

“翻转课堂”在大学英语听说课中的实践初探

刘璐筠

(武警警官学院 四川 成都 611800)

[摘要] 随着新课改的不断推进, 社会各界对于大学英语的教育要求也有所变化, 当代大学英语课堂教学中, 教师不仅要传授给学生教材知识, 还要培养学生的英语综合应用能力, 传统的教学方式已经不是英语当今时代的教育要求。因此, 在翻转课堂视角下, 为了加强大学英语听说教学的质量, 教师要与时俱进的改变教学观念。基于此, 本文针对“翻转课堂”在大学英语听说课中的实践进行探究。

[关键词] “翻转课堂”; 大学英语; 听说课; 实践初探

引言

英语作为当今时代被广泛使用的语言, 已经成为社会人才评判的标准之一, 大学生即将步入社会, 大学英语教学更要注重对学生英语听说能力的培养, 要让大学生在今后的生活和工作中能够将英语灵活应用。然而, 当今大学英语听说课教学现状并不乐观, 很多大学生并不具备英语的口语交际能力和语言翻译能力, 英语实际应用价值并不大。在新课程改革的视角下, 大学英语听说课教学必须改变教学理念, 创新教学模式, 实现“翻转课堂”模式的构建, 将英语理论知识教学和实践应用教学有效结合, 帮助大学生适应英语语言环境, 培养学生的英语听说能力。

一、“翻转课堂”在大学英语听说课中的实践意义

大学英语听说课教学时间有限, 如果教师不能很好的利用课堂时间提高教学质量、完成教学任务, 那么对于教师来说是一件急需解决的问题。传统的教学方式总是教师按照教学大纲和自己的教学思路来讲解知识, 学生失去了主动思考的权利, 只能被动地接受知识, 由此导致大学英语听说课教学质量迟迟得不到有效提升、教学效率得不到优化。翻转课堂的应用帮助教师改变了这一现象, 在大学英语听说翻转教学课堂上, 强调让学生通过自主研究或者合作讨论来学习知识, 加强知识记忆。课堂上教师和角色的翻转, 将会大幅度的提高课堂教学质量, 会导致课堂时间分配、组织结构的变化。翻转课堂将教师和学生所需要的时间重新进行了合理的分配, 教师的讲解时间变少了, 学生的自主学习时间变多了, 这有利于课堂时间的高效利用, 也有利于学生对自己的英语听力和口语能力更加清晰客观的评价。

二、“翻转课堂”在大学英语听说课中的实践策略

(一) 在制定教学目标中实践

教师想要在大学英语听说课教学中合理应用“翻转课堂”模式, 可以利用这一模式的优势制定分层科学的教学目标。教师在教学目标的制定中, 不能统一标准, 要针对每个同学的英语基础和认知能力, 有针对性的进行目标制定。例如: 教师可以根据学生的英语基础将学习材料按照难度分成几个等级, 再将这些学习材料和相应的学习任务通过互联网发布在班级网站内, 让学生登录网页根据自己的实际情况自主选择适合自己的资料去学习, 选择合适难度的任务去完成。学生在这一过程中能够更加清晰地了解自己的英语水平, 对自己欠缺的地方查漏补缺。

(二) 在丰富教学方法中实践

教师制定了教学目标, 就要开始研究教学方法, 要知道传统的教学方法已经不适用于当今的学生, 也不符合当今社会的人才培养要求。教师可以在前10-15分钟讲解课堂的内容, 布置课堂的学习任务, 剩下的时间留给学生自主学习或者合作学习, 在最后的5-10分钟教师进行课堂的总结, 并不知道下节课的学习内容, 帮助学生知识重点难点答疑解惑。在学生的课堂讨论过程中, 教师要发挥自己正确的引导作用, 运用多元化的教学方法激发学生的学习热情, 如情境教学法、开放讨论法等, 让每一个学生都能够参与到教学活动中来, 在参与的过程中提高英语听力能力。例如: 教师可以在课堂上布置一个简单的英语辩论赛的场景, 将学生分成两个辩论小组, 就同一观点进行正反方的阐述, 其余同学作为观众, 可以发表自己的见解, 让学生在一来二去的辩论中, 提高自己的听力能力和口语表达能力。

