

画技巧、着色技巧等的训练上,很少会注意到学生个性思维对于美术创作的影响,从而也就是忽视了学生的对美的一种体验。而学生的思维也就局限于课本的理论知识以及教师的言传身教的经验,这样的教学方法往往导致学生在进行美术创作的过程中“灵活性”不足,其创作的作品也往往缺乏个性,也就是没有自己风格。要培养学生的个性化的思维,必须要开拓学生的视野以及认知的空间,丰富学生的阅历,累积出与他人存在差异的创作养分,从而提升学生的艺术能力。可以采取的方式主要有,让学生回归自然,经常到大自然中去写生,让学生对各种实物、风景等进行观察临摹,引导学生追求事物真相,产生灵感和创作激情;或者让学生到社会里去体验生活,因为生活是艺术的源泉,艺术是对生活的反映,加强学生的生活体验,也是激发学生灵感的总途径;或者让学生学习制作手工艺品,让学生在动手操作的过程中,获得美术创作的灵感。

三、激发学习兴趣,诱发创新意识

从大量教学实践来看,兴趣是推动学生学习的有效途径。在美术教学中让学生拥有浓厚的兴趣,必定会主动积极探索美术知识,主动获取丰富的美术技能与知识。当接触与欣赏美术作品时,学生会自主利用想象能力塑造出更多形象,从而接受生活中蕴含美的画面和事物时,就会运用所学知识进行整理与处理,从而创造出完美的艺术作品。而兴趣是建立在学生自信心基础上,激发学生对于美术的兴趣,促进学生更好创作美术作品,从而在创造美术中大胆体现

自身的思维欲望与热情。在美术教学中,教师要善于使用自身充满趣味的美术作品,以丰富多彩的美术教学手段引导学生感受事物的美,并通过事物进行联想与想象,激励学生主动探索与学习,对美术知识产生浓厚的兴趣。比如,在学习《梅花》相关艺术知识时,教师可用多媒体播放一些在寒冬时节,梅花在大雪纷飞环境中怒放的场景。当学生观看后都会被梅花的精神震撼,产生出丰富的联想,自然就跃跃欲试想通过画笔画出梅花不畏严寒的精神。于是,教师可借助学生高涨情绪,通过黑板示范性讲解画梅花的方法与技巧,提高学生学习的兴趣。通过教师的组织与引导,学生就能开始作画,运用手中的画笔绘画出个人心目中的梅花,将自己想象的梅花淋漓尽致表现出来。这种教学方法,不仅顺利完成美术教学任务,还能够有效激发学生学习美术的兴趣,让学生发挥个人的创造和想象精神,通过绘画完美展现出梅花的特征。

参考文献

- [1]韩晓.美术欣赏教学中的审美与思想态度的培养——中学生对美术作品欣赏的“不理解”到“理解”.教育科学(全文版),2016(2).
- [2]张成城.用美的眼光感受美的独特魅力——探究如何在中学美术中提高学生的欣赏能力.美术教育研究,2015(22).
- [3]陈文红.提高中学美术欣赏课的方法或路径之初探——欣赏《园林探幽》有感.知识文库,2016(16).

浅谈中职校体育教改与全民健身推广措施

陈伟

(重庆市农业机械化学校 重庆 402160)

[摘要] 全民健身计划以强身健体为本质目标,它的推行有利于促进中职院校的体育教学认清形势、认准目标推进改革,将中职院校的体育教学重点落实到以“增强体质”为核心、变革教育思想和方法、完善课程建设和培养健身能力上来。

[关键词] 全民健身的意义;健身探索;中职体育教改

体育是标记身体教育的专门术语,也是复杂的文化现象,通过身体与智力活动,根据人体生长发育、技能形成和提高的规律,全面促进身体素质以增强体质、提高运动能力、改善生活方式从而提高生活质量。全民健身计划,是我国深化改革和稳步发展的新时期由国家宏观领导、依托社会全民参与的为实现社会主义现代化目标,增强国民整体素质的社会系统工程和跨世界的国民体质建设的发展战略计划。

全民健身计划的推行,逐渐涉及到各行各业,尤其是学校这块园地,体育课的开设就是为了让学生的身体素质得到锻炼,并学会团结协作,从而增强学生各方面的综合素质。如何把全民健身计划在中职院校中推行落实,是解决好正处于生长发育阶段的青少年的健康问题,为他们奠定从事众事业的体质基础,也是各院校找到体育教育的真正坐标,走出体育改革大道的重要内容。

一、中职院校推行全民健身的意义

身体是革命的本钱,国家通过全民健身来构建符合社会主义现代化建设要求的社会体系,加强国民参加体育锻炼的意识,让每个公民积极主动地参加到体育锻炼中来。国民锻炼身体、增强体质,养成健康的生活习惯,是推动社会和谐发展,促进社会物质文明和精神文明同步发展的群众基础。中职院校的学生,生理上变化较大,而心理上则意识强,作为全民健身的群体,更方便培养全民健身意识和养成体育锻炼的好习惯。可以通过推动中职体育教育的合理化改革,加强对体育教学工作的监管,提升学生的体育技能及水平,进而引导学生安全、科学地参加体育锻炼。此外,还需要全面启发学生的个性,结合教学特点培养健身意识、团结合作精神,增强社会责任感,引导学生树立积极向上的学习心态从而推动学校、家庭、社会一体化的健身教育的落实,加快全民健身计划的发展。

