

浅析体育教学与心理健康教育的融合

周叶辉

(湖南省耒阳市第二中学 湖南 耒阳 421800)

【摘要】 体育教学是实施素质教育,推进新课程改革的重要课程。目前,体育教学中还存在部分教师教育理念陈旧,教师主动运用心理学知识意愿不强等问题,体育教学与心理健康教育没有实现有效融合。基于此,本文分析了体育教学与心理健康教育的融合,以及如何实现体育教学与心理健康教育的有机融合,旨在改变目前体育教学现状,加强对体育教学中融入心理健康教育的重视,以期促进体育教学事业的发展。

【关键词】 体育教学; 心理健康教育; 融合

随着新课程改革的不断深入,越来越多的目光聚焦到学生的健康发展上来,不仅是要求身体上的健康,还有心理上的健康、人格上的健全。体育教学和其他的文化课一样,都是一种教与学的活动,对学生身心发展施加影响。但是,体育教学又有着它本身的特殊性。教师除了理论知识的传授外,更重要的是去组织学生的体育活动和练习,让学生在反复练习中通过思维活动和身体练习的紧密结合去领会基本知识,掌握运动技能,以达到促进学生身心健康和增强体质的目的。因此,在体育教学中必须要实现与心理健康教育的融合。

一、体育教学与心理健康的关系

素质教育要求教学要遵循学生的身心发展规律,开发学生的潜能,培养学生的创新能力,全面提高学生的素质。在体育教学中,教学质量的高低,效果的好坏不仅取决于学生的身体素质、运动机能等状况,还取决于学生的思维、注意、记忆、意志、情感、学习动机、学习态度等心理因素。因此,重视体育教学与心理健康教育的融合,遵循学生心理发展规律,有助于培养学生良好的学习动机,提高学习的积极性;有利于激发学生的学习热情,提高学习兴趣;有利于注意品质、思维品质的培养和锻炼,促进学生身体素质的全面提升;有利于形成自信、乐观、积极向上的心理品质。但是,在当前的体育教学中,还是存在部分教师教育理念陈旧,对心理学的基本理论和知识了解不熟练,不管不顾抑或生搬硬套,忽视心理学相关理论在体育教学中的应用,难以实现因材施教,更多的是注重运动技能的讲授,忽视了学生积极健康的运动精神和健康的运动心理的培养,不利于学生的全面发展和体育教学质量的提升。

二、如何实现体育教学与心理健康教育的融合

1. 体育教师要有体育教学与心理健康教育融合的意识

物质决定意识,意识对物质具有反作用。体育教师的教育理念、思维观念、知识结构等对体育教学有着极大的影响力。首先,教师要有积极主动的品质。教师是教学活动的组织者和实施者,只有以积极、主动、开放的心态来面对教学,主动的学习心理学的理论知识,主动的在教学过程中融入心理学的理念和知识,开展课堂教学改革,敢于创新,敢于接受新思想、新理念,才能促进教学效果的提升。其次,教师要对心理学知识有全面的理解。体育教师应充分理解心理学的定义、作用以及各种理论观点,并形成自己的认知,将知识应用到实践中去。在教学过程中对学生的行为进行及时判断,根据学生的具体情况给予及时指导和教育。第三,教师要对学生要有全面的认识。体育教师面对的学生数量众多,个体差异较大,学生的自身身体素质和心理素质、对体育运动的积极性各不相同,只有对学生进行全面了解,掌握学生的身体素质、心理健康状况和个性行为特征,才能针对具体情况及时进行指导和教育。

2. 建立良好的师生关系

良好的师生关系,有利于拉近教师与学生的心理距离,改善师生心理关系,是实现体育教学与心理健康教育融合的基础。体育教师无论是对学生传授运动知识、技能,还是进行思想教育,都是通过师生的心理交流而实现的。教师以什么方式对待学生,与学生的关系如何,都会影响师生的心理交流,使心理关系处于不同状态,从而影响教学效果。在体育教学中,良好师生关系的形成可以通过语言的方式,也可以通过非语言的方式。语言的方式主要是教师的人格魅力和语言艺术,教学中对学生的关爱、尊重和平等对待。非语言的方式主要靠身体和身体的动作、表情等方式来实现。在以运动为中心的体育教学中,教师和学生的关系,可以说是在非语言的基础上展开的。教师积极稳定的工作热情,就会给学生一种轻松愉快的感觉,这种感觉是使教学顺利进行的必要条件,也是教师对学生实施心理影响的重要一步。所以,在体育教学过程中,实现师生间的心理沟通,营造一个轻松、愉快、活泼的教学环境,是完成教学任务、调动学生积极性,实现心理、身体健康发展必不可少的步骤。

