

样才能达到对学生美育教育的目的。

### 一、美育教育与大学语文相结合的途径

#### (一) 以课本为依托, 实现美育教育

语文课本是教育的主要媒介, 也是美育的主要媒介。在进行美育教育的时候要坚持以课本内容出发, 不能脱离课本。大学课本里每一篇文章都是经过精心选择的, 所以绝大多数文章不论是在写作还是用词方面都恰到好处, 感情的渲染也都到位, 所以要抓住课本内容对学生进行美育教育。

比如利用一些感情渲染比较好的文章, 让学生进行学习研读, 感受作者表达情感的方式和路径, 以及在表达情感时文字的运用, 通过阅读, 学习者就能感受文字的魅力, 感受到语言文字传递的那种独特的美。比如《乡愁》这篇课文, 作者在表达情感的时候就比较含蓄, 并且还把不同时期对家乡的思念比喻成了不一样的实物。通过对语言文字的揣摩, 读者可以感受到作者表达情感的细腻, 发现语言文字的魅力, 这样才能与作者产生共鸣, 才能对文章有一个比较深刻的理解, 才能真正深刻的感受乡愁是一种什么样的体验。

当然, 在这个过程中还要让学生带着问题去阅读, 这样才能起到比较好的效果。让学生带着问题去阅读, 能更加强化美育教育的教学效果。比如这篇文章主要讲述的是什么内容, 表达了作者什么样的思想, 你喜欢这篇文章中的哪些句子, 为什么? 等等, 通过这一系列的问题, 让学生感受文章, 并且对自己喜欢的片段进行研读, 以此发现语言文字的魅力, 在平时的写作中也可以运用这些文字进行描述, 这样就在无形中提上了他们运用语言文字的能力和审美理解文字美的能力。

#### (二) 通过对诗歌的研读发现语文的美

诗歌是古人留下来的瑰宝, 对学生来说是很好的教育资源。通过对诗歌的研读能让学生感受诗歌所表达的思想, 感受诗歌描述的画面, 进而产生和作者一样的情感。在诗歌阅读鉴赏的过程中, 由于学生的理解水平有限, 想要他们理解的更透彻, 那么教师运用适当的方法帮助他们理解就显得尤为重要了<sup>[1]</sup>。

#### (三) 延伸课外阅读, 感受语文的魅力

课外阅读在语文教学中也是必不可少的, 这是学习者掌握课外知识的重要渠道。所以必要的课外阅读对于语文水平的提高还是很有帮助的。我们可以根据学习者的兴趣选择一些国内外名著, 也可以选择一些比较好的刊物, 帮助学生拓展阅读。

### 二、美育和语文教学相结合存在的一些问题

#### (一) 观念比较落后

由于受之前教育观念的影响, 一些教育者认为美育无关紧要, 只要学习者学好语文就可以了, 所以并不重视对美育的培养。这就会导致学习者对语文中的美视而不见, 不利于学习者审美素养的提升。所以想要提高美育的教育质量, 首先要改变教育者的观念, 只有教育者的观念转变了, 美育与语文教育的结合才有可能, 学习者的美育教育才能得到实现。所以学

校应该注重对教师教育观念的培养<sup>[2]</sup>。

#### (二) 美育和语文教育相脱离

美育教育和语文教育是同时的, 并不是相互脱离的。在现实教学中, 一些教育者总是把两者相分离, 认为找不到两者的结合点, 这是对美育观念的误解。美育存在语文教学的各个环节, 不管是对文章的研读还是对个别字词的解读都是对语文的鉴赏, 这种鉴赏就是美育的一部分, 所以语文教育就是培养学习者鉴赏美和运用美的能力, 不应该把两者分离开来, 这样不利于美育的发展。美育贯穿于各个学科这是一种发展趋势, 也是美育教育的根本途径, 教育者应该不断探索才可以。

#### (三) 学习者没有良好的美育学习习惯

美育体现在语文教学的各方面, 如果不能正确引导, 学习者就会失去方向, 不知道该如何下手。教育者应该主动引导学习者鉴赏一些比较好的文章和片段, 引导他们使用者正确的方法, 比如在阅读的时候, 把自己认为比较美的字词画出来, 把好的片段进行诵读, 通过诵读感受其中的美。在课外阅读的时候遇到比较好的片段进行摘抄, 并进行有针对性的阅读, 只有这样才能逐渐培养学习者对文字的阅读, 才能引导他们如何鉴赏一篇文章。这样才能帮助他们在美育的培养中不断提升自己的能力, 提升了能力才能更好地促进语文的学习。习惯的养成对学习者来说还是比较重要的, 所以要注意对他们进行习惯方面的培养, 这样教育才能起到比较好的效果<sup>[3]</sup>。

