

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. 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

到什么样的水平,不给他们的表现打最高分和最低分。因为我们的音乐教育不是培养专业的艺术人才,不能以专业的眼光去评价学生的学习效果。我们的标准不应该是“正确与否”,而是他们是否在活动中充分地体现对音乐的创造,我们要的是他们在创造的过程,而不是结果。事实上,学生在这一课上的表现非常出色,他们用自己的心去体会、去表演,用自己稚嫩的声音、并不娴熟的动作演绎着对音乐的理解,让教师发自内心的感动!

另一方面,给歌曲加一点伴唱能大大加深学生对歌曲的感受和印象,使歌曲的形象更丰满、更有纵向的空间感。如在《歌唱二小放牛郎》的教学中,请个别学生领唱,其余的学生用哼鸣“m”或“lu”来伴唱,全体学生合作营造出的气氛让教师感动不已,学生明显非常地投入,而且相当动情,不用教师再多说一句话,歌曲所表达的感情已表现得淋漓尽致!学生一旦掌握了这种方法,在以后的音乐课上他们就经常用到,甚至用得相当有创意!

二、不单纯模仿,有个性地把歌唱好也是对歌曲的二度创作

有很多人觉得,一旦把歌曲的旋律唱会,那教学的任务也就完成了,殊不知对歌曲进行音色、力度、速度和感情处理还是重头戏。每一首歌都有它独特的生命力,意境也就不一样。音准和旋律是外在的能够感知的,而旋律美的意境却要用用心才能够体会到。音乐包含有多种要素,改变其中的任何一种,都可能引起音乐形象的变化。当速度不一样的时候,抒情的可以变为跳跃、悲伤的也可以体现出欢乐来。同样不同的音色、力度所表现的内涵都不尽相同。传统的教学中学生只是一个模仿的机器,跟着老师一招一式地学,学得像的、COPY不走样的就是最好的。其实每个学生都是独立的个体,在体验音乐美的过程中,因为音乐的模糊性,每个人对音乐的感受都是不一样的。同样的一首歌曲,一百个人就会有一百个不同的理解。我经常在歌曲教学后启发学生尝试着改变该歌曲的速度来演唱,让他们说出自己的感受。如教唱《踏雪寻梅》时,有的学生喜欢把速度唱得快一些,因为他们觉得快一些表现出主人公赏雪、喜雪的急切心情;另外的学生则认为用中速、甚至更慢的速度来演唱,则更能体现骑马赏花、怡然自得的学者风度。教师并没有给予直接的批评,而是鼓励学生说出自己的音乐感受,用事实来说话!我们不能规定学生要怎么样,不要怎么样,每个学生都有权利以自己独特的方式学习音乐。教师要为学生

创设发展个性的空间,教给学生正确的方法,恰当地把握歌曲的速度、力度,用自己的良好的声音唱出歌曲所蕴涵的感情,达到歌曲教学的目的。对歌曲进行处理、用自己的美的声音诠释歌曲的演唱过程就是一种二度创作。

三、大胆地对歌曲进行改编,进行二度创作

民歌是小学音乐教材中的一个重要内容,由于民歌起源于生活,并在生活的演变中不断地有所更新,它的记谱会有各种不同的版本。一般我们课本上选用的版本尽可能的简洁,让学生易于接受。教师可以引导学生根据自己不同的理解,对歌曲进行大胆的批判和改造,使歌曲别具一番风格

如歌曲《太阳出来喜洋洋》的教学,当学生能够熟练地哼唱出歌曲旋律(包括能唱出已有的装饰音)后,根据民间的演唱习惯,教师又给歌曲的第一句加了几个波音,并让学生听辨哪一种唱法更好听、更富有民歌的风格。效果是非常明显的,学生对这种方法很感兴趣,还能够触类旁通地在歌曲的其他几句上也加上了适当的装饰音。对歌曲的改造非但没有破坏歌曲原有的感觉,唱起来反而更是韵味浓郁,颇具风格。

