

提高初中学生体育健康教育的实效性探究

刘志珍

(宁夏中卫市第六中学 宁夏 中卫 755000)

【摘要】众所周知,安身立命是学生的第一要务,学生的身心健康状况影响着他们一生的发展和幸福。目前的体育健康教育在应试教育模式的冲击下,由于学生正当的学习时间经常被其他科目挪用和挤占,学生的身体和心理健康状况出现了不容乐观的现象。在此前提下,如何提高初中学生体育健康教育的实效性显得尤为重要。

【关键词】初中学生; 体育健康教育; 提高; 实效性; 探究

【DOI】10.12252/j.issn.2096-6261.2020.07.1188

教育部于2000年12月颁布了新制定的中小学《体育与健康教学大纲》,强调体育教学要贯彻“健康第一”的指导思想,全面促进和提高我国学生的身心素质。体育健康教育不仅仅是体育教育工作者的职责,更是每一位教师的职责所在,尤其是班主任,一定要配合学校切实抓好本校体育健康教育特色教育,以期提高全体学生的体质与健康水平。

一、初中学生体育健康教育的现状

初中学生已经由小学时活泼好动的天性逐渐转变为克制自己、行为冷静,由于受青春发育、个人形象、学业压力增大等因素的影响,初中生对体育运动的热衷程度与日俱减,他们的身体健康状况不容小觑。

(一) 初中学生体育健康现状

1、身体素质下降。宁夏每年中考都有50分的体育测试,考察学生的立定跳远、男生1000米及女生800米长跑、立定跳远、手臂握力素质。但是各项能拿到满分的学生凤毛麟角,大多数学生进入初中后除了参加学校的体育课之外,很少在课余时间参加体育锻炼。为了应对中考,才临时抱佛脚进行有目的的体育集训,一旦中考结束,就又将体育锻炼束之高阁。国家的体育健康综合素质检测显示,初中学生的力量、爆发力、耐力均在逐年下降,他们的身体素质急需全社会的共同关注和反思。

2、视力严重下降。学生的近视问题在小学高年级就已经很突出了,进入初中,近视的学生比较普遍,反而是视力正常的孩子少之又少,学生近视的问题在初中已经表现得非常严重了。不仅仅是近视人数多,更重要的是高度近视人数不断增多。学生视力减弱,与学校的体育健康教育课的设置有关,与学生的生活习惯相关,更与家长们在学业上望子成龙的做法有关。

3、肥胖人数持续增多

初中生的体重超标者、肥胖者持续增多,原因如下:随着人们生活水平的提升,学生的营养越来越丰富,家长和学生放纵食欲,胡吃海喝,营养过剩,导致学生肥胖,再加上学生严重缺乏锻炼,导致脂肪堆积,形成肥胖。这些肥胖者往往协调性差,加剧了恐惧体育运动的心理,长此以往形成恶性循环,严重影响学生的日常学习和生活,不仅影响体育测试成绩,而且导致学生心理自卑、沉默,不愿与人交往和心理疾病的发生。

4、心理较为脆弱

由于身体肥胖导致学生出现交往和心理上的障碍,他们沉溺于网络,离家出走,甚至自残、自杀,这些问题日趋严重。因此,关注学生的体育健康势在必行。

(二) 学校体育健康教育的现状

1、片面追求升学率,忽视体育健康教育

一些地方把文化课考试的高低作为评价学校办学好坏的唯一标准,作为考核教师的唯一标准,导致家长、学生、老师不重视体育健康,甚至挤占体育课、健康教育课的现象时有发生,在德智体美劳中只重视学生的智育,使素质教育还处于应试教育状态,这是学生、家长、学校的错误认识,更是考试制度的弊端所在。

2、体育健康教育形式单一,缺乏创新

现行的体育课还是以传统的体育教学为主,缺乏创新,导致体育健康教育形式单一,缺乏创新。由于缺乏创新,学生课堂参与兴趣不高,课下更没有自我锻炼的兴趣,没有感受到

体育运动带来的充实与快乐。当下充满活力的流行体育形式,啦啦操、花样篮球、花式跳绳等特色项目还没有完全走进初中体育课堂,健康教育更是没有落到实处,班会课、健康教育课还没有引起足够的重视,学生生理健康知识不足,心理健康问题突出。

