

趣味田径引入高中体育课的实践思考

上官志辉

(江西省乐平中学 333300)

[摘要]在全面推进素质教育的教育改革背景下,体育课程的重要性逐渐凸显。田径作为体育课程的重要内容之一,能够锻炼学生的身体素质,提高学生的运动能力。但是传统的高中体育课程中,教师一般采用简单粗糙的训练方式进行教学,学生的体验感较差,因此教师必须将趣味田径有效地引入高中体育教育,提高教学的质量。

[关键词]趣味田径;高中体育;实践教学

[DOI]10.12252/j.issn.2096-6261.2020.07.1192

引言

趣味田径是指将田径运动与丰富多彩的游戏活动结合起来实现体育教学的强身健体目标,它突破了传统体育教学的局限性,更具备趣味性和综合性。因此本文将围绕趣味田径在高中体育课程中的实际教学过程思考有效地教学策略,以期对高中体育课程的开展提供有益的借鉴。

一、关于趣味田径的基本认知

(一)趣味田径的基本概念

走、跑、跳、掷是人类生活的基本技能,是田径运动项目中最基本的运动形式。这些自然动作和技能对学习掌握田径运动各项技术有着十分密切的关系,这些自然动作规范,有助于正确地、较快地掌握田径运动技术。趣味田径是指根据青少年的年龄特征和性格特点,通过新颖有趣的体育游戏吸引学生参与到田径体育课的学习和锻炼过程中,这样能够促进学生的运动能力提高和综合素质发展。

(二)趣味田径的特点

趣味田径主要具备以下几个特点:第一是趣味性。趣味田径首先具备有趣的特点,才能引起学生的参与兴趣。第二是安全性,要保证学生平安参与田径运动,不应出现危险情况。第三是参与性,趣味田径只有在全部学生积极参与后才能实现其目的。第四是广泛性,田径运动具有个体性,又具有广泛的群众性。田径运动是体育运动中最大的一个项目,是任何大型运动会中比赛项目最多,参赛运动员最多的项目,经常参加田径运动的人也最多。

(三)趣味田径教学的基本要求

趣味教学过程对于教师和学生来说都有一定的要求:对于教师来说,教师要做好科学的教学制定工作,利用合适的资源积极引导参与学生参与活动之中。学生要积极和教师进行互动,改变以往传统体育课的理念,在趣味田径中锻炼自己的体魄。

二、趣味田径体育教学的实践策略

(一)恰当运用趣味田径,用对教学环节

在将趣味田径引入高中体育课程的实践过程中,教师必须树立一个实践策略:趣味田径是用来增加体育课的趣味性,而不是将体育课全部变为趣味田径的主场。教师要把握好运用趣味田径的教学环节,合理安排趣味田径的教学时间,恰当分布在热身环节、技能教学环节、恢复运动等环节,而不是在同一个教学环节频繁多次的使用趣味田径。根据学生的学习情况和学习特点,制定科学合理的趣味田径教学方案,让趣味田径真正为体育课堂注入活力。

以高中田径短跑教学为例说明。首先在短跑教学的热身环节。教师要通过一个小游戏活动:倍速音乐活动,看哪一位同学能够跟上节奏。教师播放一些学生耳熟能详的歌曲,让学生进行徒手操的训练活动。其次在短跑的具体技能训练活动中,教师可以设置障碍挑战训练赛活动,让学生根据情况自己组队学习教师展示的具体短跑技能进行学习,学习合格后引导学生进行障碍挑战赛的自行体验。最后在教学的恢复训练环节。教师可以让同学们进行警察游戏,让同学们进行角色扮演,然后进行短跑游戏抓捕,提高训练的强度。

(二)巧用合适体育器材,增加教学趣味

体育器材与体育运动是相互依存,相互促进的关系。因此通过在趣味田径中增加专业的器材或者有趣的物品,增加学生的教学参与积极性。趣味田径本身也是一种新颖的活动形式,学生由于性格特点,对于大型的体育器材无法正确使用,存在一定的安全隐患。因此教师在开展田径体育教学的过程中选择上要体现一些创意器材的作用,给学生带来更多新鲜感,激活学生参与田径训练的热情。