多年来的习惯定势使人们对于教材有着盲目的崇拜,认为教材是不可更改的,一切都必须以教材上所说的为准。谁要是把教材上的歌曲唱得又准又好听,谁就是最好的,教材就是经典。现在,这种格局将被打破。教师要不断地对教材进行挖掘和一定深度的思考,从中找到突破口,体现到教学中去,就能给学生以新的刺激和感受。

综上所述,对歌曲的二度创作在歌曲教学的过程中,其给学生带来的收获层出不穷,实际的教育过程远远比约定俗成的传统的教学观所给予的要生动、活泼、丰富得多。创造性是一个人的本性,教师要给学生创设环境,给学生创造条件,提供正确的方法,使学生掌握对歌曲进行二度创作的手段,拿到学习音乐的金钥匙,让音乐课堂走入一个新天地!

参考文献

- [1]林景.谈小学音乐课堂的创造教学[J].中小学音乐教育,2008(09):33-35.
[2]潘洁.江苏小学音乐课中的戏剧教学初探[J].大众文艺,2017(19):208-209.

对小学低年级音乐审美趣味培养的思考

于慧

(山东省青岛市市宁安路小学 山东 青岛 266000)

[摘要] 音乐教育是“审美教育”的重要组成部分,在小学低年级的音乐教学中,如何发挥它的这一作用?这是个值得探讨的问题。

[关键词] 小学低年级;音乐审美趣味;培养思考

小学低段音乐教材都为我们提供了培养审美趣味的有利条件。教材中选择了许多适合于低段儿童的结构短小、旋律动听、节奏明快、形象鲜明的音乐作品。教师应充分发挥教材优势,做好这项工作。许多老师在这方面已经积累了不少经验,如:创设优美的音乐教学环境;进行乐音化教学活动的训练;用音像结合的方式进行欣赏教学;用角色化的歌表演与游戏增强学生的情感体验;用“竞赛”评比的方法引导学生积极参与音乐教学活动……然而,也有一些教师对学生审美趣味的培养还停留在较浅的层次上,本文想就此谈几点认识。

一、培养审美趣味,获得美感体验

人的音乐美感属于社会意识。美感必须是“赏心悦目”“悦耳动听”的,由五官快适进而使精神需要获得满足而产生的那种愉悦,“是经过感官到达于情感、想象、理智、意志等方面的高级心理活动,是在感性直觉中积淀着理性内涵的审美体验”。因此,音乐教师在教学中应该熟悉音乐教材,面向全体学生,制定好每一节课的教学目标,把握住每一个教学环节,充分挖掘教材的歌词美、旋律美、节奏美、力度美……以教师动情的演唱、演奏,生动有趣的讲解,结合使用直观形象的教具,启发学生细细品味音乐,以达到培养学生树立正确的审美趣味、积极进行审美体验、提高学生的音乐鉴赏力、音乐表现能力和创造能力的目的。

二、扩展学生的审美趣味 开阔音乐视野

低年级儿童由于受年龄、文化、生活经验的局限,审美趣味是狭窄的。教师有责任通过音乐教学活动让他们的审美趣味在纵向和横向两个方面扩展,以开阔学生的音乐视野。学生往往对当代的音乐作品比较熟悉,因而倍感兴趣。然而中华民族炎黄子孙在人类历史长河下创作了极为丰富的音乐作品,这是我国民族文化的宝贵财富。小学音乐教学负有不断扩大学生音乐审美视野的任务,要让学生不仅喜欢当代的音乐,对古代、近代、现代的优秀音乐作品也能逐渐欣赏、喜欢。教材中安排的喷响独奏曲《百鸟朝凤》、管弦乐《春节序曲》片段、民歌《马灯调》、男声齐唱《大路歌》等内容正是进行民族音乐教育的极好的材料。除此以外,还可以利用课外音乐教学活动,如学校艺术节中让有文艺特长的学生演奏民乐,演唱民歌、名歌,有的放矢地介绍民族乐器、乐曲、民歌或历史上有名的声乐作品,让学生更多地了解民族音乐,热爱民族音乐。

