

浅谈新时期育人背景下小学体育体能训练有效举措

孙立华

(吉林省长春市九台区加工河中心学校 吉林 长春 130000)

【摘要】在社会发展、时代进步推进中,人本理念持续推进,这让小学体育在教学模式上发生了翻天覆地的变化。越来越多的小学体育教师探索全新的教育模式,教师开始关心学生的心理与身体发展需求。教师需要采取行之有效的教学手段健全学生体魄,发展学生思维,帮助学生自主学习知识。小学体育要想保障训练效果,体能训练十分重要。新时期背景下需要教师使用创新形式,在体能训练中锻炼身体,增强体质,帮助学生获得能力素质提升,其具有现实意义。

【关键词】新时期;小学体育;体能训练;教学思路

【DOI】10.12252/j.issn.2096-6288.2020.06.1626

众所周知小学生虽然心理素质和身体素质不够成熟,但是学生对于趣味的活动充满热情。教师需要根据学生的实际情况开展体育教学,确保学生能够顺利获得身体素质的成长。多样化的教学手段与体能训练才能够引导学生主动参与活动,达成教育目标。教师使用多种多样的游戏激励学生,让学生在潜移默化中获得成长,提高学生学习能力。

一、以人为本尊重学生个体需求

所谓的人本教育理念体现的是人的个体价值,以人的个体角度出发,人性化工作、分配与思考,展现个体独立意愿与追求,实现人与社会、人与生活和谐统一。小学体育教育中,教师需要时刻把握人本主义思想,并落实到教学实际^[1]。将学生看作是教育和管理对象,尊重每一名学生需求,满足学生期望。小学生心理与生理不够成熟,需要教师使用循序渐进的引导教学方法。教师不能强制性的灌输式教学,否则会影响到学生对于学习的热情,不利于学生思维和身体素质发展。

考虑到小学生存在身体素质层面的差异,教师制定教学目标、发展标准、教育计划的时候需要体现因人而异的追求。对于教师而言,为了达成体能训练以人为本的追求与目的,首要工作就是对待不同学生时使用不同的教育办法和手段。让有着不同性别、不同年龄的学生参与到不同项目^[2]。教师需要充分调查与掌握每一名学生身体实际情况,这样才能够更加合理的组织学生展开体能训练、教育活动。

二、游戏教学提高课堂教学趣味性

小学生对于神秘的世界充满了兴趣、好奇心。小学教育阶段,教师不能局限于学生的目光和思维,教师需要不断引导学生,发展学生思维能力,使学生形成健全的学习品质,才能够打开学生的学习视野,满足学生的好奇心,充分锻炼身体身体素质与心理素质。体育教师需要开展多样化且丰富的活动与游戏^[3]。教师应当使用混龄教学的模式帮助学生锻炼身体,提升学生身体素质,助力学生健康发展身心,让学生时刻保持活力,主动参与学习过程,投入学习思考、学习锻炼。

游戏的方法开展体能训练,需要以生活作为切入点,让体能教学充满趣味性与活泼性特征。这样才能够提高学生的身体素质,使学生形成良好的自我修养,扩展学生的眼界与见识,养成自主学习、自主学习品质。在和学生互动的过程中,得到实质性锻炼,自我发展学生素质与能力,体现素质教育追求,突破自我成为全能人才。

所以体育教育中,教师需要积极应对当前体育教育环境和条件,表现出对体育教育的关注度,在素质教育中融入游戏,让每一名学生都能够享受游戏的乐趣,

主动参与体育训练。体育游戏能够让学生更主动,并形成体验感,收获满足和自信心。学生在游戏中得到了收获,获得了成长,学习了知识,感受着体育魅力。让学生热爱生活、热爱学习、热爱体育是小学体育教育的心愿和目标。比如在篮球教学中,教师可以与学生玩狼来了的游戏,游戏中学生表现十分积极、十分活跃,学生有的扮演小兔子,有的扮演大灰狼,跑、跳、投球的过程中,身体素质得到了锻炼。学生不再认为体育是无聊的课程,反而对体育产生了浓厚兴趣。

三、体育实践素质教育

在素质教育持续推进的过程中,越来越多的教师意识到了体育教育重要性,并积极响应号召,参与到体能教学过程。教师需要响应号召。考虑到小学生的身心与智力并不成熟,尚待开发,所以小学生其实有很多方面存在潜力值得提升。体能教育中,教师可以帮助学生提高与锻炼自己的综合能力和注意力,达成素质教育追求。