二、中职体育全民健身探索

1. 中职体育与运动竞技

中职院校的体育教育,以竞技类的运动项目居多,常有竞技类比赛。师生分不清体育健身和运动竞技的差别。增强体质、健全人体是从逻辑学的角度出发,定义了体育的本质属性。学校的体育则以学生为对象,增强体质的健身活动。这让我们意识到,强身健体才是体育的终极事业和目标。因此学校体育应以健身为主,学习对应健身科目,不仅强健学生的体魄,更要通过科学知识,掌握正确的健身方法以促进个人健身和指导他人健身的目的。运动竞技则是属于体育文化,是以娱乐与竞技为核心。虽然也通过身体运动和锻炼来实现,而目标、方法、手段、负荷量和强度都有着不同的要求。其强调的是艺术表现、运动形式和技术难度,而健身活动注重的是锻炼功效和健身价值。由此可见,不能混淆学校体育和运动竞技的概念,更不能以运动竞技替代了学校体育。

2. 中职体育的发展定位

基于健身教学与运动竞技的不同类别,中职学校的体育教学应该区别于体校运动,体育教师也不能充当运动教练的角色。学校的体育教学应该把强健和完善学生体质的教育作为主要任务和教学目标。学生在强身健体的基础上,尽量掌握健身的理论知识 and 原理,学会健身的手段和方法,才能做到一朝学习而终身受益。要避免把学生训练为专项运动员,更不能以损伤身体为代价去获取奖牌,这样有悖于体育教育的培养目标。而中职体育教师也应该重新找准自己的定位,配合改革原有的陈旧教学模式,树立崭新的强身健身的观念,纠正各种概念和训练误区,切实提高青少年的身体健康水平,并引导和鼓励他们坚持终生健身,这样才能从整体上提高我国国民的身体素质,让国家在未来的发展

中更加强盛和发达。

三、中职体育的全民健身改革

认真学习和贯彻“全民健身计划”并结合中职体育教学特点,走出传统运动教学误区,开辟和发展新型健身型体育教学改革之路,笔者认为体育教学改革需要控制和把握好以下几点:

1. 完善课程建设

在实施全民健身计划系统工程的指导下,推广和建立科学的健身教育体系,规划和完善以“增强学生体质”为主导的教学大纲和课程计划。根据学生的身体发育阶段特点以及学生所学专业的职业特点对应选定以健身为中心的学科和健身项目。对于选定的健身项目,要从理论知识到实践推进,讲究科学化和实效性,将具有职业特点的健身项目更有利于增进健康、强身健体、掌握健身知识和技能并发展个性。切实反映出体育的真正目标并反射出社会和时代发展的需要。

2. 变革教学思想和方法

中职院校的人才培养,指向明确,从专业选择到实践培训都是“师傅带徒弟”的模式,尽管也强调“学生是主体”,但教师在教学中占据了绝对的主导作用。体育课也不例外,教学过程都被标记上了“一言堂”、“满堂灌”的印记。机械有序的运动教学模式,禁锢了教师和学生为发展健身和发挥个性的机会。在全民健身计划系统工程的引导下,中职体育教学应该走上变革之路,把学生变革为学习健身知识、掌握健身技能与方法的主体。在课堂上,教师是服务性的客体,主要任务和职能是根据教学目标,为学生创造学习条件。教学研究 and 实践表明,学生个性的培养和发展是提升教学质量的关键环节,并且对学生的健康成长和终生健身能力都有着巨大的影响。

3. 培养健身能力

以身体状况为基础,根据体育健身的规律和目标,依据以“增强学生体质、促进身心健康”为主体的体育教学大纲,选用健身项目的知识和理论,确定健身知识,简化运动技术,强化锻炼身体的手段与方法,同时也要注重培养学生的自我健身能力和习惯。健身能力包括:对健身和健身项目的认知能力、练习能力,自控能力和创造能力。

4. 推广娱乐健身

健身的项目与内容,除了具有科学性,还要具有娱乐性,推广娱乐健身能让学生在锻炼的时候保持激情和兴趣,并持续不变地增强体质。学生在锻炼过程中保持身心愉快,体验到健身乐趣,就能激发学生的锻炼热情并且循序渐进地形成健身习惯。学生在锻炼的时,需要根据自己的身体状况和锻炼承受力,自主选择健身器材和场地,以适应自己的锻炼和健身扩展。

五、结束语

综上所述,中职院校的体育教学改革,必须坚持贯彻全民健身计划方针政策,树立正确的健身观念,用科学、合理的教学方法,科学地、多样化地将能够跟上社会发展和时代步伐的健身知识传授给学生,让学生们强身健体的同时获得优良的身体素质和学习精神,才能更好地促进学习和融入到国家发展大计中去,为国家的全民素质提升和中华的再次腾飞而努力。

参考文献

- [1]虞文敏.浅谈我国体育教学改革与发展[J].新课程(下),2014(10).
- [2]陈灵娟.简析体育教学对大学生健康心理的作用[J].运动,2014(20).