3. 注重良好意志品质的培养

体育项目具有一定的难度和竞技性,学生在遇到困难的时候很容易放弃,这样不利于学生良好意志品质的培养和形成。在体育教学中,教师要注意学生个体心理差异与教学方法之间相互影响的内在规律,坚持因材施教原则,唤起学生的学习兴趣,激发求知欲望,这样才能收到良好的教学效果,进而提高教学质量。动机是激励或推动人去行动,以达到一定目的内在动因。只有当学生具有明确而强烈的学习动机时,才能积极主动、自觉的保持稳定的情绪状态,以坚强的意志去克服困难。培养激发学生良好的体育学习动机是培养学生良好意志品质的重要前提。教师可以从增强课堂内容的新颖性、形象性和具体性入手,采取灵活多变的教学方式和现代化、信息化的教学手段呈现课堂内容,以轻松活泼的教学组织形式调动学生的兴趣,端正他们学习体育的态度,积极主动参与体育教学活动,遇到困难主动的想办法去解决和克服,这样才能在学习中形成良好的意志品质,提升教学效果。

三、结语

心理健康教育贯穿于体育教学的始终。培养学生的积极心理品质是体育教学的重要目标之一。将心理学融入体育教学中,把握学生的心理活动规律,不仅有利于保证体育教学工作的科学性和针对性,有利于促进学生掌握体育知识、技能和培养体育活动能力,更有利于学生的身体健康、心理健康和心理品质的全面提升,实现全面而有个性化的成长。因此,实现体育教学和心理健康教育的融合具有其重要的实践意义。

在素质教育背景下开展小学美术教学工作

彭芳

(抚州市东乡区龙山小学 江西 抚州 331800)

【摘要】 在素质教育背景下,小学美术教学应当以学生为本,教学内容和教学形式都应当进行创新来帮助小学生提升美术素养。作为一门艺术类学科,美术能够培养起小学生的审美意识,培养其较高的个人素养。因此,在开展小学美术教学工作的过程中需要时刻遵循素质教育的引导。故而,本篇文章将主要探讨在素质教育背景下小学美术教师开展小学美术教学工作的具体策略,以期能为小学美术教师提供相应的教学经验,帮助小学生提升审美素养和个人素养。

【关键词】 素质教育; 小学美术; 教学工作; 教学策略

随着中国新课程改革的不断推进,越来越多的小学开始注重在日常的教学过程中培养小学生的专业素养和个人素养。美术这一学科本身就是带有一定审美性的。中国传统的教育缺乏的实际是一种审美式的教育,目前中国的教育过于功利性。然而从当下的国际形势看,未来中国在文化产业的发展潜力是巨大的,因此对具有高素质的美术人才的培养有助于未来中国文化产业的发展^[1]。在这种情况下,从长远的角度看,中国基础教育中应当加入审美教育,而这种教育的承担者就是美术这类学科。对于小学生而言,美术课堂能够帮助他们放飞想象力,通过画笔和纸张建立起与现实的联系,从而加深对周围环境和未知世界的了解。

1 小学美术教学存在的问题

1.1 教学模式单一

传统的小学美术仅关注小学生在课堂中的学习,部分教师为了节省精力,在课堂上仅是带领小学生进行图画的模仿,缺少创造性的教学。小学美术应当让小学生在掌握一定的绘画技巧的基础上去进行自由创作,然而许多小学美术教师并不提倡让小學生进行自由创作。一方面,小学生进行自由创作就意味着教师需要花费更多的课余时间来进行评阅,另一方面,并不是所有的小学生都拥有强大的想象力能够顺利地创作出自己的作品。从这一角度看,两个方面促使小学美术教师采用模式单一的教学方式,反过来这种教学方式又使得小学生缺少自由创作的机会,妨碍了小

学生的素质提升。

1.2 美术教师缺乏上课热情

相比于其他学科,美术课程的实践较强,然而如果在小学美术课堂中让小学生进行自由创作必定会在某种程度上扰乱课堂秩序^[2]。因此众多的小学美术教师对于上课缺乏热情,为了维持好课堂秩序,只是为小学生布置固定的主题进行创作,并且这些主题多较为陈旧,例如“家庭”“我的妈妈”等等,这些主题限制了小学生的想象力。美术教师应当具有创新精神,采用多样化的教学模式带领小学生进行自我素养的提升。

2 小学美术教学的改进策略

2.1 带领小学生走出课堂

尽管课堂的主体地位在小学美术教学中的重要地位毋庸置疑,然而也不能忽略课外教学对于美术这门学科的重要意义。小学美术教师应当定期带领小学生走出课堂,去校园里面或者是校园外感受大自然的魅力,让小学生有机会在多样化的环境中进行美术创作。值得注意的是,走出课堂的教学方式应当在美术教学的后期,美术教学的前期仍旧需要小学教师在课堂中教授小学生有关美术绘画的基础知识和相关技巧,为课堂外的创作打下坚实的基础。为了能够让小学生发挥自己的想象能力,在课堂外进行教学的过程中,美术教师不能只是让小学生自由的创作,还应当