### 三、结束语

美育应该与语文教学相结合, 这样才能达到比较好的教育效果, 两者并不是相互独立的个体, 应该寻找合适的方法把两者联系在一起。美育教育也是学习者必不可少的, 语文教学中穿插对美育的培养, 不仅能提升学习者学习语文的兴趣, 也能提升他们鉴赏美的能力。美育不是一个单独的个体, 虽然在与语文教学结合的过程中存在一些问题, 需要教育者不断攻克, 想要学习者的学习有一个质的提高, 就必须处理好两者之间的关系, 这样才能促进学习者全面发展。

#### 参考文献

- [1] 李夏鹏. 大专院校语文教学中职业素养教育的路径探析[J]. 现代职业教育, 2019, 000(029): 514-515.
  - [2] 张爽, 肖颖超. 让美育创新教学引入大学语文课堂[J]. 汉字文化, 2018, 000(018): 17-18.
  - [3] 赵丽. 大学语文教学如何渗透美育教育[J]. 牡丹江师范学院学报(哲学社会科学版)(5): 65-67.
- 作者简介:  
雷亚红(1991—), 女, 江西上饶人, 助教, 本科, 主要研究的方向: 语文教育。

## 高校教学中体育教育与拓展训练的结合应用分析

李同辉

(广东医科大学 广东 东莞 523000)

**[摘要]**拓展训练是一种跨多个学科专业的针对性体能训练模式, 其理论核心包含心理学、教育学、人体学、组织行为学等学科理论。在实践形式上, 拓展训练往往以体能训练为主, 受教育者通过参与精心设计的实践训练活动来实现多方面素质提升, 例如完善人格、培养审美情趣、磨炼意志、培养团队协作意识等, 更重要的是, 拓展训练是一种体验式体育教学, 受训者没有学习任务、考试的压力, 只需要全身心参与到训练的各个环节, 在潜移默化中实现体育教学目标。

**[关键词]**高校体育; 拓展训练; 结合应用

**[DOI]** 10.12252/j.issn.2096-6288.2020.08.1155

在高校体育教学开展中, 还需要积极引入拓展训练, 实现体育教学课程体系的有效拓展, 并且也要增强体育教学的有效性和趣味性, 从而实现体育教学效果的改善, 最终提高体育教学的真实水平。所以, 还需要研究高校体育教学之中拓展训练的价值体现, 立足于教学实际, 通过相应的措施, 最终强化拓展训练的实施效果。

### 一、科学地设置高校拓展训练课程内容

传统的体育教学的教学形式往往过于单一、死板, 不能形成老师学生间有效的互动, 学生的体育活动区域主要集中在操场, 这就降低了学生对体育教学的兴趣程度, 降低了体育教学的实际意义, 也在一定程度上阻碍了学生的进步和发展。而体育教学与拓展训练相结合, 可以有效地发挥拓展训练的积极作用, 充分调动学生的主观能动性, 也能让学生更好地认识到体育教学的重要性, 提升学生整体参与体育教学的兴趣。拓展训练是一项集体育、体能训练、兴趣爱好等为一体的体育训练, 因此它需要参加训练的人具备一定的体能与心理素质, 对高校的学生而言, 他们的身体与心理发育已基本成熟, 可以满足一定区间内的运动极限, 这是有效地开展拓展训练的基础。高校体育教学受众是学生群体, 素质拓展训练要想和高校体育教学有效结合并促进体育教学的正向发展, 则就要考虑到实施教学的特殊性, 如果对拓展训练不进行合理的选择, 任意选择拓展训练项目应用于体育教学中, 往往会适得其反。因此, 慎重选择高校拓展训练项目以及优化训练内容尤为重要, 它不仅关乎拓展训练能否长期服务于高校体育教学, 更关乎高校体育教学事业的健康发展。

