

浅谈小学体育教学中体能训练的重要性

晏 飞 贾 勇

(济宁市兖州区回族小学 山东 济宁 272000;

济宁市兖州区实验小学 山东 济宁 272000)

【摘要】随着素质教育的不断改革,小学体育教学也越来越受到学校的重视,对于体育教学的教学方式也提出了更高的要求,增强小学体育教学的体能训练,对于学生的身体素质发展具有积极的促进作用。但是目前我国小学体育教学中关于体能训练的教学还存在一些问题,使得学生的体能素质发展受到了限制,影响了学生的健康成长。因此,本文将从小学体育教学中体能训练的现状进行论述,然后深入探讨小学体育教学中开展体能训练的重要性,希望通过本文的分析,能够为教育工作者的体育教学改革提供一些参考价值。

【关键词】小学体育教学; 体能训练; 重要性

【DOI】10.12252/j.issn.2096-6288.2020.08.461

前言

在小学体育教学中,体能训练的对于增强学生的身体素质具有重要作用,小学阶段的学生正是长身体的时候,教师需要根据学生的身体情况制定合适的体能训练,才能有效提升学生的身体素质,否则就会对学生的身体发展造成相反的效果。在目前的的小学体育教学中,教师对于学生的体能训练还是缺乏重视,体育课通常被其他课程所替代,导致学生的身体得不到基本的锻炼,影响学生身体素质发展。基于此,深入研究小学体育教学中体能训练的重要性,对于学生的综合发展以及小学体育教育发展都具有非常重要的意义。

一、小学体育教学中体能训练的现状

在当前的小学体育教学中,关于体能训练的教学还处于初级形态。很多教师受传统教学的影响,在开展体育教学时通常是从教师的角度出发,决定应该如何制定教学方案来训练学生的体能,而不是从学生的角度出发,忽视学生本身的身体发展状况,导致教学效果不显著,甚至还会阻碍学生的身体发育。另外,部分教师对于体能训练的重视不足,在制定训练方式时没有针对性,不能够帮助学生实现自助式训练,无法发挥体能训练本身的作用,再加上体能训练的教学经验不充分,使得体育教学的质量得不到提升,学生的身体素质也难以得到充足发展。除此之外,在目前的的小学体育教学中,教师对于体能训练的教学还是以理论知识讲解为主,对于真正的训练反而缺乏重视,只是为了完成教学任务,完全忽视学生的主体地位,导致学生的体育锻炼达不到教学标准,没有针对性的体能训练还会给学生的身体造成一定的影响,严重阻碍学生身体健康成长。

二、小学体育教学中体能训练的重要性

(一) 小学体能训练能为中学体育教学奠定基础

在当前的整个体育教学中,对于学生的身体素质发展都缺乏足够的重视,很多中学生甚至大学生都不喜欢上体育课,主要原因有两方面:其一,很多学生从小就缺乏科学的体能训练,导致身体素质差而不愿意参加体育活动;其二,部分学生无法适应高强度的体能训练,怕苦怕累,遇到困难就轻言放弃。因此,想要改善这一状况,最需要反思的就是小学体育教学,因为小学阶段的体育教学是基础,只要在这个阶段培养学生的体育素养,锻炼学生的身体机能,才能让学生从心理上 and 身体上都接受体能训练,从而为以后的体育发展奠定坚实的基础,促进身体素质的全面提升。

(二) 是改善学生体能素质现状的重要方式

随着社会经济的不断发展,人们的生活水平逐渐提高,大部分孩子都处在一个相对舒适的成长环境里,再加上家长的过分溺爱,使得现在的孩子都过于依赖自己的父母,自理能力差,并且家长也不注重孩子的体能锻炼,单纯的认为只有满足孩子身上的营养需求,就能增强孩子的抵抗力以及身体素质。这些因素在一定程度上都给学生的体能素质发展造成了一定的影响,导致现在的学生动不动就生病感冒之类的,有的学生缺乏基本的体能训练,还能引发少儿肥胖症,严重影响儿童的身体素质发展。因此,在小学体育教学中加强体能训练显得尤