3、体育健康教育没有纳入考核机制

目前对学校、教师的考核评价主要以体育课评价为主,而忽视体育过程评价,缺乏学生体育运动的个性和创新性,用一种尺度去衡量不同体质和程度的学生,评价方式缺乏科学性,难以调动学生学习的积极性和创造性。对教师的考核仍然以学生各类运动竞赛中夺得名次作为唯一标准,导致学校体育教育形式单一,缺乏体育健康的健身理念。对于中学生来说,体育活动就只有课间操、眼保健操,学生的体育爱好和获得身体健康的机会和时间少之又少。

二、新时代背景下初中学生体育健康教育实效探究的重要意义

1、体育健康可以有效改善中小学生的运动系统。只有日积月累的体育锻炼,才能促进学生身体正常、健康发育,切不可一蹴而就。

2、学校体育健康可以促进学生建立健康的心理素质。学生身心健康才是真正的健康,身体健康能更好地促进心理健康发展,这就是体育运动的魅力所在。

3、学校体育健康能培养学生朝气蓬勃、坚持不懈、坦然面对失败等良好品质。体育运动中的坚持精神贯穿于生活的方方面面,通过体育健康教育能促进学生个人良好品质的形成。

4、学校体育健康能够缓解学生学习和生活的压力,树立健康的生活方式,帮助学生热爱生活,发展终身体育健康的意识。发展学生的个人体育运动爱好,可以使他们坚持终身爱好运动,这对学生而言终身受益,利国利民。

三、提高初中学生体育健康教育实效性的策略

1、各校根据自身情况,开展体育健康特色教育,例如年级篮球特色课,花式跳绳特色课,啦啦操特色课等。总结经验编辑成一套学校体育健康校本教材,以供其他学校学习和借鉴。

2、建设校园体育健康的艺术氛围,包括:张贴校园、班级体育健康宣传画;校园广播播放体育健康提示语,创设良好的校园体育健康氛围。

3、利用早操、课间操、课前操、班会课开展学校特色体育健康活动,鼓励以班级为单位开展特色体育健康活动。

4、制定各科任教师参与、组建自己的体育健康兴趣班。打破几个教师搞体育的传统,实现教师人人参与体育运动和健康教育的目的。

5、呼吁国家将体育健康通过各种形式纳入中考,分值提升到与文化课等值,只有这样,全社会才会共同重视体育健康。

参考文献

- [1]李华丰.我对体育教学的认识和实践[M].中小学体育卷,江苏教育出版社,1995:191.
- [2]刘清黎.体育与健康[M].北京高等教育出版社,2002.10

新课改背景下小学美术教学教学有效性提升探讨

聂品

(丰城市剑桥小学)

【摘要】小学美术作为小学阶段的一门重要课程,对学生的成长与发展起着非常重要的作用,是对学生开展美育教育的基地。同时对学生创新思维能力的发展有着非常重要的意义。在新课程背景下,对于小学美术教学也提出了更高的要求,如何为学生创造优越的课堂教学环境,激发学生学习的兴趣,打造高效化的小学美术课堂,培养学生和发展学生的创造力,是摆在我们每一位小学美术老师面前的重要课题。下文笔者结合自己的教学实践,对小学美术高效课堂的教学策略展开探讨,以供参考。

【关键词】小学美术; 高效课堂; 教学策略

【DOI】10.12252/j.issn.2096-6261.2020.07.1189

对于高效课堂的解读,是投入最小的教学时间和精力,获得最大化的教学效益,不仅教学效率高,而且学生也在高效课堂上,获得了相应的发展,这才算是高效课堂。高效课堂具备“自主建构,互动激发,高效生成,愉悦共享”等基本特征。那么怎样在课堂教学有限的时间内,既能激发学生的学习兴趣,高效化的完成教学任务,同时又能使学生的能力得到提升,情感态度得到培养,实现全面发展的教学效果呢?下面笔者结合自己的教学实践,对小学美术高效课堂的教学策略展开探讨,以供参考:

一、小学美术教学过程中的问题

(一) 教师教学的方式比较单一

在小学阶段美术教师主要的教学方式以教材为主,美术教师在具体教学的过程中,实际的教学内容过于单调,并且教师的教学方式过于单一,这样很难将学生兴趣调动起来,在课堂上教师也无法将学生的注意力集中起来,这时就需要小学美术教师将课堂教学内容丰富起来,让课堂内容具备多元化,从而有效培养学生的创造性,让学生从中能够体会到美术的乐趣,并且还能获得更多的知识,这样才能保证教学的质量。

(二) 教师的教学手段比较单一

现阶段,很多小学对于美术课的重视程度不足,尤其是在很多班级不上美术课由其他课程代替,再者小学美术教师所使用的教学方式过于单一,教师在实心课堂教学的过程中,只是将教材上的内容叙述一遍,并没有真正做到与学生进行充分的交流,甚至并没有与学生做一些互动,而且教师所使用的教学资料过于陈旧,这些资料是无法吸引学生的注意力,甚至无法将学生在课堂上的积极性激发出来,教师在教学的过程中,可以适当的使用一些音乐,以这种方式来辅助学生学习美术知识,并且在学生在聆听音乐的过程中,欣赏教师所出的一些古典名画,从而将画中所要表达的意思体会到,以这种方式来激发学生的积极性,并且还能有效提升学生的审美。

二、小学美术的教学改革途径

(一) 教师可以采用多元化的方式来开阔学生视野

小学阶段的学生具有丰富的想象力,小学美术教师需要将这一点充分的发挥出来,教师可以鼓励学生,让学生自主选择想要绘画具体的内容,并将自己的所思所想通过绘画的方式表达出来。比如教师在教授画房子的时候,教师可以让学生通过自己的想象,并结合学生实际生活中看到的房子的模样,来画出自己所想象中的房子,学生画好之后教师可以根据学生的画作提问,鼓励学生让其勇于表达自己的想法,讲解自己绘画的作品主要表示的什么意

思,并以此为基础,让其他学生充分发挥自己的想象力,并且可以将学生的画作可以作为今后的教学材料,让今后的美术教学更加丰富。

(二) 创新教学方法

通常情况下,小学美术教学方式比较单一,在整个教学过程并没有过多的变化,这就导致学生对于学习美术的兴趣不足,在课堂上的积极性有所欠缺,这时就需要美术教师将教学内容丰富化。并以教材上的内容为基础,不断将相关的知识点扩充,之后在根据学生的实际情况来制定全新的教学内容,在具体教学之前,教师可以多制定出几套教学模式,这样就可以根据学生在课堂上的实际表现,来调整教学内容以及方法,让学生能够积极的参与到课堂教学当中。教师在教授知识的过程中,可以增加一些趣味性的游戏等,例如在课堂上,学生充当小老师来自己的想法对一些作品进行讲解。或是选择一些同学,上台来蒙眼作画等等,让学生通过一些游戏的方式来了解知识,并且能够从中学到知识,进而让课堂教学更加有效。教学过程中,教师需要对学生的作品实行有效的评价,因为其不但能够帮助学生的心理,以及创造性得到有效的成长,还能提升学生的自信心。对于学生而言,教师及时给予学生可定的评价,不但是一种激励,还能将课堂上的氛围激活,让整个课堂充满活力。教师在对学生作品评价的过程中,不管是对其批评,还是鼓励都需要适当,不可过度。因为适当的评价能够帮助学生能够明确知晓自身不足之处,及时将其纠正,所以教师使用评价方式尽可能多样化。教师在评价的过程中,所使用的语言尽量使用幽默的方式进行,并且在学生提问时,需要及时给予相应的反馈,并且在评价内容方面,教师需要根据学生的综合情况实行相应的评价。

三、结束语

综上所述,在对美术教学过程中,教师需要培养学生在审美方面的能力,与此同时,教师在教授完课程之后,需要对自身所讲述的内容反思,反思在教学过程中是否出现教学问题,如果出现问题应及时将其纠正。除此之外,教师在教授知识的过程中,需要以提升学生的综合能力为基础,根据学生的具体情况制定相应的教学方案,以此来将学生的创造性等有效提升。

参考文献

- [1]叶丽青.小学美术教学中学生想象力的培养[J].新课程导学,2019(26):70-70.
- [2]马春萍.小学美术创新教学模式实践探索[J].科教导刊(电子版),2017(35):75-75.