(三) 在小组合作学习, 增强课堂互动性中实践

在一般情况下大学英语听说教学是学生和学生之间也总是各自学习, 可以发现不论是师生之间, 还是学生之间都缺乏有效的交流互动, 这不仅会影响大学英语听说教学课堂的氛围, 而且也不利于学生沟通能力的培养。在翻转课堂下的大学英语听说课, 教师一定要引导学生通过小组合作的方式进行学习, 教师在其中要予以适当的引导, 与学生之间形成有效的互动。这样教师可以及时帮助学生解决一些难题, 同时学生也能够亲身实践和思考的过程中感受到英语听力与口语交际的乐趣, 并且提升学生自主学习的能力。

结束语

综上所述, 在当前教育形式的发展趋势下, 在大学英语教学中教师需要重点关注的不再是学生的文化成绩, 而是学生对于英语听说能力的掌握与实际应用能力的培养。因此在大学英语听说课教学中, 教师要充分认识到“翻转课堂”教学的优势, 并且通过不断的研究, 采取科学的策略将“翻转课堂”在大学英语听说课中予以实践, 以此来提升学生的英语听说能力与综合素养。

参考文献

- [1] 温聚香. “翻转课堂”在大学英语听说课中的实践初探[J]. 鄂州大学学报, 2016(1): 53-55.
- [2] 林琳. 翻转课堂在大学英语听说课程中的实践初探与研究[J]. 现代职业教育, 2018(27).

体能训练在大学健美操教学的应用

李光俊

(河南牧业经济学院体育部 河南 郑州 450044)

[摘要] 近年来, 随着社会的进步, 我国教育事业发展的越来越完善。竞技健美操要求运动员在保证自身高度柔韧性、协调性、强大力量与速度力量的素质基础上, 完成一系列高难度动作, 在竞技健美操竞赛规则上也提出运动员动作的标准性、平衡力以及成套动作的兼顾性和全面性的要求。因此运动员训练非同小可, 在力量素质训练基础上, 提升其速度和协调性及平衡力, 促其做出标准完美动作。

[关键词] 体能训练; 大学健美操; 教学; 应用

引言

当前很多大学都有开设健美操课程, 这意味着健美操教育的质量与意义得到了社会重视, 成为了广受大学学子喜欢的体育项目。学生在健美操项目的学习中能够感受到运动美, 并且有助于帮助学生塑造优美的体形, 提升学生的精气神与自信心。所以大学在健美操教学中必须处理好细节问题的分析, 带给学生更良好的健美操训练环境, 尤其是体能训练环境。只有这样学生才可以突破自我, 重拾自信, 不断优化自身的竞技技巧与健美技巧。

1 大学健美操教学体能存在的问题

健美操具有人体美和运动美的特点, 在运动中可以很好的展示人体的力量、柔韧性等能力, 对学生运动与发展具有十分重要的作用。很多大学生入学以后对健美操的体育学习积极性比较高, 对健美操的学习兴趣和参与性比较强, 但在具体实践中部分学生的力量有限, 无法支撑自己做更多的动作和完成深入学习, 部分需要力量支撑的动作无法完成, 导致学生学习兴趣下降, 因此教师在教学中应进一步做好健美操的体能训练, 通过体能训练提升学生的综合素养和能力。如部分学生的肌肉力量不足, 无法完成一定时间的健美操训练, 有的柔韧性比较差, 不能很好的完成成套动作, 只能完成一部分, 这些都是大学健美操体能存在的问题。

