

样才能让学生们提起兴趣呢？教师进行了深入的思考，决定进行教学形式上的改进，使课堂氛围更加活跃。教师在体育教学课堂上用诙谐幽默的语句、生动形象的比喻向学生们讲解广播体操每一个动作的分解动作。在讲解完分解动作后又完整的演示了一遍动作，然后让学生们分组联系，相互纠错，设置赛制模式，比一比哪个小组先学会。这样就可以利用学生的竞争心理，使学生们更快的学会动作。

2.2 加强教师与学生之间的沟通，讲授与指导相结合

在体育教学过程中，教师只是单独的教授教学知识，然后让学生们自己练习，这样往往是无法达到预期的效果的。教师要加强与学生之间的沟通，在讲授完理论知识后还要与学生进行沟通，了解还有那些重难点学生们还没有理解，再详细的讲解一下知识和动作要领。在确定学生们都明白后，让学生们自己练习时，教师要在旁紧密的观察学生的动作是否标准，对做出错误动作的学生进行指导，以免形成错误的肌肉记忆导致在以后的运动环节中受伤。

例如，在进行立定跳远动作的教学过程中，教师先演示了一遍正确的动作示范，然后进行分解动作的逐步讲解。在讲解环节完成后，教师发现有几个学生的眉头紧锁，显然是对分

解动作有一些疑问。于是教师就开始询问学生们还有哪些地方不明白，这几位学生果然举手积极发言，在把学生们的疑问点重点解答，重复演示后，学生们表示对立定跳远的动作技巧都明白了。教师就开始让学生们分为两个人一组练习，一人跳远，一人做裁判。在练习的过程中，教师发现有几位学生的动作不太标准，立刻上前进行指导。在把几位学生的动作纠正标准后，教师正式测试了一下学生们跳远的成绩，发现这次比授课之前的成绩有了明显的进步。

结束语

综上所述，在初中阶段的体育课堂教学中，只有找到有效的教学策略，才能使体育课程的课堂教学效果更加显著，学生们才能学到更多的关于体育运动和体育锻炼的知识，拥有更加强健的体魄。找到有效的教学策略也有利于激发学生们对于体育运动的兴趣，都说兴趣是最好的老师，只有让学生发自内心的爱上体育运动，学生们才能积极的练习和才能加体育运动，达到强身健体的效果。一个强壮的身体是一切的本钱。只有拥有强健的体魄，学生们才能拥有面对以后的人生挑战的基础，才能接受更多的磨炼从而提升自己的综合素质。

《快速跑》教学案例

李晓鹏

(山东省东营市广饶县第一实验小学 山东 东营 257300)

【DOI】10.12252/j.issn.2096-6288.2020.08.838

设计理念：

跑的教材是发展体能的活动与内容，小学低年级的教材，主要是通过各种形式的自然跑，使学生初步掌握正确的自然奔跑方法，培养正确自然跑的身体姿势，发展灵敏，速度和一般耐力素质，提高奔跑能力。本教材不过于强调对跑的竞技性技术的要求，立足于培养奔跑的正确姿势，发展学生自然奔跑的基本活动能力，使学生跑的正确、自然、放松、协调、持久，促使他们身心得到全面发展。

教学目标：

依据《体育与健康课》新课程标准对三年级学生的要求，能完成跑的学习任务，体验跑的正确姿势。本节课制定以下三个学习目标：

1、参与目标：通过游戏和比赛，吸引学生的注意力，激发学生的学习兴趣，提高学生参与活动的积极性。

2、技能目标：学生自主练习和分组练习相结合，发展学生快速跑能力。

3、德育目标：通过游戏过程，培养学生良好的课堂习惯和团结协作精神。

教学重难点：

重点：快速跑时手臂的快速摆动与脚步动作协调配合。

难点：克服学生对快速跑练习的厌烦心理。

教学方法：

练习法、示范法、游戏法等

教学过程：

一、开始部分（5分钟）

课堂常规

- ①体育委员整队，报告人数
- ②师生问好，宣布本节课的任务和要求
- ③检查服装，进行安全教育

2、队列练习

检查同学们的精神状态：稍息，立正，向右看齐，向前看

组织：四列横队

二、准备部分（8分钟）

1、导入：同学们好！今天我们学习的内容是《快速跑》，希望大家能够做到遵守纪律，努力学习，积极参与，互相帮助，同时还要时刻注意安全，大家能做到吗？（1分钟）

2、热身游戏：《找朋友》（4分钟，一次）

游戏规则：1、一路纵队慢跑。2、看手势迅速相邻同学抱团。3、不能及时做到的原地做五个深蹲。

3、彩带操（韵律，3分钟，一次）

三、基本部分（25分钟）

1、导入

四路纵队，每组从排头开始听口令向前快速跑，其中一组和三组同学手持体操垫。根据比赛结果让同学们思考问题：为什么拿垫子的同学跑得比较慢？

①手臂不能摆动 ②步子迈不开

总结：快速跑需要注意摆臂和脚步动作，同时协调配合好才能跑得快。

2、原地摆臂练习

练习1：听教师口令，练习原地摆臂（4×8拍）

练习方法：两脚前后开立，左脚在前，右臂在前，身体前倾往前看，两臂弯曲前后摆，肩关节要放松

小结：刚才老师发现了几个问题：①甩小臂 ②左右摆臂 ③耸肩、肌肉紧张。这些都是不规范的，下面请同学们拿出彩带，将它戴在颈部，双手分持两端，屈肘原地自主练习前后摆臂。

