式、营造良好的教学氛围、开展有效的教学实践、完善基础的体育设施等手段,为学生体育技能水平和终身体育意识的培养,奠定良好的基础。

参考文献

- [1]潘临东.高中体育教学中终身体育意识的培养探究[J].成才之路,2020(16):47-48.
- [2]徐晓迪.在高中体育教学中对学生终身体育意识的培养措施[J].田径,2020(06):45-47.
- [3]袁加新.浅析高中体育教学中终身体育意识的培养策略[J].当代体育科技,2019,9(31):61-62.
- [4]崔建民.浅析高中体育教学中学生终身体育意识的培养[J].才智,2019(29):176.

对小学音乐教学中歌曲二度创作的探究

董梦瑶

(山东省青岛市宁安路小学 山东 青岛 266000)

【摘要】随着艺术教育的不断推进,小学音乐教育的教学目标需要进行重新定位,小学音乐教育的价值判断也应该有新着的思考。我们培养的人不能是只会模仿和接受,而应该有自己对音乐的理解,具有独特的个性,是富有创新精神的人才。课堂教学的过程要为学生智慧和潜力的发挥创造条件,提供不同学生进行选择的可能,注意学生特长和个性健康发展。课堂也应该成为教师创造性才能和智慧充分发挥的舞台。把课堂焕发出生命的活力,是课堂教学改革追求的目标。在小学音乐教学中,学生往往不仅仅满足于学会唱歌曲,还会对歌曲从多方面地进行一定的加工和处理,这种学习的需要便是我们可以利用的教学资源,积极发挥学生的创造性,对歌曲进行二度创作,实现了教学中动态生成的过程。这样的教学活动给我们的音乐课带来了勃勃生机,学生的思维迸发出碰撞的火花,提高了学生感受音乐美的能力,也进一步扩大了他们创造音乐美的空间。笔者在几年的实践教学中,积累了一些相关的经验,在此,就教学中如何对歌曲进行二度创作,谈几点看法。

【关键词】小学音乐教学;歌曲二度创作;探究

一、创造性地进行一些表演和伴奏、伴奏进行二度创作

音乐的表现形式是多种多样的。当学会了一首歌曲以后,有的学生会想用肢体语言来把他们对音乐的理解表现出来,教师如不及时地利用这种资源,不给学生提供参与和表现的机会,那么常此以往,学生将失去享受音乐美、表现音乐美和创造音乐美的兴趣,那教师无疑是扼杀学生创造能力的直接责任者!

在教学中用载歌载舞的律动形式能充分调动学生学习的积极性,使学生全身心

地投入到音乐作品的二度创作之中,既提高了音乐教学的效果,发展了学生的表演才能,又使学生直接地受到艺术的感染,把自身的感情抒发出来,从而提高了他们对音乐的表现能力,使心灵和音乐真正地融为一体。如在《小白船》的教学中,歌曲旋律优美抒情,学生学会唱以后,迫不及待地想要进行表演,因为他们觉得歌曲中强弱起伏的感觉固然可以用声音来表现,但是如果加上身体动作的表演,哪怕是只有手的高低起伏,却能更好地体现歌曲的内涵。而我们也规定他们的表演要达