2 大学健美操体能训练方法和作用

2.1 健美操训练中力量训练的作用

运动员在经过长时间力量训练中能够提高自己的身体素质, 更好地呈现整套健美操的动作。任何体育项目在人体运动中都离不开力量的基础, 健美操除了要有一定的柔韧性和协调性作为基础外, 同样需要以力量为核心, 并且需要较强的耐力去保证多变的技术动作。核心力量训练作为一种新的训练理念在近几年被广泛应用到运动训练和体育教学中, 它与体育教学常采用的常规力量训练方法相比具有明显的特性。核心力量是一种通过人体核心区域的肌肉群表现出来的, 它的主要目的是在人体运动中稳定脊柱和骨盆, 并且控制身体重心, 能够传递上下肢的力量。核心力量训练通过创建的不稳定的训练条件, 使训练能够有效的刺激并且强化受训者的深层肌肉群。在健美操教学中引入核心力量训练, 能够加强学生核心部位的力量, 进而提高学生核心的稳定性、身体平衡性和协调性。无论是在竞技体育还是普通大学教学中, 核心力量训练不仅能够提高健美操教学质量, 优化教学方法, 而且能够提高普通大学学生日益下降的身体素质。本文在健美操教学大纲的框架下, 结合健美操课程的规律和特点, 参考总结国内外已经被实践证明的、成熟的核力量训练方法, 对普通大学健美操的训练理论进行了新的探讨, 从而为丰富健美操运动专项力量训练的方法和手段提供有利补充, 进一步为普通大学健美操教学提供理论参考。

2.2 进一步加强耐力训练

大学健美操比赛中,运动员的耐力决定着运动员比赛的时长以及发挥稳定性。因为健美操属于一种竞技类活动,选手需要展现出多种多样的动作与姿势,而这些姿势与动作需要极大的体力投入。如果选手在半路中体力不支,不仅会导致自己的表演失败,更有可能出现受伤问题。所以在平时的健美操训练中,必须加强与突出耐力训练要求。教练员有必要根据运动员,也就是大学生的训练目标和特点,结合运动训练学当中的基本条件和内容选用合适的训练内容与方式。体能项目训练中需要做好力量、间歇、重复、组合的交叉训练。通过交叉训练的形式强化运动员的耐力素质与体能储备情况。在耐力训练中应当根据竞赛情况设置对应的训练对象、强度与目标。在学期、学年训练环节中调整训练强度与内容。训练中有必要做好机动力、耐力方面的负重、间隔训练组织,不断累积经验,以防运动员在训练中出现怠惰心理,影响到自己的训练态度与心情。一定要根据当前阶段状况设置合理性的训练方式,带给运动员更丰富的训练内容、活动。

2.3 进一步加强韧性训练

大学健美操训练中,健美操成套动作的多边形决定了学生必须要有一定的身体柔韧性,可以完成多种健美操的动作,有能力完成成套的动作,而不是简单的健美操分解动作。从目前来看,大学生中选择健美操的学生基本是以女生同学为主,身体容忍性相对比较好,但近些年大学生身体素质有所下降,部分女生同学的柔韧性也不是很好,突出表现为学生的肌肉僵硬等情况,身体柔韧性令人堪忧。因此,大学健美操教学过程中应进一步做好学生的韧性训练,加强韧性训练

的内容,帮助学生尽可能的放松肌肉和良好的肌肉弹性,有足够的身体柔韧性可以完成健美操的成套动作。因此大学教师在健美操柔韧性训练时,应充分遵循学生健美操发展的特征,根据不同情况进行柔韧性的训练教学工作,合理选择静力拉伸、弹性拉伸和器械拉伸等方法,一般静态和弹性拉伸在实际健美操应用中比较广泛,机械拉伸适合竞技健美操项目训练,这里需要注意的是部分学生存在一定的肌肉或组织伤害,在开展韧性训练时应及时调查,避免弹性拉伸造成学生肌肉和组织的二次伤害。