小学生充满了好奇心,学生在好奇心的驱使下参与各种活动。当然现有的教学模式显然没有吸引力。教师需要调整方法,让学生自我调节、自我放松,为后续的体能训练奠定基础。教师需要打破思维格局。教师可以将原本校内的体能训练延展到户外,比如组织学生爬山、越野跑。这样的方法让体能训练与学生的生活完美融合,有效锻炼了学生的身体。该过程中,学生与教师保持沟通与互动,友好接触,提高了学生的素质能力。

结语

在时代进步与发展的过程中,如今素质教育需要改变观点与理念,在体能教育中,组织学生深入实际,深入生活。每一名体育教师都要深思与反思,将体能训练与日常体育教学融为一体,保障学生的后续学习质量和效果。小学体育教师需要树立以人为本理念,制定科学的体能训练方法与目标,增强学生体验感,让学生在玩中学习,在学习中玩。

参考文献

- [1]王昱峰.体能训练导向下的小学体育课程设计与优化策略[J].田径,2020(03):34-35.
- [2]李丽铭.小学体育课堂体能练习的有效策略[J].当代体育科技,2019,9(27):153-154.
- [3]孙宝兵.小学体育课堂中综合体能训练的实践研究[J].当代体育科技,2019,9(17):40-41.

新形势下群众文化艺术创新发展方向与对策

田丽园

(莘县文化和旅游局美术馆 山东 聊城 252400)

【摘要】随着我国经济的飞速发展,人民的生活水平也得到了相应的提高,随着科技进步与互联网的普及,人们生活的圈子也相对缩小,世界各地的文化通过互联网进行相互融合;随着时间的不断流逝,社会环境也在发生着不小的变化,许多传统文化都渐渐消失。如今的我们是新时代的主人,面对传统文化的消失,我们需要尽自己最大的努力把那些优秀的传统文化传承下去,让传统文化真正的属于人民群众,让传统文化在新时代的引领下变得更加多元化。但是群众文化在发展的时候仍然存在一些不足,这篇文章就对新形势下群众文化艺术创新发展方向与对策展开论述,希望对我国的群众文化发展有所帮助。

【关键词】新形势下;群众文化艺术创新;方向与对策

【DOI】10.12252/j.issn.2096-6288.2020.06.1627

目前,我国的各项先进文化在所有文化中占据着非常重要的地位,在新形势背景下我们必须注重群众文化艺术创新发展的主导方向,并与中国的时代特点相结合,让文化艺术不断的得到发展和创新,从而让群众文化在众多文化中脱颖而出,成为吸引人们眼球的又一个发展要点。

一、群众文化的建设

群众文化所包含的范围及其广泛,民间文化就是群众文化的一个缩影,例如民间文化中的茶文化、剪纸文化、戏曲文化等,这些都是世界上优秀的文化遗产。然而,时代总是在不断的更新变化着,这些年来炙手可热的广场舞可谓是大众们比较追捧的一种新兴文化,在广场舞文化中,无论是年老的还是年少的,不论是男的还是女的,大家在其中都不亦乐乎。对于广场舞,这种既能健身又能让大家心神愉悦的文化,国家也应该把它作为一种新兴的中国元素融入传统文化当中去。

二、新形势下群众文化艺术发展的方向与特点

(一)群众文化呈现鲜明的社会化和地域性

在我国改革开放以来,无论那个人是何种阶层、何种学历、何种社会地位,都可以投入到文化艺术创作中去;随着当今社会互联网技术的高度发展,网络文学、大众文学以及民间艺术的发展进入到了新时期。与此同时,不同地区间的差异性继续存在,例如南方典雅的文化北方粗犷的文化,仍然是鲜明的地域性,这为我国群众文化艺术发展带来了更大的多样性和发展动力。

(二)群众文化日渐规模化和产业化

随着社会主义市场经济的不断发展,大多数人们过于注重经济的发展,只有极少的一部分人注重文化的建设发展。但是,就我国整体的文化事业发展状况来看,特别是群众文化艺术呈现出较为明显的规模化和产业化倾向,这对我国的群众文化艺术发展有前瞻性影响。

三、新时期群众文化艺术发展的具体对策

(一)创建一些有价值的文工团

群众文化需要贴近群众的生活,就基层的老百姓而言,在他们的一大部分人

中都是土生土长的农村人，他们对群众文化的概念没有太大的、具体的认识。若是要在农村发展群众文化，以发扬群众文化的精神为主，以此来提高百姓对群众文化的热情，然而，要提高百姓对群众文化的热情，最佳的方法就是创建宣传文化文工团。宣传文化文工团的主要作用就是帮助人民群众理解群众文化的概念，加大对群众文化的宣传力度，这样才能最大幅度的提高群众们的文化建设水平。

