

族音乐的美感与魅力。

### 3 完善民族音乐教学配置

我国有着丰富的民族音乐形式，各种民族乐器也是非常多样的，两者之间有着非常密切的联系，所以说，应该带领学生去认识、了解各种民族乐器，培养他们的乐感，熟悉各种乐器的声音，提高他们的节奏感、音乐素养。这就要求在进行音乐教学的时候，应该为学生们准备和内容相符的民族乐器，并且还要为他们展示这些乐器的演奏方式以及特点，使其能够分辨出音乐中使用了哪些乐器，让学生们充分的参与进来，加深对于民族音乐的感受。在对音乐进行讲解的时候也应该讲解一下这些乐器的来历、历史等，了解其形成的背景和意义，让学生们知道是哪个民族创造了它，这样也有助于提升学生的民族意识以及民族自豪感。比如说进行《空山鸟语》这一作品的教学的时候，教师可以先为学生们展示二胡等相关的民族乐器，讲解一些这些乐器的特征和演奏方式，介绍与之相关的小故事，这样在学生有了一定的了解之后，再利用多媒体播放《空山鸟语》这首音乐，对学生进行详细的讲解，介绍它的特点特征还有内涵的，比如说其节奏使比较轻快的，有着很强的律动感等，所要表达的则是欢愉的情绪，然后让学生们分析一下其中都用到了哪些乐器，之后还可以教授学生乐器演奏的方法、技巧等。

### 4 在体验中逐渐领会民族音乐

民族音乐的学习需要经历一个由浅入深、由易到难的过程。在小学民族音乐教育中，需要从最简单的学唱开始，在这个过程中，小学生可以逐渐认识和感受民族音乐的魅力，并且进一步地学习体验民族音乐的精髓。需要注意的是，这是一个循序渐进的过程，不管是老师还是学生，都不可急于求成。小学音乐老师在具体教学过程中，可以利用多媒体让学生欣赏和学习各种民歌，然后为学生示范如何才能更好地演唱，之后让学生自己演唱。例如在教学过程中，首先，老师可以为学生展示

与民歌相关的知识以及人们的风俗习惯，接着播放歌曲的音频，让学生跟唱学习。之后老师为学生示范并带领学生学习，学生只有在亲身体验中才能更好地领会民族音乐。通过这种循序渐进的方法让学生不断积累民族音乐，学生才能积极主动地参与到民族音乐探究和学习中，才能更好地感受民族音乐的魅力，才能进一步传承和发展民族音乐，进而传承我国优秀的传统文化。

### 5 结论

综上所述，民族音乐与小学阶段音乐课程的有机结合对促进其继承与发展具有十分重要的作用。民族音乐是我国优秀传统文化与民族特色的有机融合，代表的是中国悠久的发展历史和民族情结，民族音乐的传承是新时代少年不可脱卸的责任。因此作为小学音乐教师自身应当加强对民族音乐的理解与认知，充分认识到对学生音乐素养发展的重要作用，并采取有效的方式加强学生对民族音乐的理解能力与接受能力，让学生在轻松有趣的氛围下学习民族音乐，并逐渐爱上民族音乐，促进民族音乐的继承与发展。

### 参考文献

- [1]张倩显.小学音乐教育中民族音乐的传承与发展探讨[J].才智,2020(02):207.
- [2]彭宪发.小学音乐教育中民族音乐的传承与发展[J].艺术评鉴,2019(19):122-123.
- [3]丁丽雨.论小学音乐教育中民族音乐的传承与发展[J].黄河之声,2018(23):77.
- [4]许春蓉.试论小学音乐教育中民族音乐的传承与发展[J].兰州教育学院学报,2013,29(07):150-151.

## 初中体育教学中学生抗挫教育的渗透

赵薇

(河北省唐山市乐亭县汤家河镇麦港初级中学 河北 唐山 063603)

**[摘要]**初中是学生进行身心发展的重要阶段，当下，我们不仅需要关注学生的生理和心理健康水平，还要重点关注他们对于挫折的理解认知水平，在体育课堂中对学生进行挫折教育，从而培养他们面对挫折时乐观的态度和坚强的意志。

**[关键词]**初中体育；体育教学；抗挫折能力

**[DOI]** 10.12252/j.issn.2096-6288.2020.07.1510

### 引言

初中是学生进行身心发展的关键时期。在这个阶段，对学生进行科学合理的体育教学是非常重要的。过去，体育教学对学生的深远影响和意义经常被人们忽略，但是在新的课程标准强调了体育教学在学生教育中的重要地位。因此初中体育教师一定要改变以往的教学观念，严格落实新课程标准中对学生进行体育学习的全部要求，健全学生的生理和心理健康发展水平，使其成为满足现代化建设所要求的全面型人才<sup>[1]</sup>。现在很多学生犹如温室中的花朵，经不起现实生活中挫折的打击，所以在进行初中体育的教学过程中，需要对学生进行挫折教育渗透，培养学生经历挫折时依旧能够保持健康良好的心态，这是当下体育教育中至关重要的部分。

### 一、转变观念，重视挫折教育的价值

在进行初中体育教育的过程中，我们需要正确深刻地认识到对学生进行抗挫折教育的重要性。对学生进行抗挫折教育，我们应该从两方面出发：一方面，从老师的角度出发，应该提升老师整体的素质能力水平，老师在掌握专业的体育知识和体育技能的同时，还需要具备良好的心理学专业知识，能够对学生的心理状态进行正确分析，对他们出现的问题进行及时的沟通疏导，并向学生传授面对压力，减轻抑郁的方法，在体育教学过程中全面地提升学生面对挫折的能力。另一方面，学生应该正视挫折的价值，面对挫折时，学生可以正确地分析利弊，在积极的方面面对挫折，在消极的方面战胜挫折。在进行初中体育的教学过程中，老师要用全部的耐心与关爱去面对学生，维护学生的自尊，引导他们的成长，培养他们直面挫折，克服困难的决心与毅力。