结语

通过健美操课程的学习可以培养学生的性格和气质,一些较为新颖的元素在健美操教学当中得以体现,对于大学生自身的健康成长有着积极的指导作用,在对气质和性格进行培养和塑造的同时,对身体具有锻炼作用,因此,健美操教学的应用也逐渐广泛,在体育教学过程当中有效运用健美操,能够拓展体育教学内容,还有助于校园文化的构建和丰富,培养大学学生自身能力。

参考文献

- [1]王佩.提高竞技健美操力量素质的探讨[J].当代体育科技,2018,6(31):29,31.
- [2]宋波.高校竞技健美操体能训练方法研究[J].运动,2019(16):33-34.
- [3]杨雨霖,刘博.探析核心力量训练对竞技健美操的重要作用[J].当代体育科技,2019,8(12):25,27.

以加强职业道德感促进卫生类高校学生思想政治建设

谢文贤 李华

(四川卫生康复职业学院 四川 自贡 643030)

【摘要】现代大学生具有新时代的心理特点,传统的讲授、说教式思想政治教育方式收效渐微,文章试从全程递进医德教育、着重营造医者氛围、文化传承、完善校园思政建设体系等方面入手,潜移默化地促使学生从思想上完成“卫生人”的身份转化,并使该群体内生积极投身人民卫生事业的意愿。

【关键词】高校;职业道德;思想建设

高校是教书育人的重要场所,也是青年成才的摇篮,高校的思想政治工作关乎社会主义现代化进程和社会主义事业的发展。高校思想政治工作需要坚持把立德树人作为中心环节,把思想政治工作贯穿教育教学全过程,这对新时期改进和加强高校思想政治工作指明了方向,对于准确理解和把握现今高校思想政治教育工作有着深远的意义。

怎样做好医药卫生类大学生的思政工作、潜移默化地促使其向“卫生人”的身份转化,促进该群体积极投身人民的卫生事业,本文章试从医药卫生类学生行业 and 性格特点入手,从学生入学开始有计划、分阶段开展医学生职业道德建设课程。

1 高校学生的性格特点

随着高等学校规模的不断扩大,学科建设朝着综合性方向发展,改变了过去单科性的学校特点,这种现象使高校学生各自专业方面的差异性相互增大,观念意识的差异出现碰撞。当代大学生的构成群体主要为“90”后,“00”后,他们的个性、思想、行为、价值取向、心理和需求等方面呈现出勇于担当但吃苦能力欠缺、个性自信但规则能力弱、自我自主但独立能力缺乏、能力突出但功利意识强等^[1]。

在新的时代背景下,大学生普遍表现出自立成才意识、风险意识、竞争意识、效益观念、契约观念增强;他们强烈追求个性的独立,希望自己的人格、尊严受到尊重、勇于追求自己的人生价值;对自身成才发展具有强烈的愿望和要求,注重个人奋斗和个人发展,强调自身价值的实现^[2]。旧的思想教育模式正在逐渐不能满足高校学生的需求,准确把握当代高校学生的特点并科学的进行思想政治教育是当下教育者面临的非常重要的一个课题,当代大学生的思想走向对高校学生思想政治工作的挑战增大,更要求我们紧跟时代和行业特点进行指导和引导。

2 高校思政课堂的常见做法

现代高校的思想教育仍然以宣传党的正确方针路线和良好的思想品德教育等为重心的^[3]。但是随着信息化和全球化的发展,各个高校近年来多探索用信息化的方法、结合大学生易于接受的传播方式创新开展一些思想道德建设,如积极发展高校大学生网络道德教育、在网站上开设网络道德教育课程,利用互联网的公开性的跨时空性等特点等,使学生通过互联网就能随时获得德育教育指导^[4]。通过思想理论与事实案例等的结合来更好地提升当代大学生的思想能力,加强对学生的世界观、人生观及价值观的教育引导,使其能够解决其生活学习中所遇到的各种问题。