低年级学生往往对本民族、本国家的音乐作品感到亲切,因而感兴趣。然而,世界上每一个国家和民族都有自己的优秀音乐作品,这就形成了丰富多彩的音乐风格和式样。人们常说:“音乐是没有国界的。”这正 是音乐教学较其他学科的优势所在。另一方面,从审美规律来看,人们本来就是有寻求新颖、向多元化发展的审美倾向。教师的作用在于引导学生的审美趣味向多元化发展。我们不仅要教好本民族、本国的歌曲、乐曲,还要让孩子们欣赏外国歌曲和乐曲,喜爱外国歌曲和乐曲。一位教师在教唱美国歌曲《祝你生日快乐》时,作了这样的导入尝试:①创设生日情景:在一个生日蛋糕上点燃蜡烛,②教师手持贺卡,声情并茂地

表演《祝你生日快乐》,熟悉的情景、熟悉的歌声唤起学生强烈的共鸣,学生情不自禁地拍着手跟着老师唱起来,老师也拍着手鼓励学生用情演唱这首歌。在学生充分体验歌曲欢快的情绪和因为成功演唱而获得创造美的喜悦时,教师向学生介绍了《祝你生日快乐》是两位美国老师在1893年创作的歌曲,不少学生感到意外,教师抓住时机发问:为什么一首歌曲能长上翅膀超越时空飞过万水千山,飞遍世界?为什么在100多年后的今天,男女老少在过生日的时候还会常常唱起它?学生回答:“它有意义”,“它有感情”,“它好听”。教师总结:“对,同学们说得好,一首好的歌曲不受时间的限制,它永远不会老;一首好的歌曲不受国界的限制,可以传到世界的各个角落!让大家都喜爱它!”

这个导入设计非常浅近,非常生动,非常煽情,视觉、听觉获得的美感,情感想象获得的审美喜悦,最终懂得的音乐无国界的道理深深地留在孩子的心里。

三、提高审美品位 培养高尚情操

当前文化市场发展不平衡,在相当范围内主旋律不响亮,优秀民族文化不占主导地位,流行歌曲作为一种商品进入市场,渗透到各个角落,学校也不例外。低年级学生辨别是非的能力比较弱,而好奇心与模仿能力却特别强。他们居然也跟着哼起了“哥呀,妹呀”“情呀,爱呀”,他们居然也不谈四大天王呀,XXX呀,成了儿童追星族。这种现象导致学生心态扭曲,迷失了人生奋斗目标,严重地危害了少年儿童的身心,影响他们健康成长。音乐老师应从反省自己身上的重任,在音乐教学中充分利用教材提供的优秀音乐作品,精心设计音乐教学课内外活动,通过听听、唱唱、讲讲、跳跳、演演、比比等教学手法,让学生体验每一个音乐作品的美感和思想内涵,同时教给他们必要的音乐知识以促进学习,引导学生树立健康高尚的审美观念;提高音乐审美的品位;逐步培养学生对高雅艺术的好感、兴趣,从而净化学生心灵、培养高尚情操。我们可以在安静、严肃的课堂气氛中让学生欣赏《中华人民共和国国歌》,启发学生从那雄壮的旋律,那有力的节奏,那铿锵的“起来,起来起来”歌声呼唤中,联想中国人民万众一心,为争取民族独立、解放,冒着敌人的炮火,前赴后继与敌人战斗的情景,激发学生爱国主义热情及对革命先辈的崇敬之情。提高学生审美品位,培养学生高尚情操,对学生德智体全面发展会产生不可估量的作用。

总之,在小学低年级音乐教学中,音乐老师一方面要加强美育、音乐审美教育理论的学习,正确地认识音乐审美趣味的作用,一方面在教学实践中要重视对学生审美趣味的培养,从而达到提高学生艺术素质的最终目的。

参考文献

- [1]罗瑞.浅谈小学音乐教学中审美趣味的培养[J].北方音乐,2017,37(16):169.
[2]高艳红.浅谈小学音乐教学中审美趣味的培养[J].教育实践与研究,2005(21):122.