

素质拓展训练在高中体育教学中的应用分析

谭芳

(望城区第一中学 湖南 长沙 410000)

[摘要]在高中阶段中,体育教学十分重要,它能帮助学生缓解心理压力,提升学生身体素质,为其后续发展打好基础。而在传统教学的影响下,体育课堂仍存在一定问题,更多教师受高中教育环境的影响,对体育教学的创新不足,影响了学生运动兴趣,拉低了体育教学效果。基于此,以下分析高中体育教学中素质拓展训练的应用意义,探究素质拓展训练在高中体育教学中的应用策略。

[关键词]应用; 体育教学; 高中; 素质拓展训练

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-6288.2020.06.860

引言

在高中阶段中,素质拓展训练的应用对学生而言十分重要,能促进其德智体美劳的全面发展,使其满足社会发展对人才提出的综合要求。为实现学生身体素质的提升,在体育教学中,教师应对不同教学方法灵活使用,以此保障素质拓展训练的效果。出于部分教师对素质拓展训练认识不足的原因影响,以下首先分析它在高中体育教学内的应用意义。

一、高中体育教学中素质拓展训练的应用意义

素质拓展训练,即保障体育训练课的挑战性,通过对活动方式、运动场地的灵活运用,组织学生完成体育活动,使其强化团队精神,并发展勇于自我挑战的意识习惯^[1]。在该类训练活动中,主要形式是学生的身体训练,具备良好的团队氛围、较高挑战性 & 学习精神,重在对学生综合素质、综合能力的提升。

作为一类体验式教学,素质拓展训练的应用,具备着团队合作性、挑战性等不同特征,对高中生的发展而言具备重要意义^[2]。它的应用,在于通过教师自在、轻松教学环境的创设,鼓励学生亲身体验,在实验中对自我潜力进行挖掘,和以往教学方式相比,该类方式更为创新和完善,不仅和新课改对体育教学提出的要求相符,且有利于学生潜能的激发,促进其身心健康发展。

在以往的体育教学中,教学内容较为固定,一般集中在足球、跑步、羽毛球等运动项目中,教学创新性不足,不利于学生参与积极性的调动。而素质拓展训练的落实,其教学内容能给予学生耳目一新的感受,实现体育课堂的丰富,提升学生的运动兴趣。

二、素质拓展训练在高中体育教学中的应用策略

(一) 丰富训练项目, 重视运动安全

在素质拓展训练项目的选择中,教师应从学生实际出发,对和高中生相适应的训练项目积极开发,对网络、运动器械灵活运用完成教学,以教学模式的多样化,为学生提供自主选择训练活动的条件^[3]。例如笔者在集体项目设计中,会为学生设计如背摔、坐地起身等体育游戏,让学生在团队意识得到培养的同时,实现沟通能力、运动能力的提升。此外,笔者会将撕名牌、拔河比赛等深受学生喜爱的训练项目融入教学内,该类项目也极大地激发了学生的运动兴趣。而在素质拓展训练中,该类训练活动对学生身体素质有着一定要求,因此运动安全性也是教师应重点考虑的问题,保障在训练学生心智的同时,使其实现身体、心理承受能力的提升。因此笔者在训练活动中,会为学生进行注意事项的详细讲解,并做好安全防护措施,在学生活动中及时关注其身体状况,避免学生受伤,保障训练活动的正常进行。

(二) 明确训练目标, 保障训练效果

在高中体育教学中,教师不仅应对学生身体素质进行培养,还应发展学生运动素养和体育精神。在高中阶段中,学生合作意识、团队意识较为薄弱,教师在素质拓展训练中,应完成合理的教学目标制定,保障训练活动的针对性。在训练环节中,教师可设计合作类训练项目,以学生团队意识培养、身体素质提升为训练目标,让学生在身体素质培养中,体会到团队力量的作用,培养参与集体、集体合作

的意识和能力,保障训练效果。

例如为培养学生团体意识,笔者为学生组织了“盲人方阵”素质拓展训练。在训练过程中,参与学生应将眼睛蒙上,在限定时间内,手握长绳将其拉为最大正方形,且各学生应在正方形边长上均分。该项目是引导学生在信息有限条件下思考出路的训练方式,在训练开始前,学生往往较为混乱,且耗时较长,而渐渐地,队伍中会有领导人指出一定的合作方案,在其他学生的配合下,集体有序运转,进而完成本次训练活动。学生在获得指导时,虽其心中胜算有限,但其心理压力变低,也有了前进方向,有了积极思考寻求解决办法的意识,在集体行动方案的落实中发展团队协作能力,并实现肢体协调等能力的培养,体会运动项目的趣味。