为重要,不仅能促进体育教学质量的提升,还能有效改善学生的体能素质,促进学生的健康成长。

(三) 培养学生的体育兴趣,增强身体素质

兴趣是最好的老师,尤其是在小学阶段的教学当中,培养学生的兴趣能够有效提升教学质量。因此,教师在小学体育教学中开展体能训练时,应当充分发挥学生的主体作用,从学生的角度出发制定科学有效的体能训练方案,从而才能让学生不产生反感,逐渐适应训练方式,然后在一步一步地增强训练,从而达到教学目标,促进学生的身体素质发展。另外,教师还可以借助一些先进的教学设备来辅助体能训练,比如在开展体能训练之前先播放一些有趣的体能训练视频,引导学生进行正确的训练方式,避免走向误区,充分激发学生的体育兴趣,从而更好地进行体育训练,增强身体素质。

(四) 培养学生的体育意志品质,促进综合发展

在当前的小学体育教学中,经常会出现学生喜欢上体育课却不想上体育课的情况,换句话说,就是体育课相对于其他课程而言是比较自由而且开放的,学生不用拘束于课堂之上,这是学生喜欢上体育课的主要原因。但是在实际的体育教学过程中,学生却并没有表现出积极的心态,只是一味地按照教师的要求进行体能训练,而且过重的训练还会让学生产生抵触心理,导致教学质量低下。因此,想要改善这一现状,就必须重视体能训练的有效开展,不能仅仅局限于形式,而是要深入的思考如何使体能训练发挥出最大的作用。教师需要丰富体能训练的形式,从不同的角度出发培养学生的体育意志品质,比如武术、体操、芭蕾舞等等,都可以作为体能训练的方式,激发学生的兴趣,让学生在训练的过程中逐渐提升身体素质,以及增强体育意志,形成健全的人格和健康的身体。

结束语

综上所述,小学阶段是学生身体发育以及人格完善的重要阶段,体能训练的开展不仅能增强学生的身体素质,在对于学生的身心健康发展方面也具有积极的促进作用,同时也能为学生未来的体育发展奠定良好的基础。因此,在小学体育教学中,教师必须要认识到体能训练的重要性,并在基础上进行体育教学方式以及教学观念的转变,从而增强体育教学的质量,促进学生身体素质健康发展。

参考文献

- [1] 杨凯利. 小学体育教学体能训练指导策略探析[J]. 当代体育科技, 2020, 10(26): 42-43+46.
- [2] 孙宝兵. 小学体育课堂中综合体能训练的实践教学[J]. 当代体育科技, 2019, 9(17): 40-41.
- [3] 简扬新. 新时期小学体育课堂体能训练的对策[J]. 当代体育科技, 2018, 8(22): 92-93.

核心素养背景下信息技术在小学美术教学中的应用

李世俊

(江西省抚州市南丰县子固小学 江西 抚州 344500)

【摘要】在现代小学美术教学中,美术教学与信息技术结合是一种利用科技结合知识双赢的模式,因为多媒体发达的特性,使得其成为美术中形与色、动与静最好的表达载体,使用多媒体技术可以打破传统小学美术教学中二维空间的限制,这样就大大增加了学生在学习中的趣味性,让学生可以更快乐的投入到美术学习中,学生在学习中的积极性提高了,相对的教学效率也就提高了,所以利用多媒体技术开展小学美术教学是一种科学的新教学模式。

【关键词】核心素养; 信息技术; 小学美术; 教学应用

【DOI】10.12252/j.issn.2096-6288.2020.08.462

在新时代背景下,信息技术被广泛应用于社会各业当中,并取得了较为明显的效果,尤其是将其应用于教育领域内,不仅能够有效吸引学生的注意力,还能大幅度提升教学效果,构建高效课堂。将信息技术与小学美术教学有效结合,能够将较为枯燥的文字转化为生动图片和视频等,激发学生对美术教学的兴趣,加强学生与教师之间的交流。

一、提高学生美术兴趣

每一节课的开始是很重要的,好的开始意味着能够把学生带进这节课内容的学习中。教师可以在这节课的开始之前利用多媒体向学生展示与这节课所要学习的相关内容,播放动画、影像、图片、生活情景等吸引学生的注意力,当学生的注意力集中在多媒体所展示的内容上时,教师便可顺势引出本节课的学习内容。此外,信息技术也打破了地域与时间的限制,一些无法触摸到的名画可以通过图片的形式展示在学生面前,在宏伟作品的感染下引起学生情感上的共鸣。

