

物内心的活动而形成的空间,与观众的心理活动和情感相互连接。我们在具体的编创中需要先根据人物角色的心理变化,精神和思想情感加以揣测,再根据心理状态去寻找动作,而不是直接给予人物角色一个情绪的概念,这样容易导致人物角色的情绪宣泄,要真正的做到理解人物个性,分析角色人物的心理空间,让观众真实的体会到角色的人物心理活动。编导在对心理空间的考虑和安排时,更加有利于找到人物角色的动作特点和规律,以及对其心理变化的把握。舞者在进行肢体表达时,则更多的是需要将动作的意识放在占有空间上面,去感受整个舞蹈空间里带来的生命体验并融入动作中。

#### (二) 舞蹈作品中的不同空间关系

我们熟知的舞蹈作品空间分为两种,一是时间空间,二是状态空间,时间空间分为过去时,现在时,未来时这三种。<sup>4</sup>而在众多的时间之中,基本以过去的时间和现在进行的时间为主。过去时空间,特指舞剧的叙述内容,由于舞剧的叙事内容皆发生在过去,是已经发生完成的事情,并且其他的时态也都以过去时态为前导而发生。而现在进行的时间,是特指舞剧当下叙述的这一层时间,因此我们在叙述这个�故事的过程,就是正在发生的进行时。

在舞剧《青春之歌》中,我们利用同名小说的故事结构和内容,做出了舞蹈的叙事和结构,舞剧创作的故事背景是过去时间,以1931年“918”到1935年“129”的我国革命运动的变化为背景,展示了青年学生林道静在革命斗争中的艰难历程,因此在舞蹈的时间线上,皆是过去已经发生完成的事情,但是舞者在表演的过程中,是以正在进行的时间体验去完成叙事的过程。

舞蹈作品空间里的状态空间可以分为基本的四种:现实空间,心理空间,现实中的心理空间,心理中的现实空间。现实空间是人物行为发生的空间,是由行动性的调度填充构成的也是我们能够真实体验和感受到的空间;心理空间是人物的内在

经验,是由心理性的调度填充构成的,编导和演员都需要有心理空间,这可以帮助我们产生动作语汇和情绪;现实中的心理空间是承载人物行为的内在经验;心理中的现实空间是其内在经验先制约了现实空间。而现实空间和心理空间都是单独存在的,也是最主要的两种状态空间。现实中的心理空间和心理中的现实空间是多个空间在时间上的同时层叠,在舞蹈作品的创作中有些空间必须相继出现才能将其舞蹈品质表达清楚。<sup>5</sup>

在独舞《野草》中,就是一个现实中的心理空间,整个舞蹈以野草的形象,去传达编导想要展现出的强大的生命力,看似弱小的生命,但却最坚韧,也最有生机,“春风吹又生”为何而生,又要怎样生,或许并不明白,只是一种本能的生存欲望让自己不断的继续生长和蔓延,是一种不求结果的生命体验。而在舞剧作品《回忆》的创作中,我们利用莎士比亚戏剧线来解释主线中的矛盾冲突,突出人物的心理结构,在结尾段的葬礼中主要运用了心理中的现实空间,所有人都意识到,在我们面临选择时,无论是K还是妻子,又或是罗密欧和朱丽叶,大多数的人往往不是去解决问题而是不断的自欺,去回避我们所面对的问题,这一段中也作用出了想而及物的效果,不仅想了,还想到了结果。因此不同的空间能够展示出不同的状态,不同的状态也能建立不同的空间。

#### 参考文献

- [1] 刘建. 无声的演说—舞蹈身体语言解读. 民族出版社, 2017-01.
- [2] 李玲. 舞蹈编导教学中的“空间”研究[J]. 教学研究, 2006(02): 140-144.
- [3] 刘建. 无声的演说—舞蹈身体语言解读. 民族出版社, 2017-01.
- [4] 王玫. 舞蹈调度的王玫研究. 江苏凤凰文艺出版社, 2014-12.

## 浅谈新课改下中学体育教学方法的创新

罗建刚

(江西省吉安市第三中学 江西 吉安 343000)

**[摘要]** 社会经济的不断发展下,教育行业也随之被提出了更高的要求,中学教育需要关注学生身体素质方面以及个人能力层面的提升,体育是中学教学中主要的构成部分,也因此备受关注。本文通过对新课程改革之下中学体育教学现状的分析,剖析其中存在问题的原因,针对此提出中学体育教学方法的创新及建议,从而可为中学体育的发展奉献自己微薄的力量。

**[关键词]** 新课改; 中学体育; 教学方法; 创新

**[DOI]** 10.12252/j.issn.2096-6261.2020.06.062

### 一、新课改下中学体育教学存在的问题

#### (一) 教学状态缺乏活力

在过去的中学体育教学模式当中,大部分的教师都会将注意力集中地放在教学形式上,在体育教学内容上缺乏创新意识。教学呈现被禁锢在传统的模式当中,学生所反映出来的学习效果更是丝毫无法得到提升。以中学体育教学现实情况来分析,在整个教学开展过程中教学状态都缺乏活力。许多教师在尽全力地对课堂进行集中,带领学生加入体育运动中,然而整体的教学参与度依旧不理想。倘若学生不能完全地加入运动中来,则中学体育教学要想实现创新难上加难。而基于这样的前提之下,对课堂状态缺乏活力这一情况进行克服,是当下中学体育教学前进的关键所在。对体育课堂所拥有的教学资源进行归统,重现体育教活力,是让中学体育教学成效得到提升的关键。

