

边学习,不仅能够使学生对歌曲具有更为深刻的理解,同时还可以对学生想象力进行有效拓展。例如在绘本《树叶沙沙》中,利用实物剪贴出多种形态各异的落叶,在绘本中,落叶表情丰富,能够对作者心中的情感进行科学展示,绘本能够对学生带来视觉的刺激,利用轻音乐模仿绘本中不同树叶的动态作用,然后拓展学生创造思维,引导学生想象秋天的落叶,此时,舞蹈具有更为丰富的体态动作。最后,教师需要基于绘本,利用相关器材对学生创造力进行科学培养。每个幼儿可以基于自身理解,利用自己的嗓音或简单的乐器表达音乐情感,以此为基础,不仅能够实现即兴参加,实现学生创造力的有效提升,同时还可以使学生更为深刻的表达音乐和情感。

三、科学开展绘本音乐活动

通常情况下,在小学阶段开展音乐教学时,具有多种不同的教学形式,同时其教学课堂具有较强的综合实践性,经济与此,教师在具体开展音乐教学时,教师需要对学生科学引导,确保学生能够更为积极主动的参与课堂学习。例如,教师可以组织学生以音乐艺术为主题开展相关实践活动,利用绘本故事编排音乐剧,引导学生自主设计,在学生音乐剧表演结束之后,组织全体同学对其进行投票,基于投票结果评定学生成绩,对活动中取得优异成绩的小组和个人进行一定程度的物质奖励和精神鼓励,该种评定方式的科学应用,能够引导学生主动汇总和复习课堂所学知识,然后基于个人理解创造参赛作品^[3]。以此为基础,不仅能够确保学生对音乐具有更为深刻的理解和认识,对学生自主创作能力进行有效激发,还可以进一步培养学生的交流能力与合作能力,确保学生可以搜集更为丰富的创作素材,在活动

中付出更多的精力,积极投入具体的比赛活动中。在此过程中,不仅能够强化学生创造力,而且,小组合作的合理应用还可以确保学生具有更高的团队合作能力,从而实现学生情商的有效提升,使其教学活动实现更高层次的实现素质教学。通过创设绘本故事情节,可以组织学生在歌曲的过程中科学编创故事情节,然后利用乐器,歌唱,舞蹈,情景对话等多种形式,以此为基础,确保学生在学习过程中感受到更大的乐趣,学会创编音乐剧,使学生对课堂内容具有更为深刻的了解。

四、结束语

总而言之,通过基于绘本创设教学情境,利用不同绘本创编音乐,科学开展绘本音乐活动能够确保在小学音乐课堂教学过程中科学应用相关绘本,对学生创造力进行更为科学的培养,实现学生想象力和创造力的进一步提升,推进我国现代教育教学活动的有效开展,使其更高层次的满足现代社会发展对我国教育工作提出的最新要求,推进我国现代音乐教育水平的进一步发展,为我国现代教育水平的有效提升创造良好的条件。

参考文献

- [1]蒋旭婷.小学音乐教学中创造教学的应用对策探究[J].读天下(综合),2019,000(036):P.1-1.
- [2]林睿峰.优化课堂教学,培养创造能力——关于小学音乐课堂教学的反思[J].北方音乐,2018,038(015):206-206.
- [3]梁巧燕.试论英语绘本阅读对小学生创造力培养现状及策略[J].新课程(教育学术),2019,000(012):165.

小学体育教学中体能训练策略研究

乔建超

(山东省泰安市宁阳县华丰镇崔村小学 271413)

[摘要]小学生是国家的未来和希望,肩负着社会发展民族振兴的重担,健康的体魄是小学生发展和学习的根本,新课改改革以来,对于提高小学生的身体素质提出了新的要求,小学生体育训练课堂的开设,要更能凸显出小学生的主体地位,体育教师要能设置出更加适合小学生发展的教学方案,完善现有的教学体制,从小培养学生的身体素质,通过体能训练促进小学生的身体发育及骨骼生长。

[关键词]小学体育;体能训练;有效措施

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-6261.2020.05.1224

引言

小学生正式身体生成发育最佳时期,在这个阶段通过适当的体育锻炼可以让小学生的身体更加健康,身体素质也会有所改善。而且在小学生时期的体育课堂中,开展的一些体能训练都是很简单的一些基础动作,主要是为了教育小学生在正式运动之前,要进行一些预热活动,激活身体运动机能,以防在正式运动当中出现筋骨扭伤或者拉伤的情况,同时在进行体能训练的过程中,也能锻炼小学生的健康心态,毅力变得更加有耐力,同时身体的柔软度也会增加,这些都更好的促进小学生的身体的健康成长,改变身体素质及精神面貌。