例如,在讲授“光影变换”这一节课的内容时,我们可以利用多媒体向学生展示一张白鹿的图片,这张图片上的白鹿有的身体部位比较亮,有的身体部位比较暗,这是什么原因呢?可以借此引发学生的思考。接着我们再向学生展示一些不规则物体的图片,在学生对这些图片进行观察后,我们把这些图片上物体的暗部去掉,只留下比较亮的部分,学生便会发现他们所观察到的物体失去了空间感与立体感,变成了一个单调的图形。在如此神奇的光影变幻之后就是我们这节课所要呈现给学生的内容:如何才能更加增加物体的立体感与空间感,这样的导入方式使学生对这节课的兴趣远比单纯的说教要高得多。

二、丰富美术教学内容

当前的小学美术教学中还存在教材信息不够丰富的情况,所以为了提高课堂教学效果,还需有意识地丰富教学内容,让学生对美术学习更感兴趣。而为了丰富美术教学内容,教师可利用信息技术,通过多媒体设备向学生展示,从而活跃美术课堂氛围。比如,在讲解《东阳木雕》相关内容时,教师便可从相关教学网站中去下载更多关于东阳木雕的代表作品,让学生通过直观地观察去获得感知,否则仅仅凭借教材中的几幅图片,难以让学生有形象的感知。又如,在讲解《江南民居》时,教师同样可向学生播放关于江南民居的旅游宣传片,让学生仿佛置身于古色古香的民居当中,对建筑艺术之美有更为直观的认识,在教师的讲解之下去提高教学效果。又如,在讲解《清明上河图》时,由于教材篇幅有限,无法全景展示这幅图的全貌,所以教师可利用多媒体将清明上河图中的多处细节进行直观展示,让学生对张择端的细腻手法与观察入微的精神有深刻了解,从而对美术有了更深层次的领悟。如此一

来,在信息技术手段的辅助下,小学美术教学内容得以丰富,不仅能够让学生们的学习兴趣得以调动,同时也能增强美术教学有效性。

三、提高学生思维能力

思维能力对于每个学生来说都有着较为重要的意义,所以在当前的实际教学过程中教师需要更好的进行思维能力培养,综合的保证相关教学质量的全面提高,针对信息技术来说,在实际的培养过程中可以从多个角度入手来完成问题的解决,更好的保证其实际能力的全面提升,针对当前的有关教学工作来说,教师受到应试教育的影响,需要从多个角度入手来解决其存在的实际问题,就当前的教学工作来说,教师更多的是培养学生的知识能力,对于其相关的动手能力和思维理解解能够都无法全面的提高,所以在当前的实际教学过程中,教师可以使用有关的多媒体技术来完成对学生的知识能力培养,同时针对当前的教学问题进行进一步的解决,针对其思维能力完成全面的培养,美术课程对学生的思维能力的锻炼,可以使逻辑思维和相关艺术思维的进行全面的培养,所以,在实际的培养过程中,需要从多角度入手来解决有关的问题,让学生能够养成更好的行为习惯,并且针对当前存在的实际问题来说,在整体的发展与培养过程中应当从基础入手,全面的完成对学生能力的进一步提升,结合当前存在的实际问题完成较好的思维能力的培养,以此来锻炼学生的综合能力,保证学生可以得到更好的发展,思维能力的培养更多的是对学生各项能力的锻炼,让其能够全面满足学生的实际发展需求,同时对于整体的教学工作来说,学生在课堂上使用信息技术能够打破相关时间、空间、地域的界限,更好的完成相关思维能力的全面提升,同时在实际的发展过程中需要让学生能够对多媒体技术产生较好的意识,通过多元化培养的方式来达到学生符合实际需求的培养目标。

结语

通过这样的信息化教学,为学生创设一个丰富多彩的教学环境,让学生在美术课中体验审美情趣,感受生活的美,激发学生学习兴趣,培养他们创造美的能力和灵感,让他们从生活和课堂中感受美的洗礼,培养美的意识,对提升教学质量具有很大帮助。

参考文献

- [1] 郭谦. 小学美术欣赏教学与信息技术整合的思考与实践分析[J]. 考试周刊, 2020, (56): 153-154.
- [2] 蔡文龙. 例谈信息技术引领下的小学美术新课堂[J]. 文理导航(下旬), 2019(7): 73.