(二) 加大对传统文化的传承力度

中国的传统文化是我国优秀文化中的一部分，它是我国人民自古以来就养成了一种习俗，因此，它更是群众文化中的一部分。对于古人留下来的习俗，我们不可过分的抛弃，这些传统文化主要包括：春节闹社火、十五闹花灯、端午赛龙舟、中秋吃月饼、重阳登高望远念先人等。我们对传统文化进行传承的方法有很多种，第一种方法，每到过节的时候，各个乡镇或者村干部要积极组织群众以村或者以镇为单位组团，针对不同的节日大家可以到县里以村或者镇为单位进行表演；第二种方法，以家庭的老人为核心，每当过节，在外务工或者读书的子女，能回到老人身边的，尽量回到老人身边，返回到老人身边的以电话表示慰问，让老人有过节的氛围。这两种方法都是对我国传统文化的一种传承方式。

(三) 因势利导促进群众文化艺术多元化发展

由于我国疆土辽阔、人口众多、文化习俗各不相同等原因，而使我国的群众文化艺术工作具有多元化和多样性的特征。在如今的新形势下，想要发展好群众文化艺术，就需要促进更多接地气，正能量的文化艺术作品的出现，这是我国当前深入发展群众文化艺术创新工作的根本出发点和着眼点所在。以爱国主义为核心的民族精神和以改革创新为核心的时代精神，为我国群众文化艺术的创新发展提供了基本的源动力，而引导构建良好的社会风气则是一切社会主义文化艺术工作和作品所必须扮演的角色。我们可以利用文化艺术的独特魅力，并与各个不同地区的习俗相结合，以此来吸引广大人民群众对文化的兴趣，并在此过程中提高人民的文化艺术

素质。

(四) 抓住重点促进城乡和地区群众文化艺术平衡发展

由于我国城乡经济发展的不平衡性，而导致我国的城乡文化发展也具有一定的不平衡性，这一不平衡性是我国城乡群众文化发展中不可避免的一个问题。因此在发展社会主义文化艺术的同时，必须要解决地区之间的差异与城乡之间的差异所带来的一系列问题，以此来促进城乡地区间群众艺术的和谐发展。

(五) 始终坚持创新发展思路创造更为多样化的群众文艺成果

我国现在的各项发展都要始终坚持改革创新，因此，关于群众文化的发展亦是如此，在开展群众文化艺术的时候，我们需要对其发展思路进行创新，摒弃以往的一味继承传统文化，针对其他的外来文化，要吸收借鉴其中优秀成分；我们还需要对群众文化艺术的发展内容进行创新，例如，春节放鞭炮这一习俗，当前我国提倡绿水青山的发展道路，而放鞭炮会污染空气，对于放鞭炮这一环节，可以用音箱播放音乐来代替。总之，我们要改变单一的群众文化艺术活动现状，让我国群众文化艺术工作不断迈进新的台阶。

结束语

综上所述，自从改革开放以来，我国开始注重文化建设，现如今，我国的群众文化艺术已经得到了很大的丰富和发展。无论是群众文化还是传统文化，虽然有些方面的层次可能存在着贫瘠的现象，与时代潮流的步伐相差甚远，但是仔细的品味，它有着当今社会嘈杂环境中的一丝丝的静谧。对于文化的发扬我们要从小事做起、从我做起，以此来将我们的群众文化发扬光大。

参考文献

- [1] 李岩. 浅谈新形势下群众文化艺术的发展[J]. 中国职工教育, 2018(08): 111-113.

论小学体育教学与体育文化的结合

孙孝花

(安徽省芜湖市繁昌区繁阳镇城关一小 安徽 芜湖 241200)

【摘要】在小学体育教学中，许多体育教师发现不少学生仅在体育课中进行体育活动，不愿在体育课以外积极进行体育锻炼。学生这种对体育锻炼的消极态度使许多体育老师感到不解，因为小学生本来是活泼好动的，应该喜欢进行体育运动。造成这种情况的一个重要因素，是教师在体育教学中没有注意体育文化的渗透，学生缺少对体育锻炼的深刻理解和深层兴趣。本文从通过游戏渗透体育文化、通过竞赛感受体育文化和通过训练实践体育文化三个方面，对该领域展开讨论，供大家参考。

【关键词】小学体育；体育教学；体育文化

【DOI】 10.12252/j.issn.2096-6288.2020.06.1628

我国许多小学生讨厌体育活动的的原因是体育文化尚未普及，他们将体育锻炼视为一种生活负担，而不是一种生活方式。在发达国家有很多小学生愿意主动参与体育运动比如篮球、足球、棒球、橄榄球、远足、登山、滑雪、冲浪等。虽然从经济水平等客观层面上，我国很多小学生不具备参与其中部分体育活动的条件，但并不是所有体育运动都无法开展。显然，问题的根源不在客观条件上，而是要切实认清小学生不愿主动参与体育运动的深层原因，然后对症下药，采取多管齐下的方式对小学生进行积极的影响。