练习2：原地摆臂（利用彩带）

①自主练习 ②集体听教师口令练习

3、脚步练习

练习1：原地小步跑（由慢到快，两次）

方法：大腿抬快放快，脚前掌向后扒地，结合摆臂

练习2：原地高抬腿跑（两次）

方法：大腿抬平，支撑腿蹬直，脚前掌快速用力蹬地

4.摆臂与脚步结合练习

练习1：小步跑接加速跑（一次）

练习2：高抬腿跑接加速跑（一次）

组织：四路纵队

游戏1：彩带飞扬（一遍）

方法：四路纵队，同学们将彩带展开，手持两端挽在腰部，游戏开始后，每队从排头开始听教师口令向前快速跑，比比谁跑的最快，而且彩带不掉下来

小结：教师评定胜负并总结

游戏2：抓尾巴（一遍）

方法：将彩带展开，把一端塞进后面的衣领，每排四名同学，前后两排间隔二米，游戏开始后，听师口令前后两排同时向前快速跑，在跑至终点之前，后排同学争取把前排同学的彩带抓下来。最后比比哪个队抓到的彩带最多则是获胜队。

小结：教师评定胜负并总结

游戏3：彩虹桥（一遍）

方法：分两队进行，①②组结对，③④组结对，每队相邻的两名同学的双手分别手持彩带的一端搭成桥，游戏开始之后，听教师口令，从队伍的一端开始，相邻搭桥的两名同学快速从该队桥下通过，到达“桥”的另一端后再迅速搭桥，依次进行，最后比比哪个队搭桥最迅速，最先全部通过彩虹桥，则是获胜队。

组织：四列横队

四、结束部分（5分钟）

1. 音乐放松操“彩带飞”

2. 课堂小结

总结本节课学习内容，并对同学提出进一步要求。

3. 师生再见，安排学生整理器材。

组织：四列横队，体操队形

练习密度：50%，平均心率：155次/分

场地器材：标志物4个，彩带41个，录音机一台

快速跑教学反思

从快速跑试验的情况来看，学生基本都能在原有的基础上有所提高，学生比较喜欢以游戏形式出现的练习，喜欢在游戏中尽情的奔跑。我先让学生做热身游戏《找朋友》，在这个游戏中同学们在热身的时候，提高了对于跑步的练习兴趣。接下来的彩带韵律操在音乐声中彩带缤纷飞舞，起到了良好的热身效果。在基本部分，以一个跑步的实验导入，让同学们思考问题：为什么结果会有差异，原因在哪。这样的探索式的导入无疑大大的提高了学生的参与兴趣，培养了思考问题的能力。从这个实验引出本节课快速跑教学需要解决的两个问题：摆臂和脚步。在接下来的学习中先是逐个击破，最后融合练习。本节课教学中创新了教学方法并进行了各种练习方式的有益尝试。比如充分利用现有器材彩带，一物多用，一根彩带贯穿于教学始终，是这节课的一条“线索”。同时多种练习方式与各种游戏相结合，促进了教学目标的达成，提升了学练兴趣。在教学中我特别重视激发学生的情感体验，让游戏伴随着孩子们学习与实践是体育新课标的一种尝试，体育课的教学过程应该是学生运动、体验、心情都能达到锻炼过程。

通过这次上课发现了不少问题，教师在授课时，对技术动作强调的较多，比较重视测试结果，其实过程和过程同样重要。小学生对学习的兴趣是具体的、新鲜的、短暂的，所以要经常发现学生的进步，给予鼓励和赞扬，增加其成就感和自信心，不断提高学习的兴趣，取得新的进步。总之，上好课不容易，需要我们体育教师不断的实践，不断的总结经验，来提高我们的体育教学效果和学生的身体素质。

浅议提高小学音乐课堂教学质量的策略

顾佳琦

(聊城颐中外国语学校 山东 聊城 252000)

【摘要】随着我国教育教学的不断推进，教育领域对培养学生良好审美情趣，陶冶学生情操的音乐、美术给予高度重视，这就对小学这些科目的教师提出了更高的要求。在学校教育中，教师和学校领导要增强对这些科目的认识，重在培养学生对音乐的兴趣，让学生在课堂教学中得到美的享受，感受音乐带给人性的熏陶，让学生在舒适的环境下进行学习，从而实现学生综合素养的提升。基于此，本文将从小学音乐的学科特点出发，积极探求更有效的教学策略，为小学音乐教学更好的发展添砖加瓦。

【关键词】小学音乐；教学质量；策略

【DOI】10.12252/j.issn.2096-6288.2020.08.839

小学音乐教育具有极强的审美价值，对于提升学生的创新思维，培养学生的情趣有很大的帮助，小学音乐是素质教育阶段不可或缺的一部分。因此，在教学实践中教师有必要探究新的教学模式，吸收新鲜的教学理念，提升学生对音乐课的兴趣，让学生喜欢上学习音乐。但是不可否认，由于传统教学模式的影响，小学音乐教学处于被动的地位，一方面，有些教

师教学的模式以理论为主，没有注重学生的主体性；另一方面，音乐教学长期得不到重视，在一些教学资源紧张的地区，甚至存在由语文、数学教师代课的现象。这些因素的存在对提升小学音乐课堂教学质量十分不利。因此，作为新时期的小学音乐教师，有必要在音乐教学中增加学生的参与度，增强学生学习音乐的趣味性，以提升小学生的音乐素养和音乐能力。