

丑, 促进形成高水平的情感。一般来说, 小学美术教育可以对小学生的心理状态产生积极影响。我们必须积极参与教学过程。

参考文献

[1]顾菁.小学美术创作教学中健康心理的引导[J].教书育人, 2018(28): 31.  
[2]张天强.小学美术教学中渗透心理健康教育的途径[J].中小学心理健康教育, 2018(14): 68-69.

## 科学的体育锻炼对中学生智力和学习的影响

王磊

(山东省泰安第一中学 山东 泰安 271000)

**摘要**在如今科学技术与物质水平持续发展的新时期, 中学生对自己的身体素质以及智力能力的增强也有了一个深刻的认知, 因为他们的学习时间尤为紧迫, 所以就极易无视对身体素质的锻炼, 这就导致其身体缺乏了一定的健康, 更是无法有充沛的精力去进行学习。基于此, 笔者将结合多年的教学经验, 就科学地体育锻炼对中学生智力和学习的影响进行分析, 以供大家参考借鉴。

**关键词**体育锻炼; 中学生; 智力和学习; 影响分析

**DOI** 10.12252/j.issn.2096-6261.2020.07.446

智力不仅属于一种多个层次、多维结构、不断变化、立体的动态系统, 还是存在于认知范畴的脑力劳动, 人们的所有心理活动能力像是观察能力、记忆能力、思维能力、联想能力等等都是智力的主要组成内容, 其总是彼此联系的整体地表现出来。体育活动中中学生一定要迅速、精准地进行观察和推测, 然后开展一连串的烦琐动作, 肌肉活动所形成的生物电对人体大脑皮层的刺激性越强, 那么学生的神经细胞就会越来越多, 所以就增强了大脑皮层细胞的实际工作水平以及灵活性, 切实有利于让他们的记忆能力以及思维能力获得提升。

### 一、体育锻炼的概念分析

体育锻炼对中学生自身的智力与学习产生怎样的影响? 是让他们更加有动力地去进行学习, 还是完全体现出其原本的聪明才智, 还是会对学生的学习造成影响, 阻碍他们的智力得以发展呢? 是否可以明确这之间所存在的关联, 是如今体育教学工作可否顺利进行的一个关键问题。现国内外对于此种情况早已有了初步的分析和研究, 美国某一大大学的教授曾经提出: “智力高的人比智力低下的人长得更加高, 身体也更加的健康与强壮”。同时, 在众多诺贝尔奖获得者当中, 大部分人都都是著名的运动员, 又或是奥运会的金牌得主。就连法国最为有名的原子能学者都已面对过两种完全不同的选择, 分别是足球运动员或者是从事于科学研究。这部分事实表明: 人类的智力与体质之间有着十分密切的关联, 同时智力的不断发育和成长也需要体力获得与之相对的发展。但是以国内如今的体育教育而言, 真正了解并明确此点的人并不是很多, 对于体育锻炼可以迅速提升身体素质这一点, 也没有给予太多地注重, 甚至于还认为其会对学生的智力与学习造成不良的影响。有部分学校还会将学习时间有限当作一个理由, 将学生的锻炼时间完全摒弃, 这就表明有着某种理念的老师和并未真正知晓体育在教育教学中的主要地位, 更没有明确体育和智育彼此间的真实联系。所以, 老师应该借助多方调查和研究, 来掌握体育锻炼和智力发展之间的关联, 真正为学生们的发展铺垫牢固基础。

### 二、体育锻炼对学生智力的影响

中学阶段是学生智力不断发展的关键时期, 他们大脑机能的增长十分快速、探究欲望也较为强烈、精力尤为充沛, 自身的思维能力、抽象能力甚至是理解能力都会慢慢地提升, 记忆力、创新意识也会获得某种程度的发展, 若是在第一时间对他们进行有效的教育, 开展有针对性的、有思想的合理的培养和锻炼, 那么学生的智力、创造能力就必定可以获得

得质的飞跃。因此, 不断拓展学生的智力, 是每一所学校必须完成的首要课题。而体育课程作为整个学校教育的关键组成内容, 也一定要承担起培养、教育以及训练学生智力的主要任务。借助有关调查研究发现, 时常进行体育锻炼的学生, 其自身的记忆能力、观察能力以及分析能力也会慢慢地增强。人的智力不仅是大脑的重要机能, 还是客观现实的真实反映, 所以学生的智力发展程度和大脑的实际性能有着十分直接的影响。