#### (二) 无法满足学生所需

当下的学生都是在互联网围绕的环境下成长起来的,过去的中学体育教学方式已然无法让他们的体育学习所需得到满足,并且当下的学生独具个性,在学习上有着各种各样的期望。但是中学体育教师在进行教学的过程中,依旧采用的是一致的教学方式,教学过程中不但没有因材施教,更缺乏团队合作意识。基于这些情况,学生在体育学习上所呈现出来的效果自然存在一定的提升空间。

#### (三) 教学缺乏创新

纵观中学体育教学教育的现实情况,当下教学模式普遍存在的一个问题,就是创新度不够。大部分的教师在进行教学时不会关注如何融入多元化教学模式,而是守着原有的教学模式一层不变地开展,使得整个体育课堂教学死气沉沉,丝毫没有有任何的创新元素。也无法有效地调动起学生在体育学习上的好奇心与兴趣,严重牵制了学生体育学习质量以及效率的提升。在当代教学体系中,对教学进行创新已然发展为新的课题,倘若不能依照教学变化趋势,快速地对教学策略进行调整,就无法完成新时代对体育教学所提出的要求。

### 二、新课改下中学体育教学方法的创新策略

#### (一) 提升体育教师的教学素质

中学体育教师的教学素质直接影响着体育教学质量以及体育教学方式上的创新。因此,要提升中学体育教学方法的创新度,首先就需要提升体育教师的教学素质。互联网大量的普及使得全民进入互联网时代,信息传递速度飞速提升,知识的更迭更是让人应接不暇。因此体育教师要建立终身学习的意识,对自己的体育专业知识库进行不断地更新,确保自身教学可以跟得上时代脚步。其次,学校方面要提高重视程度,守好对体育教师招聘关卡,源源不断地引入新鲜的教资进入教师群体。将具有创新意识的教师与经验丰富的教师安排在一起,同时科学安排每个体育教师所教授的班级数目,以便体育教师可以完全了解学生的实际情况,更好地跟进体育教学工作。

#### (二) 紧跟时代脚步,引入多种教学方案

初中阶段的学生在精力上是旺盛的,同时受到当下互联网中微信、微博等多种社交软件的影响。学生所触及以及了解的事物远远较以往更多,无聊或者是枯燥的体育课程是无法激起他们心中好奇心的涟漪,因此要引入多种教学方案。第一步,可以考虑在教学设计上加入学生当前比较感兴趣的项目,比如可以通过球类以及舞蹈类来调动起学生对体育的学习兴趣,还可以借助当下娱乐事件以及名人效应来加强师生之间的情感互动;其次可以在体育教学内容中适时、适量地融入一些游戏以及音乐元素。通过轻松或者是较嗨的音乐来带动学生一起做体育热身运动,或者是在开展体育运动项目过程中以学生感兴趣的音乐作为背景。

#### (三) 提高体育教学重视程度

在新课改背景下依旧可以发现,大部分的学生以及家长都没有意识到体育教学的重要性,甚至对体育教学存在的必要性有质疑的现象。因此也导致了体育教学工作无法高效地进行,所以需要通过宣传等方式来让多方主体对体育教学展开一个全新的认识,提高对体育教学上的重视程度。在校园中,体育老师首先在课堂理论课上为学生讲述,体育课程在提升身体素质以及释放学习压力等方面所发挥的作用,让学生在思想意识上关注其体育课程学习;其次,学校可以借助官方身份,以家长会或者校报等多样的方式对体育教学的必要性进行强调,同时,还可以收集学生家长等多方主体对当下体育教学模式的建议。

#### (四) 落实体育教学的体系化

体系化在体育课程教学中具有重要的特点,在实施中学体育教学进行的过程中。要想使得学生建立起体育运动的思维模式,就需要对教学进行体系化建设,使其达到学生体育学习所需。中学生,因为在运动能力以及思维模式上存在一定的约束性,无法通过自身寻找到高效的运动模式。此时就需要教师作为引导者,开展能为学生创建其体育知识体系的课堂。带领学生突破不同项目种类之间的体育隔阂。在这个过程中,体育思维模式在其中扮演着重要角色,可以将较抽象的体育运动理论具体化,从而更易被学生所吸收。

总之,新课程改革下,中学体育教学被提出了更多的要求与标准。基于这样的背景,需要结合全新的要求以及当下的时代趋势,将提升体育教学质量与效率,增强学生综合素质为开展教学的出发点,对教学方式以及教学模式进行创新改进。同时,对当下既有的体育训练教学资源进行充分的规整,吸引学生加入体育教学课堂。调动起学生体育学习的好奇心与兴趣,使其可以带着更为活力、更为积极的学习态度对自身体育素质进行提升。伴随当下教育理念以及教育方式的提升,中学体育教学也将得到改善,从而带动素质教育整体的水平得到发展。

#### 参考文献

- [1] 蒋哲. 浅谈新课改下中学体育教学方法的创新[J]. 体育科技文献通报, 2020, 028(005): 73-74.
- [2] 李斌. 浅谈新课改下高中体育教学方法的创新[J]. 青少年日记(教育教学研究), 2018, 000(003): P.160-161.