1. 体能训练

体能训练是为提高运动员综合的专项竞技能力服务的,一定要与专项竞技的特点相结合。体能训练的内容就是发展专项需要的运动素质,其中,又应突出发展专项竞技需要的主要素质。选择或设计体能训练手段时应力求与专项技术动作形式、动作结构和能量代谢方式联系起来。体能素质训练应与技术、战术、心理训练有机结合。体育教师了解了体能训练的含义,才能制定出适合小学生发展的体育教学课程,这也是新课程改革以来对体育教育者的要求,通过开展有效的体能训练,让小学生有用强健的体魄,懂得一些必要的运动安全知识,知道如何做运动防护,减少因运动不当过程中给身体造成的损伤,甚至因为不会防护导致身体上的残疾,当代小学生将来所要承担的社会压力将非常巨大,俗话说“身体是革命的本钱”,只有拥有健康的身体素材,才能更好的承担起国家赋予的责任。

2. 小学体育教学中体能训练教学质量的优化策略

1. 善于创建教学情境

虽然小学阶段的体能训练没有过于复杂的运动,但是对于小学生来说,如果正规证据地开展体能训练课程,是很无趣和辛苦的,因为体能训练是一个连贯持续的,不是说做一个动作就结束了,例如:跑步、引体向上、仰卧起坐等都需要再一个时间段内反复持续进行一个动作。因此小学体育教师要开展以下别出心裁的教学,最好是以游戏的方式进行教学,小学生还是更加喜欢游戏活动。如可以开展切西瓜的游戏,这个游戏就可以锻炼小学生的跑步,但是在玩这个游戏的时候,体育教师要先对这个游戏给小学生讲解,让小学生知道如何去玩,鉴于小学生的理解能力的不足,体育教师找一个同学进行演示一番,让小学生更加明白如何玩,同时也要给小学生讲述在游戏过程中,要注意的安全事项,并且在小学生的游戏过程中,体育教师不能放任不管,要全程陪同在小学生的身边,这样可以处理一些游戏中的突发事件。通过游戏即让小学生感受到体能训练的乐趣,提高了小学生的身体素质,同时也让体育教师的教学任务得以实现。

2. 体能训练应当注重学生身心健康

体能训练是一门不同于其他教学课堂的,以为它的教学地点不是在办公室,而是需要在室外进行,同时更多的是身体活动,这就增加了一定危险性,所以体育教师在选择体能训练项目及训练场所的时候,一定要考虑是否适合小学生。体育教师

要选择一些比较简单,危险性系数比较低的训练项目,如仰卧起坐、俯卧撑,动作简单易懂,小学生看着教师做一遍基本上都会明白。同时开展体能训练的场地一般都是学校的运动场,但是运动场的一些设施设备,也是有一定的安全隐患的,如篮球架、单双杆、秋千等这些大型设施设备,在进项体能训练的时候,一定要带领小学生远离这些设施,因为小学生对于危险的概念并不熟悉,更不会自我保护,这就需要体育教师给予排除,从而帮助小学生提高身体素质。

3. 设计符合实际的体能训练方案与目标

在体能训练开始前,体育教师要先制定出体能训练的教学目标,根据设置的的教学目标,设计出符合这一目标的教学方案。可以说这些是体能训练的方向,是开展具体哪像体能训练的选择条件,也是对体育教师的考核标准,在这一特点上,体能训练与其他基础课堂是同样的。要想实现这些,首先体育教师要对小学生进行仔细的摸排,对于学生的身体做到了如指掌,如哪些学生的心脏不好或者那些学生由先天的生理缺陷,这有对小学生的身体状况充分的树枝之后,设计出的教学方案才能实现教学目标,同时也会避免在训练中一些意外的发生。其次体育教师在设置教学目标的时候,要能结合社会的发展需要,跟上时代的发展脚步,为我国体育运动员发现和培养更多优秀的种子学生,促进体育事业的发展。

4. 强化学生对体能训练的参与热情

小学生活泼好动的天性,决定着他们对于一些框框架架的活动兴趣很低,不喜欢被束缚,喜欢自由自在,而且现在的小学生大部分都是一个家庭的唯一的孩子,在父母的宠爱中长大,自我意识很强烈,争强好胜的心理更加突出,所以体育教师在设置体能训练方案的时候,要能了解小学生对哪些感兴趣,利用他们的竞争意识,组织开展一些竞争意义的训练,如接力赛跑,5人一小组,小学生自己找队友,调动小学生的积极性,也可以以班级为一个集体,与其他班级的学生进行比赛。有比赛就会有第一,小学生都想做第一,激发出小学生的兴趣,让他们更加积极的参与到体能训练当中,提高身体素质。

总结

综上所述,在小学开展体能训练教学时,要求体育教师要有一定的教学创新,在设计教学方案时,要更能已小学生为中心开展,并且在开展体能训练的时候,体育教师要发挥引导者、监督者及安全员的的不同角色,激发小学生对体能训练的兴趣,提高体能训练的教学质量。

参考文献

- [1]朱抗锋.在小学体育课堂教学中寻求“耐人寻味、催人奋进”感觉的实践研究[J].体育教学,2014,(11).
- [2]赵应宏.新时期小学体育课堂体能训练策略的探讨[J].新教育时代电子杂志(教师版),2017,(25).
- [3]张秀山.小学体育课堂体能训练的有效策略[J].软件(教育现代化)(电子版),2018,(12).