一、通过游戏渗透体育文化

对于小学生来说，用“讲大道理”的方式去渗透体育文化是很难的，小学生思维跳跃，注意力不集中，思维能力也比较差，不容易理解。这时，就有必要借助体育游戏的方式，让学生在游戏中的理解。更关键的是，很多体育游戏不需要很高的环境要求，师生双方能比较方便地开展，符合小学生的兴趣需求。在具体的游戏项目选择上，教师应该充分考虑学生的实际能力和各种细微要求，比如男生和女生喜欢且擅于参与的体育游戏就可能就存在较大的差别，注意到这些关键点有助于提升体育游戏渗透体育文化的效果。

例如，很多小学女生喜欢跳皮筋。教师就可以开始组织本班女生开展跳皮筋游戏。在游戏过程中，除了学生平时自己进行的那种单人跳跃的游戏类型，还可以带领几个学生进行集体跳跃，教给学生新的游戏形式。在多人跳皮筋中，既可以锻炼学生的身体协调能力，也可以让她们认识到多人组合还要考虑其他人的状态，不能只顾自己，帮助学生从身体到心灵都能感受到体育运动带给自己的快乐。而学生的这种感受，其实就等于对体育文化本质的了解，在潜移默化中让学生亲身体验到了体育运动的深层意义。

二、通过竞赛感受体育文化

除了体育游戏之外，体育竞赛也是帮助学生感受体育文化的良好渠道。实际上，很多体育游戏本身就带有竞赛的元素。一般情况下，体育竞赛要比普通的体育运动项目更加紧张刺激，能够调动学生的好胜心，对学生起到更好的锻炼作用，促进学生对相互理解、友谊、团结和公平竞争的体育精神文化的了解。当然，小学生在进入体育竞赛时会有较强烈的兴趣，但仍然需要教师给予随时的指导。因为竞赛中会出现各种困难与挫折，如果教师指导不到位，学生可能会因为战胜不了内心的挫败感而快速丧失参与竞赛的积极性。

例如，对于男生群体，教师可以先在教室里为学生播放一段足球比赛的精彩视频片段，在调动起学生的情绪后，再组织学生去操场上开展足球比赛。在比赛开始前，教师要向双方队员打气，提醒他们自己是队伍中的一员，要勇敢承担起争胜的使命，要相信自己能够帮助队伍取得胜利。同时，告诉他们这种胜利可以是自己进球，也可以是一脚厉害的传球，甚至是破坏了对方的传球。发挥作用的方式有很多，要立足于自己在场上的位置来选择合理的方法。这将是成长的重要经验，教师得以通过竞赛帮助学生感受竞争性的体育文化。

三、通过训练实践体育文化

上文已经提到，我国很多小学生的问题是在日常生活中不愿意参与体育锻炼。所以除了让学生在体育课上理解体育文化，还要鼓励学生将自己的理解运用到日常生活中去，直接发挥促进学生锻炼身体体的作用。也就是说，要努力丰富学生的体育文化实践形式，引导学生将更多的时间和空间充分利用起来。对于一些学生自己发现，觉得有趣但是体育课上没有涉及的体育运动，教师不要强行要求学生改变兴趣方向，而要积极向学生传授相应的体育技能，让学生能在发展自身个性和特长的同时从不同的角度加强对体育文化的感受。

例如，丢沙包是体育课上的经典游戏类型。有学生回家通过电视、网络等渠道，了解到类似考验“准头”的游戏在古代也有，比如“投壶”等，想在平时的生活中也能体验一下。教师在了解到这种需求后，应该对学生的这种探索精神给予表扬，然后可以围绕“投壶”向学生介绍中国的传统体育文化，告诉学生怎样利用家里已有的物品来进行该项运动，并组织感兴趣的学生在课堂上进行示范，鼓励他们今后能持续进行下去，以后也要积极发现更多自己喜欢的体育运动并可以随时向教师请教。

综上所述，在小学体育教学中，教师不应仅仅侧重于体育锻炼，因为课堂上的时间并不足以推动学生身心的全方位成长，只有通过各种方式让学生理解体育文化，使得学生喜欢上而且学会进行各种形式的体育运动，才能真正发挥出小学体育学科的良好作用。

参考文献

- [1] 喻林. 论校园体育文化与健康校园[J]. 当代体育科技, 2018, 8(15): 133-135.
[2] 柳安娜. 小学校园体育文化建设综述[J]. 亚太教育, 2016(07): 12.