以高中田径掷铁饼为例说明。首先教师要提前摸清本班同学的基本情况和学习需求,提前准备恰当的铁饼、沙包等既专业又有趣的体育器材,让学生在课前引入环节,每一位学生都能够触摸观察器材。其次在教学的具体技能教导环节,教师可以先让学生利用沙包,玩一场游戏活动,看谁能够扔的更远,扔的更准,在学生熟练使用沙包后换上铁饼进行实际训练,教师根据学生的表现进行及时矫正。最后的教学总结训练阶段,教师让学生分别进行正向,侧向铁饼掷的展示训练,可以先进阶和进阶后组成小组进行相互纠正和提高。

(三)创设趣味田径活动,提高教学质量

高中田径教学中创设趣味游戏活动,对于处于思想活跃的高中生来说极具吸引力,学生对田径的接受度也就更高。活动可以按照性质分为合作型活动和竞争性活动,合作型活动增强学生之间的联系,提高他们的交往能力,竞争性活动能够激发学生对自己的要求,好胜心能够让学生快速融入实际教学过程中。教师还可以设计其他类型活动,激发学生兴趣,提高教学的质量。

以高中田径跳远为例说明。首先在课前引入动物模仿热身环节,教师要注意学生的腿部环节训练,可以让学生根据形体拳中的动物形象把自己的腿部进行有效锻炼。其次在立定跳远的具体教学环节,教师可以设置跳绳运动,用长绳划分界限,学生进行合作接力挑战活动,看那一组用时短,跳的最标准,在小组合力进行跳远的过程中,教师要积极引导学生的姿势。最后教师开展个人跳远竞赛活动,给每一个学生参与的机会,进行对抗互动性训练,选出班级内的跳远王。

总结

综上所述,体育课程在高中课程教学中占有重要的地位,体育教师可结合创设趣味田径活动,提高教学质量、巧用合适体育器材,增加教学趣味等策略,设计教学计划,有利于提高高中体育教学质量和教学水平,让学生在体育教学中提高自身的综合素质。本文通过趣味田径项目的引入,高中体育教学立刻充满了生机和活力,由于田径运动的多样性,内容也较为丰富,容易被学生所接受,体育的运动积极性也会相应的提高。

参考文献

- [1]蒋高勇.引入趣味田径教学模式提升高中体育课堂质量[J].新课程(教师版),2019,000(011):220.
- [2]刘琦."趣味田径训练"在中学生体育教学课中的应用与分析——以盐湖安邑中学为例[J].文体用品与科技,2020,002(002):160-161.
- [3]杨志明,倪利.国际少儿趣味田径引入云南农业大学体育专业课程的研究[J].灌篮,2019,000(013):P.202-203.

小学音乐教育在“立德树人”中的重要作用分析

唐灵珍

(江西省赣州市兴国县永丰乡果溪小学 江西 赣州 342400)

[摘要]在素质教育的背景下,教师应认识到小学音乐的德育优势,渗透立德树人的教学理念,促进学生德智体美劳的全面发展。小学音乐是一门艺术类的学科,教师可以结合音乐教育的特点,利用优美生动的艺术形象培养学生高雅的审美情趣,为学生树立正确的价值观、人生观和世界观,使学生养成良好的行为习惯和道德品质,实现美育的教学目标。

[关键词]小学音乐教育;立德树人;重要作用

[DOI]10.12252/j.issn.2096-6261.2020.07.1193

新课标指出小学音乐教学要规范学生的行为习惯,培养学生友善热心、尊重他人、热爱集体的意识,在艺术熏陶中陶冶情操,促进学生真善美的发展。在小学音乐教学中,不仅要培养学生的音乐知识和技能,还要利用音乐教学在德育上的优势,培养学生的审美鉴赏能力,健全学生的人格修养,促进学生健康、全面的发展。因此,教师应结合立德树人的教学理念,使学生养成良好的品质和精神。

一、立德树人的教育目标

近些年来,习近平总书记明确强调,要将“立德树人”融入教育的方方面面。推崇以“立德树人”为教育方式,先立德,再树人,这种顺序是固定的,不可改变的。立德是我们进行教书育人的基础,树人是我们进行教书育人所要达到的目的。教育的根本和基石就是立德树人,这种思想也牢牢记忆在脑海中。立德树人不仅要向学生传授灌输知识和技能这方面的学习,还要通过正确价值观、优良的德行以及崇高的理想信心来感染学生。另外,在当今的社会,评判一个人的优秀好坏不仅仅是在专业知识技能方面,个人的德行也成为重要的指标。我们所提倡的德智体美劳全面发展,而德被列为首位。