让对小学生进行相应的引导和指导。例如在人教版小学三年级下的课本中要求小学生学习家乡的桥和塔,就需要美术教师带领小学生走出课堂去观察家乡的桥和塔,如果所在地并没有此类的建筑,也应当选择古老的建筑进行创作。在小学生进行创作的过程中,小学美术教师应当鼓励小学生从多角度去观察描绘的建筑。绘画并不完全只是要求画得像,还要求有自己的主见,小学生可以根据自己的任何想法进行创作,不必去借鉴别人如何创作。只有为小学生打造自由的创作环境,才能够有效激发小学生的艺术学习兴趣,让他们真正爱上画笔,爱上绘画的过程,而不是抱怨绘画的枯燥^[3]。

2.2 采用多样化的教学方式

为了有效提升小学生的综合素养,采用多样化的教学方式必不可少。对于较为基础的练习,为了避免让小学生感受到枯燥,可以适当采用提问的方式,或者是在小学生练习的过程中播放音乐来提升学习的氛围。音乐和艺术本身就具有很强的相似性,因此,在进行基础练习的过程中,可以通过音乐来帮助小学生沉浸在美术学习的氛围中,增强其课堂的沉浸感,从而提升美术课堂的教学效率。除此之外,小学美术教师还可以定期举办画展,来帮助小学生建立起成就感。值得注意的是,画展并不是绘画比赛,绘画比赛这种性质的活动只会打击小学生的绘画自信心,应当避免。小学美术教师应当鼓励小学生进行多元化的创作,大胆去画,然后不能够批

评任何学生的作品,因为每个学生的作品都是独一无二的,在美术教学课堂中应当能够具有较宽的文化包容性。并且,小学教师也可以定期组织家长来参观小学生的作品展,让小学生的家长能够更加了解孩子内心的世界,鼓励家长多赞美小学生的创造能力,帮助其提升对自己和艺术创作的信心。许多的小学生在平时的时候都没有受过较多的表扬,对于艺术创作而言,需要老师和家长的鼓励,才能让小学生对美术创作充满信心。

3 结语

随着素质教育内容的不断发展,在美术的教育中,教师更加重视对学生美术能力和艺术鉴赏能力的发展,对小学生更加能放开传统的教育模式进行教学,利用新型的教学模式对小学美术课堂进行进一步革新和创造。

参考文献

- [1]王燕.在素质教育背景下开展小学美术教学工作[J].艺术科技,2014,27(4):411-411.
- [2]江杰进.在素质教育背景下开展小学美术教学工作[J].中华少年·科学家,2016(1):188.
- [3]杨光华.在素质教育背景下开展小学美术教学工作[J].山海经:教育前沿,2020(5):0171-0171.

新课改下小学体育与健康教学策略探究

万冬亮

(南昌县黄马乡凤凰沟实验学校 江西 南昌 330202)

【摘要】体育与健康是小学阶段一门基础性学科,在强化学生身体素质方面有着得天独厚的优势,随着新课程改革的不断深入,以人为本的教学理念也应当落实到体育与健康课程教学中。当前越来越多体育教师开始尝试对体育与健康教学活动进行创新,但是由于教师对新课标的理解不够深刻,教学方法应用方面仍然停留在生搬硬套的层次,导致新课标无法有效践行于课堂。面对这样的情况,小学体育教师必须围绕新课标标准创新教学方法,结合学生实际情况选择恰当的教学内容,进而实现高质量的小学体育与健康教学。

【关键词】小学体育;教学策略;策略探究

引言

小学是学生学习生涯的起步阶段,也是学生成长发育的关键时期,除了基本的文化知识教育之外,通过丰富多彩的课程帮助学生强化综合素质也尤为重要。在新课改方针实施过程中,小学体育与健康教学也面临着新的发展机遇与挑战,一方面是传统教学思想长时间的负面影响,另一方面是日新月异的体育教学方法,二者共同存在于小学体育与健康课堂。在解决传统体育教学模式存在问题的基础上,教师应当积极设计趣味性的实践活动,营造轻松愉悦的课堂氛围,在互动与交流中激发学生学习的积极性。本文简单分析了当前小学体育与健康教学存在的问题,结合实际教学经验,提出了新课改下小学体育与健康教学策略供参考。