坚持从实际出发, 理论联系实际, 是高校体育教育中开展拓展训练的根本出发点, 要明确拓展训练的教学目标, 以高校自身的拓展训练教学场地和教学设施等各项硬件条件为前提, 以学生的需求和整体特点为出发点, 合理地制定拓展训练项目, 科学地设计拓展训练课程内容和教学方法。第一, 要基于高校现有的硬件设施及场地, 如各个校区、学校游泳馆、体育馆、学校的广场、公园以及学校周边的湖泊、旅游景点等, 结合学生的实际情况和身体承受的负荷量以及项目的运动量, 可以引入定向越野、水上训练项目、团队训练这些项目, 基于各个高校的特点, 设置与之相对应的训练项目。第二, 各个高校可以根据自身情况和教学内容, 将拓展训练进行分级, 如可以将拓展训练分为基本训练和综合训练, 基本训练主要是开展户外教学, 按项目选择对应的训练场地和设施, 开展基本训练旨在提高学生的团队协作和解决问题的能力。综合项目训练则是既要有室内训练, 又要有户外训练, 二者相结合, 对学生的组织协调能力和沟通执行能力等进行训练。第三, 各个高校要足够重视拓展训练课程的建设, 从资金层面给予支持, 完善拓展训练的硬件条件, 比如训练场地及设施等, 提高高校拓展训练的教学质量。

此外, 也是比较重要的考虑因素, 拓展训练的选择要充分考虑学生的安全以及教育的目的, 以此为前提, 选择不具有过太危险性的训练项目, 结合学生的实际情况和身体承受的负荷量以及项目的运动量来综合考量。总之, 拓展训练一定要合理制定和设计, 不可盲目实

施, 只有这样才能实现体育教学的目的, 充分保证体育教学效果。

### 二、注重师资队伍建设

专业化的拓展训练师资队伍对于拓展训练课程的开展有积极的推动作用, 一位优秀的拓展训练教师应该具备广泛的理论知识, 同时也要具备丰富的实战经验。当前, 尽管很多高校都在积极开展拓展训练, 但是因为师资力量欠缺, 同时也没有专业的拓展训练教师, 导致拓展训练工作无法有序开展, 为此, 各个高校需要充分挖掘自身资源, 强化本校对于体育教师的培养力度, 鼓励更多的教师走出校园, 参与培训、进修, 充实自身的理论知识, 提升实践能力。高校也可以聘请专业化的拓展训练方面专家对教师开展培训, 同时要强化各所高校教师之间的沟通与交流, 通过相互补充、相互学习, 及时总结教学经验, 提升教学质量。

### 三、丰富相关的拓展方法, 激发大学生的锻炼兴趣

我国目前高校的教学方法中, 正如文章中提到, 很多教师采用的还是老旧的教学方法。因此, 教师可以丰富相关的教学方法, 引导学生进行自主学习。

例如将学生组建相对应的拓展训练小组, 以5~6人为佳, 开展团队协作。例如在“野外求生”中, 教师负责选择合适的场地, 让学生搜集身边的物品完成野炊、露营、收集淡水等拓展任务。再通过团队协作中, 高校学生将集中掌握相关的野外求生技巧, 增加学生之间的团队协作能力, 对其社交活动有明显的改善作用。在进行团队合作中, 高校学生将明确“自己需要做什么”以及“我该帮助别人做什么”, 完成团队协作中的任务, 在协作过程、培养情感、学习态度中获得有效成长。同时, 在小组协作中, 通过拓展训练, 还可以有效提升高校学生的综合领导力与执行力。建立学生完善的品质与团结友爱的良好品德, 将拓展训练的学习效果与日常生活进行有效结合, 综合提升自己的学习价值。

#### 结束语

综上所述, 在高校体育运动中融入拓展训练, 可以有效的弥补体育学科的核心素养, 使学生吸收到书本中吸收不到的知识, 有效的弥补品德教育的缺失。满足学生的情感需求, 同时具备社会生存能力。在训练中, 教师需要根据不同学生的身体素质设置相应的教学计划, 对其进行体育教学中的有效突破。在不断完善以及探索中, 结合高校体育教学的优点, 可以有效的丰富高校体育教学的方式, 使高校学生进行全方面综合性的发展。

#### 参考文献

- [1] 张磊. 拓展训练在高校体育教育中的有效运用[J]. 冰雪体育创新研究, 2020(08): 31-32.
- [2] 唐昊. 高校教学中体育教育与拓展训练的结合应用[J]. 学周刊, 2019(10): 17.
- [3] 朱兰君. 试论高校教学中体育教育与拓展训练的结合应用[J]. 文体用品与科技, 2018(21): 172-173.