### 三、体育锻炼对学生学习的影响

体育锻炼和学生的学习存在着何种关联? 是不良影响、浪费时间, 还是借助锻炼可以让其更有效地进行学习? 或者是和文化知识的学习彼此没有太大的关系呢? 这就是学校如今应该要进行回答的重要问题。有关调查研究显示, 时常参与体育锻炼的学生可以提高学习能力的则占有着百分之四十五, 而并不会参与锻炼或者是极少参与体育锻炼的学生就仅仅是占有着百分之二十。由此可知, 体育锻炼和文化知识的学习存在着尤为紧密的关系, 换言之, 时常进行体育锻炼的学生可以让自己的文化成绩有所提升。这关键是由于, 经常进行学习之锻炼, 有利于让神经中枢得到有效的调节, 延缓疲劳情况的产生。在进行学习的时候, 人体大脑皮层内部的中枢会出现兴奋, 而其余中枢则会呈现出负诱导的现象; 与之相反, 在进行运动的时候, 运动中枢就会非常的兴奋, 但思维中枢则会出现抑制。因为此种相继的正负诱导, 就确实强化了学生大脑所具有的机能, 真正提高了他们的学习效果。反之, 不间断地进行学习, 就必定会让中枢细胞始终处在兴奋的状态, 久而久之, 就会形成保护性抑制, 让大脑机能有所下滑, 确实对学习和智力造成了不良的影响。

### 结束语

总而言之, 老师一定要意识到体育锻炼对学生智力和学习造成怎样的影响, 进而有针对性地向学生提供充足的时间进行体育锻炼, 让其身体素质和智力能力都获得一定的提升。需要注意的是, 老师在为学生们制定锻炼内容的时候, 一定要秉持着科学、合理的原则, 不要安排过于繁重的项目, 也不能让他们太少地进行锻炼, 真正为其将来发展铺垫基础。

### 参考文献

[1]侯长江.体育锻炼对青少年智力的影响[J].运动, 2010(08): 41-42+58.  
[2]张玉磊.体育锻炼对智力发展的影响[J].职业圈, 2007(13): 96-97.

## 小学班级合唱教学现状与策略研究

祝葳

(吉林省珲春市第一小学校 133300)

**摘要**随着我国综合国力的不断提高发展, 教育事业得到了更进一步的改革, 各种各样新型的教学理念在知识的教学中得到了良好的应用, 在现阶段的小学知识教学中, 人们逐渐对学生自身的综合发展投以了更多的重视目光, 合唱技能的教学, 能够为学生提供更多的多媒体帮助。在这样一个发展环境下, 教师就应注意自身所使用的教学方法和教育理念, 对学生的合唱技能予以更多的教学帮助。本文针对小学班级的合唱教学现状进行了简要的分析, 并且提出了相关的合唱教学策略, 希望能够为广大教育事业工作者提供有效帮助。

**关键词**小学班级; 合唱教学; 现状对策

**DOI** 10.12252/j.issn.2096-6261.2020.07.447

小学班级的合唱教学, 是教师在进行音乐知识的教学时, 通过对教科书中的合唱歌曲进行班级授课的一种教学活动, 是音乐教学的一大重要内容。在现阶段的小学音乐知识教学中, 合唱知识的教学能够对学生自身的合唱水平提高带来巨大的有效帮助。但是在当前的小学合唱知识教学中, 依然存在着大量的问题, 对小学生自身的合唱水平提高带来不利的影响。对此, 教师就应注意自身所使用的教学方法和教育理念, 选择适合的方式来来进行合唱技能的教学, 培养学生自身的合唱技能。

### 一、小学班级合唱教学现状

#### (一) 重视程度不高

在传统的知识教学中, 因为大部分的家长和教师关注的都是学生的学习成绩高低, 而对一些文化课程如美术、音乐等重视程度不高, 所以就没有对小学班级合唱教学投入更多的关注, 所开展的合唱教学也只是让学生随便唱唱, 或者直接被其他主学科的教师占用, 也没有开展正确科学的课程安排, 在进行教学内容的改进时也没有投入更多的关注, 这就对学生造成了影响, 对音乐知识失去了学习兴趣。

#### (二) 无专业的教师

因为在传统的知识教学中, 大部分教师自身都没有对音乐知识的教学投入更多的重视, 所以也就没有配备更多高水平的音乐教师, 或者只通过其他学科的教师代替教学。而合唱教学对教师自身的专业能力要求偏高, 所以若是学校没有投入更多的资金来聘请专业音乐教师, 就无法对学生提供更加专业、科学的合唱知识教学。