3 加强职业道德感促进思想政治建设实施路径

孔子曾提出“性相近,习相远也。”荀子认为“蓬生麻中,不扶而直;白沙在涅,与之俱黑”,说明了环境氛围对一个人潜移默化的影响。

医药卫生人普遍从进校开始就接受“大医精诚”、“提灯女神”、“希波克拉底誓言”、“健康所系,性命相托”等医学历史典故的教育,通过开展职业道德教育和渲染,使学生产生职业荣誉感,社会责任感,结合自身实际建立事业规划和目标,树立从事人民健康事业的价值观^[5]。

3.1 实施路径

本方法主要通过通过对四川卫生康复职业学院临床、护理、药剂等专业大一至大三的学生开展人文素质教育、塑造医学人文精神和职业道德规范,提高医学生思想素质和思想政治水平。

3.1.1 全程递进医德教育

以医学生职业道德为核心内容,促进职业道德与思想提升。在新生入学教育阶段进行医德启蒙教育,形成初步医德认知,合理调整和整合“绪论”中的医学历史发展部分,打造医学历史故事,教好新生入学第一课;一年级基础教育阶段积累医德理论知识、渗透医学人文教育、加强文明习惯养成,培养文明医学生;以医务人员医德规范为基础,实施分层次分年级递进式全程医德教育。二年级专业教育阶段磨练专业技能、融合职业特质,培养准职业人;三年级实习阶段明确医德实践要求、升华医德认知,培养符合行业要求的合格职业人。

3.1.2 三岗实践,着重营造医者氛围

把握关键时间节点过好节日,过好每年的“5.12护士节”和“8.19教师节”。在往年学生以文艺节目庆祝护士节的基础上,加强学院与两附院(自贡一院、自贡四院)的关联,将学生活动引入医院,加入医学生宣誓增加职业仪式感,同时也让医学生更早介入医院的人文氛围。构建“识岗—试岗—实岗”实践教学链,以专业入学教育、岗位体验的形式“识岗”,以临床见习、课余及暑期实践的形式“试岗”,以临床实习的形式“实岗”,通过系列临床实践教学活,强化实践育人,构建“识岗—试岗—实岗”能力递进实践教学链条。

3.1.3 文化传承,营造仁济价值追求

弘扬百年仁济文化,让“大仁求学,大医济人”的校训成为学生自觉的价值追求和行为准则,打造“仁济+”青年志愿服务为品牌项目;强化“医教相融,岗课一体,德能并举”人才培养模式,通过在全校范围内进行正确思想的宣传,使整个学校形成一种积极正确、乐观向上的思想文化环境,在全校范围内创造一种优良的文化氛围和高尚的精神文化环境,从而能够更好地引导全校学生都能形成一个良好的思想文化习惯。

4 结语

面对新时代、新形势下的高校学生思想政治教育,我们深感工作的任重而道远。我们原有的学生思想政治教育工作状况在面临着如今各式各样的挑战已经不能完全适应形势的发展和环境的变化。如何顺应时代发展的潮流,回应社会信息化浪潮的挑战,唯有不断开拓,扬长避短,转变教育观念,体现教育民主,更多的发挥学生的主体性和主动性,方能不负使命,才能构建新型态的一流学生思想政治教育工作,使高校学生工作走向稳定、规范、科学的发展道路。

参考文献

- [1]王国华.当代大学生群体思想特点及变化规律研究[J].科技经济导刊,2017(22):178-178.
- [2]高宏德,邢莉娜,刘奇.针对大学生个性特点的思政教育创新[J].教育与职业,2017(2):83-86.
- [3]高德毅,宗爱东.从思政课程到课程思政:从战略高度构建高校思想政治课程教育体系[J].中国高等教育,2017(1):43-46.
- [4]姜晓敏.互联网时代的大学生思想政治教育:策略与建议[J].中国电化教育,2016(6):136-139.
- [5]贾君杰,郭继志,李敏,等.医学生职业道德及人文素养教育的探讨[J].社区医学杂志,2018(1):67-68.