(三) 完善训练内容, 保障训练合理

在以往的传统教学中,教师更为重视学生体育技能训练,该类授课方式往往存在一定枯燥性、单一性,易引发学生的抵触心理。因此在素质拓展训练中,教师应对训练内容进行完善,改变以往的教学模式,以多样训练内容、训练方式,激发学生运动兴趣,并保障训练活动合理性。而为提高学生的训练参与性及积极性,教师可鼓励学生对多样的素质拓展训练内容进行选择,并提出一定的改进意见,在对生意见合理采纳的同时,提升训练合理性,保障教学效果。

例如在笔者在素质拓展训练的应用中,为实现学生竞争能力、竞争意识以及综合能力的发展,会为其设计如七彩连环炮等竞技游戏,在该游戏中,参与学生需在操场内排列好队形,以吹气球的方式完成比赛,当第一名学生吹破气球后,第二名学生才可和第一名互换继续进行比赛,最后对其限定时间内气球破裂数量进行计算。在本次活动中,学生可挑战各人的心理极限,并提升对他人的信任。而为实现学生团队合作能力、协调能力等地培养,笔者会为其组织如坐地起身等项目,在本项目中,学生需在空地中四人一组背对背而坐,在不用双手撑地的前提下成功站起,逐步提升学生的协调配合度,使其掌握“再坚持”的体育精神。

结束语

结合以上,在高中阶段中,体育教学担任着锻炼学生身体素质、促进学生身心健康的重要作用。素质拓展训练在体育教学内的应用,丰富了体育教学活动,为学生提供了体育学习的适宜环境,有利于体育教学质量的提升。教师应对素质拓展训练灵活应用,参考学生需求、教学目标选择合理训练项目,并保障训练安全性,逐步推动高中体育教学的发展。

参考文献

- [1] 杨超. 素质拓展训练在高职体育教学中的应用分析与研究[J]. 现代交际, 2017(15): 124-124.
- [2] 李腊梅. 素质拓展训练在高职体育教学中的应用分析与探讨[J]. 体育世界(学术版), 2018, No. 777(03): 164+166.
- [3] 杨昆, 曾亚平. 素质拓展训练在高职体育教学中的应用分析与研究[J]. 时代青年·视点, 2017(10): 66-67.

实现高中美术教育审美价值的有效路径分析

尹琳

(永新县埠前镇小屋岭永新中等专业学校 江西 吉安 343401)

[摘要]美术课程,是实现学生全面发展的重要课程之一,在教育体系中发挥着重要作用。文章以如何实现高中美术教育审美价值为研究的对象,针对教育中存在的问题,对此提出几点建议,希望对实现美术教育审美价值提供帮助。

[关键词]高中; 美术教育; 审美价值; 路径

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-6288.2020.06.861

引言

当前教育背景下,要求学生德智体美劳全面发展。美术作为培养学生审美意识与鉴赏能力的重要课程,是促使学生能力、素质发展的学科之一。如何在美术教学中,展示其审美价值,提升教育工作效果,是当前教育工作者面对的困境。本文就此进行分析。

1 高中美术教学中存在问题

1.1 忽略审美教育

高中教育中,存在中文化课程,轻非文化学科的现象。大部分教师都认为高中生的学习重点是高考考试的内容,而不是一些与高考考试无关的课程。也正是因此,将教学重点全部放在语数外等文化课程中,忽略美术学科中的审美教育。由于教育理念的问题,美术学科审美教育没有得到重视,部分学生只能进行机械式学

习,无法真正感受到美术作品中蕴含的美感,影响美术教育审美价值的体现。

1.2 忽视学生自主学习

高中生经过初中、小学阶段学习,已经形成独特的审美意识与鉴赏意识,能够感受到艺术作品中蕴含的美与意境。美术课堂教学中,部分教师为了在规定时间内完成教育工作,会将课本中包含的基础知识、美术作品鉴赏方法等全部灌输给学生,要求学生了解即可。这种教学方式,忽略学生情感体验,无法使学生自主学习,感受教材中描述的知识点^[1]。若想实现美术教育的审美教育价值,应为学生提供一些独自学习的空间,使学生在美术作品鉴赏过程中形成审美能力,并在实践中形成艺术素养,提升鉴赏能力。

1.3 教师队伍素质有待提升

美术教师队伍素质,是展示美术学科审美价值的重要途径,也是培养学生各方