### 二、开展小学班级合唱的教学策略

#### (一) 培养学生学习兴趣

在进行小学合唱知识的教学时, 教师应注意培养学生的兴趣, 改善自身所使用的传统教学方法和教育理念, 营造一个和谐融洽的课堂学习氛围, 让学生在能够有这样的环境下积极主动的进行知识的学习。对此, 教师可以通过使用情景教学的方式来来进行学生兴趣的培养。

例如, 教师在进行《小红帽》的音乐课教学时, 可以通过挑选几个学生进行童话故事扮演, 创建一个教学情境, 让学生能够全身心的投入到知识的学习中来。在这样的前提下, 学生就能够将自身的注意力和目光放到课堂中来了, 对所开展的知识教学内容投入了更多的重视, 使教师接下来的知识教学方法能够得到更加有效的进行。

#### (二) 提高教师职业素质

通过教师参加相关的社会培训来提高自己的专业知识和技能。因为部分教师对音乐方面的重视程度不高, 所以没有注意到自身专业技能提升。这就令教师在进行知识的教学时无法提供更多的有效帮助了。基于此, 教师需要通过参加相关的社会培训或者从当前信息发达的网络时代下进行自身专业知识技能的提高。

例如, 教师通过参加相关培训, 在培训会上将一些精华知识内容进行吸收, 对同行教师的教学经验加以归纳学习, 最后总结出一套适合自己的教学方法, 这样再进行小学合唱知识技能的教学时就能够为更多的知识拓展了, 对学生今后的全面发展提供了巨大的有效帮助。

#### (三) 多媒体工具的使用

在当今多媒体信息时代迅猛发展的环境下, 教师能够通过使用多媒体技术将学生自身的注意力和合唱技能进行调动和提高, 就能够为学生提供更多的有效帮助。通过使用多媒体工具, 让学生在知识的学习时, 对所学内容有一个更加深刻的理解, 从而在接下的实际合唱中提供更多的有效帮助。

例如, 教师通过使用多媒体工具来进行伴奏, 播放一些学生合唱时的背景音乐, 让学生能够跟着伴奏唱, 活跃了课堂学习气氛, 让学生能够在这样的环境下将自身的音乐意识进行调动, 在课堂上尽情展现自我。这样的方法, 能够有效将学生的注意力和目光调动至课堂中来, 让学生在知识的学习时, 全身心的投入, 丰富自身的合唱技巧, 为学生在今后的学习和发展中提供更多的有效帮助, 为学生的全面发展奠定基石。

### 结束语

纵观全文, 在小学阶段的知识教学中, 音乐教学对学生而言是一个十分重要的内容, 小学班级的合唱教学则是小学音乐教学中的一大重要组成部分。所以, 在进行知识的教学时, 教师应注意改善传统的教学方法和教育理念, 通过新型的教学方式来培养学生的兴趣, 让学生在自身的注意力和目光集中至课堂中来, 拉近师生间的距离, 营造一个和谐融洽的课堂学习氛围, 让学生自身的合唱技能能够得到更加有效的提高, 为学生实现综合发展带来有效帮助。

### 参考文献

[1]柯达伊音乐教育思想对我国童声合唱训练的几点启示[J].肖素芬.黄河之声.2018(05)  
[2]柯达伊音乐教育思想探析[J].袁善琦.华中师范大学学报(哲学社会科学版).2018(03)  
[3]班级合唱教学在小学中低段音乐教学中的应用[J].肖文瑾.音乐时空.2018(01)

## 论我国汉族民间舞蹈的南北差异

黄中秋

(商丘幼儿师范学校 476400)

**摘要**当今的中国, 地域辽阔, 自然环境复杂多样。由于各民族的居住环境、社会结构以及经济文化的发展水平不平衡, 所以各民族的舞蹈文化层次也大有不同。反映不同经济文化水平的各种舞蹈形式并存, 便形成了中国民间舞蹈特有的文化现象和各自的风格。汉族, 是个善于吸收其他民族文化的民族。在长期发展过程中不断吸收、融合其他民族的文化从而形成了高度的发展水平, 成了中华民族的主体文化。而汉族的民间舞蹈在流传扩展过程中, 为了适应当地的自然环境和社会条件, 都具有了各自的地域色彩, 也形成了具有南北差异的民间舞蹈形式。

**关键词**中国民间舞蹈; 地域文化分布; 南北差异; 汉族文化; 秧歌; 花灯

**DOI** 10.12252/j.issn.2096-6261.2020.07.448

中国是一个多民族的国家。中国的民间舞蹈是56个民族共同创造的文化宝藏, 她既体现

出中国文化的共同风格, 又展示着各民族的浓郁的风俗特征。我国的民间舞蹈是我国广大劳