

些活动,比如师生大会等,都会占用音乐课,一部分老师在临近期末或者期中考试时,文化课老师也会选择占用音乐课的时间去对学生的文化知识进行补习,长时间下去,这种现象会带给学生一种学习音乐,没有任何用处的感觉,导致学生不够重视音乐,从而忽视音乐,最终影响学生素质的培养。

二、开放教育的优点

提高小学生音乐素质的途径之一是普及小学生的音乐教育,因此,积极的引导学生去参加一些音乐活动,是小学音乐教育的任务之一,让小学生对学习音乐产生兴趣,使小学生明白音乐是非常有魅力的一项课程,从而激发他们学习音乐的兴趣和爱好,激发小学生的音乐潜能,为小学生走上音乐艺术之路打下坚实的基础。现阶段,在小学音乐课堂学习上,如果学习新的歌曲都是由老师先对学生进行唱一遍,然后老师引导学生跟着老师一起唱。通过一遍又一遍的练习,最终使学生学会新学的歌曲,这种教学方式非常有趣,音乐课在小学生的眼里变得非常没有意思,如果长时间采用这种教学模式,就会使学生慢慢丧失对学习音乐的乐趣,导致音乐的教育功能渐渐丧失。开放式的教学模式,可以使教学的模式和教学的内容变得丰富多彩起来,从而激发学生对学习音乐的乐趣,会让小学生不由自主的想自己主动参与到音乐的教学活动中来,从而提高小学音乐教学的质量和效率^[2]。

三、开放教学下的小学音乐教学的措施

(一)老师营造良好的学习气氛

老师在音乐教学中起着指路明灯的作用,老师在教学过程中,一定要定位好自己的应扮演的角色,为学生创造一种轻松的学习环境。第一步,老师要掌握最新的教学观念,改变传统的老师为主导的观念,放下老师的权威,和小学生之间相互交流沟通,相信学生的创造能力。第二步,老师要尊重小学生,让小学生表现自己的个性,在学习的过程之中,让学生产生有自己想参加的想法,通过学习音乐,让学生的情感世界更加丰富,建立起学生对家人,对生活,对世界的热爱之情,从而养成学生积极向上的态度。

(二)激发学生学习的兴趣

因小学生的年纪处于好动爱玩的年纪,因此,音乐课程一定要生动有趣,可以引起学生们的兴趣,让学生产生自己想学习的想法,例如:在学习《有趣的声音世界》这一课程的时候,可以让学生们探讨生活中都有什么物品会发出声音,然后由学生模仿各种声音,最终引到应该教学的内容上,这样可以让学生积极地参与到课堂上,防止学生在课堂上走神。通过采取这样的教学方式,可以让学生仔细观察生活中的点点滴滴,一方面可以提高学生的教学质量和教学效率,另一方面也培养学生发现生活中的美。

(三)学校管理者重视音乐教学

因学校的管理者不够重视音乐的思想,导致学生们随之认为学习音乐并不重要,学校不应该单单只注重学生的成绩,也要注重对学生素质的培养。学校可以举办各种歌唱比赛,给比赛中夺得第一名的学生分发奖品,从而促进学生音乐学习的重视;学校也要注重音乐的教学,一些大型活动不要占用音乐课的时间,学校要做到足够重视音乐教学,从而促进学生也足够重视音乐教学^[3]。

四、总结语

综上所述,开放式教育可以提高小学生学习音乐的兴趣,激发学生的音乐潜能。在学习音乐的过程中,每个学生都可以抒发自己不同的见解,从而发挥学生的想象能力和培养学生的创造能力,最终培养一个德智体美全面发展的学生。因此,在小学音乐教学中,老师一定要以开放教育为基础进行教学,从而提升教学的质量。

参考文献

- [1]何晓轩.开放性教学在小学音乐教育中的应用[J].教师,000(35):54-54.
- [2]程琳.浅议开放教育下的小学音乐课堂[J].大众文艺,000(10):P.223-223.
- [3]周南.浅谈小学音乐开放式教学[J].散文百家旬刊,000(012):196-196.

体育教学中如何培养小学生良好的锻炼习惯

谭金凤

(吉林省公主岭市秦家屯镇中心小学校 吉林 公主岭 136114)

【摘要】做一件好事并不难,难的是养成一种做好事的习惯。(亚里士多德)习惯是一个汉语词汇,是指积久养成的生活方式。泛指一地方的风俗、社会习俗、道德传统等通过实践或经验而适应习惯于做艰苦工作。教育家叶圣陶先生说:“什么是教育?简单一句话,就是要养成良好习惯。”如何培养小学生体育锻炼习惯是教师研究探讨的永恒课题。“各级各类学校要全面贯彻党的教育方针,努力做好学校体育工作。要对学生进行终身体育教育,培养学生体育锻炼的意识、技能和习惯。”(《全国健身计划纲要》)

【关键词】体育教学;小学生;良好;锻炼习惯

教学实践表明:小学体育教学培养学生良好的锻炼身体的习惯是非常重要的,简单说一句话:终身受益。随着素质教育的推进,“应试教育”向“素质教育”的转变,体育课堂教学时,有计划有目的培养学生良好的锻炼习惯,提升了课堂教学的有效性,提高了学生终身体育能力,促进了学生身心健康发展。因此,加强培养学生良好的锻炼习惯势在必行。