### 二、提升对挫折的认知水平

初中是一个性格形成的关键阶段，在这个时期，他们的性格具有非常强的可塑性。在这一时期，老师应该尊重学生的认知发展规律水平和个体性格差异，引导学生能够正确地看待挫折。现在很多学生被家人过分溺爱，他们在面对挫折时往往具有畏惧胆怯的心理<sup>[2]</sup>。所以在进行初中体育教学的过程中，可以结合体育课程的具体内容，例如发展肌肉力量和发展速度，通过引导参与，鼓励教育等多种方式来提升学生的身体素质水平，进而提高学生面对挫折的潜能。挫折其实也可以成为学生成长过程中，不断促使他们克服困难，激励向前的重要因素。只有正确地认识挫折，并不断地找到自身的不足之处然后加以提升，才可能拥有更多面对挫折，战胜困难的勇气。例如，在进行发展肌肉力量训练时，学生可以逐步增加肌肉负荷量来达到训练目的，通过这样的方式，可以降低训练难度，减轻学生心理负担，提升其抗挫折能力。

### 三、承认差异，寻求合适的教学情境

体育教学的成效不可一蹴而就，在进行体育教学时，应该根据不同对象的体能基础，身体素质和心理接受能力等不同情况采取不同的教学措施。基于此，针对不同的对象，应该选取合适的教学情境来进行体育教学活动。不同学生面对挫折的感受以及对挫折的承受能力不同，一个人的挫折阈值越低，面对挫折时就会越敏感，承受挫折的能力越低。所以在为学生寻求合适的教学活动中时，应该从以下几方面

入手。第一，对不同条件的学生要选择合适的内容，体育素质好，能力强的学生应该选择难度系数较高的体育项目来促进他们的挫折活动体验，而对体育素质差，能力弱的学生应该选择难度系数较低的体育项目来提升他们对体育的兴趣。第二，指导学生树立科学合理的体育目标，在学生现有水平的基础上，设置一个相对较高的目标水平，不但能够使学生在体验到战胜挫折的过程，还可以帮助学生克服困难，实现了自我水平的突破和提升。第三，进行分层教学，进行教学内容分层，不但能够使学生感受到参与体育锻炼与竞技的乐趣，还能够让他们在能力的逐步提升中体会到战胜挫折的过程。

### 四、强化教育，培养学生坚强的意志品质

在对学生进行抗挫折能力培养的过程中，要不断地强化挫折教育，借助比赛的形式引导学生理解正确面对挫折对成长的积极作用。体育比赛是一种能够让人不断进行提升的过程，只有不断地对自身进行总结和激励，才能实现学生最终的全面发展与完善<sup>[3]</sup>。例如在发展心肺耐力时，我们可以组织学生参加“小组跳绳比赛”，每个队伍都应该进行整体组织培训，并且在这个过程中培养团队合作意识，以良好的状态积极地进行比赛，同时淡化对比赛最终结果的意识，培养高尚的体育精神和应对挫折意识。如果遇到了失败，则应该对失败的原因进行认真总结分析，调整好自身的情绪，不断地提高自身的身体素质和抵抗挫折的能力，使学生的体育综合素质能够得到不断的提升发展。

### 总结

在进行初中体育教学的过程中，老师应该及时地适应新课程标准下的体育教学观念，在强化学生生理和心理素质的同时，加强挫折教育，从而培养学生面对挫折时积极的态度和坚强的意志品质，进而打造德智体美劳全面发展的优秀人才。在初中体育教学的过程中，老师应该充分了解这个阶段学生的心理特征，认知水平，承受能力等，并结合实际的教学情况对学生进行抗挫折精神的培养，促进学生各方面能力能够快速进步，全面提升。

### 参考文献

- [1]罗忠禹,周航,李根,赵丽英.体育教学中学生抗挫能力及培养研究[A].北京中教智创信息技术研究院.新课改背景下课堂教学方法与手段的有效性研究科研成果集(第九卷)[C].北京中教智创信息技术研究院:2017:10.
- [2]高洁,易诚,刘振东,高坤平,马晓东,朱江.关于如何在体育教学中进行抗挫折心理训练的研究[A].北京中教智创信息技术研究院.新课改背景下课堂教学方法与手段的有效性研究科研成果集(第八卷)[C].北京中教智创信息技术研究院:2017:12.
- [3]苏杰,威海江,刘位,莫育艺.体育教学中学生抗挫能力及培养研究[A].北京中教智创信息技术研究院.新课改背景下课堂教学方法与手段的有效性研究科研成果集(第九卷)[C].北京中教智创信息技术研究院:2017:10.

## 核心素养视角下小学美术剪纸教学策略

赵丽杰

(辽宁省本溪市实验小学 辽宁 本溪 117000)

**[摘要]**核心素养视角下的小学美术剪纸教学，学生在教师引导下，通过自主探究的学习方法，获得知识和技能，提高审美素养，形成正确的人生观、价值观。

**[关键词]**小学美术；核心素养；剪纸教学

**[DOI]** 10.12252/j.issn.2096-6288.2020.07.1511

美术教育专家尹少淳在《谈美术教育》一书中，将美术学科的核心素养概括为图像识读、美术表现、审美判断、创意实践和文化理解。笔者结合自己的剪纸教学谈一谈如何提升学生核心素养。

### 一、创设有效情境，激发动手热情

《义务教育美术课程标准》(以下简称课标)指出，应注重教学情境的创设和信息资源的开发利用，引导学生对美术学习产生浓厚的兴趣，增强自信心，享受美