二、小学音乐教育在“立德树人”中的作用

(一)缓解紧张的学习氛围,提高学习效率

小学生的学习压力和负担逐渐加重成了当今社会一个重要的热点话题。确实如此,随着教育的不断推进和改革,学生们的作业负担加重,学习压力逐渐增加。学生在校期间每天都按学校的课程表的安排进行一系列固定的课程,日复一日,年复一年,再加上刚步入小学阶段,突然增加的学业,会使小学生感觉到疲惫不堪,不堪重负。同时欢快的、富有强烈的艺术表现力、情趣的音乐作品随着旋律播放出来,能够改善小学生们的心境,使他们更加积极向上,富有乐观心态。随着在小学教育中加入音乐课程,小学生们通过音乐的倾听学习,刺激他们大脑神经,处于兴奋状态,提高思维和身体功能,使人心情愉悦,提高学习效率,使学习更加和谐,学习成绩更上一层楼。

(二)开阔小学生视野,综合全面发展

小学阶段是学生刚接触的一个对他们来说新鲜的生活,一切都是陌生的,而且出于小学阶段,大部分的学生对一切都怀有好奇心和探索欲望,处在一个懵懵懂懂的状态。小学阶段将音乐融入教育中,让他们初次体会到音乐这个新鲜事物,起到启蒙作用。小学音乐基本上都是选取欢快的、富有情趣的和强烈的艺术表达气息等作品作为音乐教材,通过对小学

生进行音乐教育,首先刺激了他们的听觉。加强了听觉的刺激,使小学生们在成长发育阶段养成良好的听觉习惯,培养听觉能力,改善听觉效果。另一方面,对小學生进行音乐教育也会增强他们的情感体验,鼓励他们更多接触新鲜事物,增强创造欲望,发挥他们的创造力和想象力,开阔小学生的视野,综合全面发展。

(三)增加对生活的体会,灌输思想价值观

众所周知,每首音乐的背后都有着丰富而具体的时代背景、深厚的历史意义,融入着作者不同的经历和故事,这都是作者内心的体会,以音乐为载体,通过律动、歌词宣泄表达出内心的情绪。小学音乐教育所要学的歌曲种类丰富,倾听、学习这些音乐,感受作者的感情流露,情绪变化,体会作者当时错综复杂的心境,通过倾听作者的心声,感受他们当时的生活时代的样貌,体会他们那个时代的变化改革。不同背景的歌曲,我们可以接收不同的思想价值:有的音乐我们可以感受到当时革命战争时的热血,传递爱国主义精神;有的歌曲让我们明白要树立理想信念,要肩负起时代担当的责任;有的歌曲让我们感受到祖国的大好河山的宏伟壮丽,令人欣欣向往;有的歌曲让我们了解到56个民族多元的文化魅力,感受文化的繁荣、民族的团结、民族精神……多样的音乐将多元的思想价值传递给小学生,贯彻在智育、美育的个个角落。

三、结束语

“立德树人”教育方式的提倡,这就告诉我们,如今的教育不仅要进行单一的语文、数学、英语、政治、物理等科目的文化知识技能的学习,更要加强学生们“爱祖国”“爱人民”“八荣八耻”等正确的价值观、人生观、世界观的培育,要让他们懂得将自己的崇高的理想信念与自己所要承担的责任相结合,将小学音乐通过音乐为载体,不仅缓解了紧张的学习氛围,使同学们在学习方面松弛有度,提高学习效率,还开阔学生的视野,使其全面发展,体会世间的千怪万离,另外将思想价值观也在不知不觉中渗透到方方面面,达到“树人”“育人”的目标。

参考文献

- [1]韩笑.小学音乐教育在“立德树人”的重要作用分析[J].东方音乐,2019(1):314-314.
- [2]付珊珊.浅谈小学音乐教学中的德育策略[J].文存阅刊,2018(7):84
- [3]陈琳.如何在小学音乐教学中渗透德育教育[J].读与写,2017(26):219-224.