一、当前小学体育与健康教学存在的问题

1. 教学模式死板单一

在传统教学思想的长期影响下,许多小学体育教师在教学中仍然采用传统的说教式教学,通过口头讲解的形式为学生传授运动技巧,紧接着通过动作示范的形式让学生同步练习,最后再安排学生单独训练以巩固体育技能。在教学过程中,教师采用的方式千篇一律,没有针对学生的实际情况进行教学方面的调整与创新,课堂讲解环节除了一问一答的互动,缺乏其他的互动类型。死板单一的教学方式不利于学生个性化的发展,体育教育无法取得预期效果。

2. 教学评价过于功利

传统教学模式下的教学评价过于功利化,通常只是在学期末安排一次测试,以固定项目考查学生体育生的情况,缺乏对学生综合素质的考量。在功利化的教学评价风气影响下,学生在体育课程中的学习也更具有“目的性”,这样的评价方式虽然能在一定程度上调动学生的学习积极性,但是体育学习的动机出现偏差,对学生学习兴趣和积极性的帮助不大。此外,由于每位学生的成长环境和先天身体素质存在差异,单一的评价方式容易对部分先天条件较差的学生造成打击,这对心理素质较差的学生影响很大。

二、新课改下小学体育与健康教学策略

1. 利用信息技术辅助教学

教师在小学体育与健康课程中运用的教学方法直接影响到学生的学习效果,新课程改革背景下,多元化的教学方式对小学体育与健康课程带来了新的发展契机,这就要求教师积极创新教学方法,在理论教学中融入信息技术,提高体育与健康课程教学质量。信息技术辅助下的小学体育教学主要应用在体育项目的动作细节讲解方面,以及体育文化教育方面,通过信息技术带来的丰富素材激发学生学习兴趣,利用视频、音乐、图片等形式展开教学,在家学生学习兴趣的同时优化教学效果。

以立定跳远项目教学为例,除了教师对基础知识的讲解之外,教学中还可以利用信息技术的辅助功能为学生播放相关的教学视频。教师教学和示范相对连贯,对于技术细节的展示不足,通过信息技术为学生播放动作分解的视频,学生的学习过

程变得简单起来。从体育文化教育的角度来看,教师还可以利用信息技术向学生展示体育历史发展进程中经典的比赛,从奥林匹克精神中汲取营养,提高学生综合素质。

2. 融入体育游戏激发学习兴趣

兴趣是最好的老师,在小学体育教学中,教师可以融入体育游戏开展教学活动,通过兼具锻炼功能与趣味性的体育游戏来激发学生学习兴趣。教师必须关注体育游戏的应用时机,结合课程教学内容选择体育游戏,体育游戏的主要作用在于调动学生积极性,但是在游戏的过程中,学生也需要进行一定量的运动,因此,在体育游戏选择方面必须符合学生的实际情况,带着明确的目的组织游戏活动。

举个例子,在学习短跑运动时,蹲踞式起跑考验学生的反应力和爆发力,在基础知识讲解之后,教师可以组织学生开展“撕名牌”的游戏。以4-6人为单位分组,每位成员背后贴有印着名字的名牌,在固定范围内,两组学生“捉对厮杀”,最先把对方名牌撕完即获胜。在激烈的对抗中,学生的反应力和爆发力都能得到锻炼,趣味性的游戏激发了学生的学习热情,同时又锻炼了核心素质,可谓一举两得。

3. 优化教学评价体系,培养学生自信

科学的教学评价体系能够帮助学生正确认知自我,给学生明确的发展方向,进而有针对性地锻炼。在制定教学评价标准时,教师除了对体育测试学生运动成绩的表现进行评价之外,还应关注学生学习的过程,注重学生在训练和听讲时的表现。根据每位学生不同的学习基础,教师需要有针对性地设置学习目标,进行分层教学,基于差异化的教学目标开展教学评价,善用鼓励和赞美的语言,帮助学生在体育学习中树立信心。

结语

总而言之,新课改下的小学体育与健康教学,必须紧跟时代发展的步伐,在新课程标准的指导下积极创新教学方法,根据学生的实际情况选择恰当的教学策略。作为新时代小学体育教师,必须勇于面对当前体育教学中存在的问题,针对教学模式死板、教学评价过于功利的现象进行改革,在教学中利用信息技术辅助教学,融入体育游戏激发学生学习兴趣。唯有如此,才能真正实现高质量的小学体育教学,才能保证学生的全面发展。

参考文献

- [1]侯艳霞.浅谈如何提高小学体育课堂教学效率[J].学周刊.2012(08)
- [2]李春华.构建小学体育“自主学练”教学模式的认识与实践[J].教育教学论坛.2012(03)
- [3]王江.浅谈怎样在小学体育教学中提高学生的身体素质[J].学周刊.2012(07)