一、转变观念,加强培养良好锻炼习惯的认识

一直以来,小学体育教师课堂教学时,套路专一,几十年一日,不离不弃,一直是由身体练习来掌握体育基本知识、技术和技能,缺少培养学生的锻炼态度、兴趣和习惯,新课程标准的颁布后,有的甚至弃之可惜。实际不是这样,试想:没有端正的锻炼态度,缺乏锻炼兴趣和良好的锻炼习惯,学生能真正掌握体育基本知识、技术和技能吗?更谈不上实现全面提高身体素质。相反,端正了锻炼态度,有了良好的锻炼态度和习惯,就能持之以恒,以一种积极的态度,精神饱满地主动练习,全身心投入。因此,教师应彻底转变观念,加强培养良好锻炼习惯的认识,教学时积极主动地培养学生良好的锻炼习惯。

二、有意识、有计划地培养良好的锻炼习惯

教学研究表明:培养学生良好的锻炼习惯是非常重要的,一方面培养学生科学地进行身体锻炼,另一方面培养学生把身体锻炼作为日常生活的组成部分,是一种需要,也是一种习惯。科学地进行身体锻炼是前提,只有科学地锻炼身体,才能培养良好的锻炼习惯。

1.科学指导锻炼身体的方法

毋庸置疑,不是所有的活动都是体育活动,也不是所有的体育活动都能锻炼身体有助于身体健康增强体质,不运用科学的方法锻炼身体,不但影响了锻炼功效,而且损害了身体健康。只有掌握科学锻炼身体的基本原理,运用科学锻炼的方法,才能实现达到期待的锻炼效果。因此,教师教学时,有计划有目的有意识地把科学锻炼身体的基本原理和方法告诉给学生,使之心中有数。一方面,向学生讲解人体的结构,各系统器官的功能,一些身体锻炼的基本常识及体育动作的规律要点,长时间的体育锻炼是怎样促进人体生理变化的。这些基本知识需要在健康教育课中讲述。另一方面,身体锻炼时必须清楚:生理负荷的最佳方案和合理的锻炼程序,为何做与如何做准备活动及整理活动等知识。同时,结合学生不同年龄阶段实际,运用相应的锻炼手段和方法,指导学生进行身体锻炼。

2.强化良好锻炼习惯的训练

教学实践表明:良好习惯的形成是意志与毅力的必然结果。只有坚持不懈严格要求,持之以恒地训练和不断地实践才能变为现实,正如教育家马卡连柯所说:“必须努力尽可能坚强地形成学生良好的习惯,但为了达到这种目的最重要的还是正当行为的不断练习。”因此,培养学生良好的锻炼习惯需要结合学生的年龄、心理特点,结合教与学的实际需要,制定科学的、严密的、行之有效的计划,因地制宜、对症下药地逐个项目培养及训练,使之准确掌握动作要领,坚持不懈地练习,由单项到多项,由易到难,由部分到整体,始终如一,反复训练。教师适时督促检查,有始有终,锲而不舍,学生才能形成良好的锻炼习惯。

3.培养学生良好锻炼的习惯

培养学生良好锻炼的习惯需要与端正态度、激发兴趣融为一体。心理学研究表明:锻炼态度、兴趣和习惯属于非智力因素,三者之间的关系是相互影响影响,相互促进,相辅相成缺一不可。端正了锻炼态度,就有了浓厚的参与锻炼的兴趣,久而久之,良好锻炼的习惯逐渐形成。反之,有了良好的锻炼习惯,学生的锻炼态度自然端正,自主参加锻炼的兴趣油然而生,越来越浓,锻炼的功效自然而然提高。因此,良好的锻炼态度和方法必将转化为习惯,养成了良好的习惯,好的态度和方法应运而生,手到擒来,终身受益。

三、培养锻炼身体习惯的两个因素

1、体育教师的主导作用

新课程标准强调教师的主导作用。小学生模仿性极强,教师是他们的直接效仿者,这对于学生是否形成良好锻炼习惯有直接的影响。因此,体育教师教学时,恪守:学高为师,身正为范。处处为人师表,言传身教,践行榜样的力量是无穷的。认真贯彻新课标精神,吃透教材,合理地安排教学过程,与时俱进,规范准确地示范动作技术,有效地指导学生练习方法。每一个学生每一节课,真正学习到体育基础知识及技能,掌握科学锻炼身体的全过程,获得成功的喜悦与快乐。这样,明示和暗示的综合效果培养学生良好的锻炼习惯。

2、培养锻炼身体的自律性

培养学生良好的锻炼习惯是一个循序渐进的过程,教师是主导,学生是主体,教师是外因,学生是内因,外因通过内因起作用,只有把学生从被动锻炼中解放出来,变被动为主动,才能实现培养学生良好锻炼习惯的这一目的。由被动锻炼转化为主动锻炼需要学生坚强的锻炼自觉性和自觉能力。因此,教师不仅上课时培养学生良好锻炼习惯,而且结合学生实际,制订适合学生个性特点、切实可行的个人锻炼计划。用心规定锻炼内容、方法、过程、运动量及时间。从思想上提高认识,教育学生锻炼一丝不苟,脚踏实地,一步一个脚印,从点滴做起。进一步加强自己锻炼计划的实施进行自我评价、自我监督。不断提升积极主动地参与锻炼的自律性,逐渐养成良好的锻炼习惯。

结束语

总之,体育学科是其他学科和别的事物所不具有的乐趣,体育教学时实现“运动”和“学习”充满着无限乐趣,学生需要从体育活动中获得教育和满足自己的兴趣,教师就要培养学生终身参与体育锻炼的良好习惯。

参考文献

- [1]单文成.小学体育教学如何培养学生的锻炼意识[J].体育世界(学术版),2019(05):180-179.
- [2]桂国儒.小学体育教学中如何培养学生的锻炼习惯[J].亚太教育,2019(04):63.
- [3]于泉.小学生良好体育锻炼习惯的培养[J].内蒙古教育,2012(20):64-65.
- [4]赵克宁,余贞凯.如何培养中小学生的良好体育锻炼习惯[J].教学与管理,2008(12):154-155.