

# 基于核心素养的高中体育与健康教学策略探究

周晓燕

(陕西省汉中市镇巴县镇巴中学 陕西 汉中 723600)

**[摘要]**高中是学生课程最紧张的一段时期,学生每天最重要的就是学习文化课的知识,也因此很多学生都没有时间进行有效的体育锻炼。虽然在高中开设的有体育课,但是目前的体育课并没有起到应有的作用,而且也没有能够让学生进行全面发展。所以教师和学校要重视体育课,并且在体育课上要积极的进行教学活动,希望能够在体育课的学习中提高学生的核心素养,让他们的身心都能够健康的发展,并且也能够促进体育教学的发展。

**[关键词]**核心素养;高中体育;健康教学

**【DOI】**10.12252/j.issn.2096-627X.2020.08.467

教育主管部门根据教育现状和教育的发展,研究制定并明确要求教育实施与落实的学科核心素养。学科核心素养是指具体学科教与学中所表现出的思维方式、价值导向、观念驱使、作业工具、行为选择等,这就要求我们不仅是在教学生具体学科的知识,更要学生具备一定的自主学习、发展和创新的能力。

随着人们对生活的认识,对生命价值的重新定位。各级教育部门都重视学生的身体素质,要求从小学到大学都开齐开足体育与健康这门学科。高中阶段的学生已经具备一定的体育锻炼能力和自我提升的意识。因此,我们在体育教学中要重视学生体育学习和运动的主动性,并将体育学科的核心素养,即指导学生掌握基本的体育知识,具备应该掌握的各种体育运动技能,形成一定的体育运动精神,并在体育运动、体育精神的引领下形成积极的世界观、人生观、价值观等落实于具体的教学活动中。

高中生体育核心素养的培养,需要我们结合学生成长的特点,采取合适的教学策略来达成。一般来说,我们会在具体的训练项目中融入特定的核心素养,如体能的训练,我们可以在热身阶段的围绕操场跑的活动开展。对学生的意志力和目标的坚持,我们可以在长跑活动中推进和实施。对学生的忍耐力、爆发力、抗压性、团队精神、公平竞技等素养的培养,我们可以在团队竞技活动中开展,如在男生的篮球竞技活动中,组织班级内部和班级之间的对抗赛,培养他们的团队协作和配合,并对体育品质进行培养。

## 一、体育与健康学科核心素养培养的必要性

如今为了能够让学生更好的进行学习,教育一直都在不断的进行改革,学生的学习成绩已经不是现在教育的最终目标了,现在的教育不仅是为了让学生学到知识,也是希望学生在学习的过程中可以全面发展,每个方面都能够有所进步。高中体育与健康的教学,并不是简简单单的让学生进行锻炼,而是能够让同学们在这么紧张的学习中通过体育锻炼放松自己,也希望他们能够在体育的学习中培养核心素养。体育学科的核心素养的培养,可以让学生可以更好的适应周围环境,让他们可以通过锻炼来强身健体。还可以让同学们在体育训练中养成运动的好习惯,而且高中体育的教学并不是只有运动,还包括了健康教育,学生还可以通过健康的学习,提高自己的心理素质。在体育教学活动中还能够培养他们的体育精神,让他们明白团队合作的重要性,提高他们的公平竞争的意识,同时还能够让它们有挑战自我、不放弃的精神。

## 二、高中体育与健康学科核心素养培养的主要措施

### 1. 健康认知能力的培养

高中的体育课并不只是让学生进行运动,让学生了解健康知识也很重要。体育健康的教学一般都是在课堂中进行,讲的又是理论知识,所以教师在教学的时候,要合理的使用教辅,让学生在听课的时候不会觉得枯燥无聊。现在多媒体技术在教

学中使用的非常广泛,所以教师可以使用多媒体进行教学。体育健康主要就是让同学们了解环境、体育与健康之间的关系,让学生能够学会安全运动。教师可以通过多媒体放一些有关安全运动和体育健康有关的视频,并且教给他们如何预防运动损伤方面的知识,还可以通过讲解饮食和运动之间的关系,让同学们能够养成合理饮食的好习惯,并且还要让他们学会在合适的时间和地点进行锻炼。除此之外,还要让他们学会如何处理自己的情绪,释放自己的压力,让他们的身心能够健康的发展。

### 2. 体育精神的培养

体育精神一直以来都是我们宣传需要学习的,那么在高中体育的教学中也要对学生进行体育精神的学习。教师在上课的时候要让学生能够学会积极拼搏,提现自我的精神,要让他们能够体会到团结合作的重要性。比如在上课的时候,可以把学生进行分组,并且让他们小组之间进行比赛。就像男生可以分成几个小组打篮球比赛,在比赛前体育教师要把有关于篮球的比赛规则和其他一些相关的知识讲给学生,然后教师当裁判让他们进行篮球比赛;女生可以让她们进行运球过障碍接力,教师把运球的技巧告诉学生,然后示范如何进行运球过障碍,之后让女生分成小组进行比赛,看哪个小组用时最短。这样的教学方法,可以增强同学们的团队意识,并且比赛可以激发学生的积极性,而且也可以通过竞技让学生对体育精神有更深刻的理解。

### 三、结语

注重体育教学并且在教学中提升学生的综合素养对于学生的发展非常重要。但是培养学生的核心素养并不是短时间就能成功的,而是需要教师在教学中慢慢的对他们进行培养。教师在上课的时候要对自己的教学模式进行改进,多使用一些新的教学方法,并且还要依据每个学生的特点进行教学,多举办一些教学活动提高他们的积极性,并且在教学活动中逐渐的培养他们的素质,并且还能够在他们的身体和心理健康。对学生的学科素养的培养需要教师有耐心的去培养,这样不仅可以提高体育课堂的效率还能够使得学生更好的发展。

### 参考文献

- [1]周长存.在体育教学中落实学生核心素养培养[J].基础教育参考,2018(3):78-79.
- [2]曹均愉.高中体育与健康学科核心素养的培养路径探讨[J].体育时空,2017(12):143-144.
- [3]姜勇,王梓乔.对体育与健康学科核心素养内涵特征与构成的研究[J].中国学校体育(高等教育),2016(10).
- [4]邓镇东.浅析高中体育与健康学科核心素养教育[J].新课程(中学),2017(9).

# 基于创新能力培养的小学音乐教学研究与探索

巴合提古力·卡马

(新疆昌吉州木垒县第三小学 新疆 昌吉州 831900)

**[摘要]**伴随着我国教育事业不断的革新,艺术教育已成为大家关注的重点内容。在教学中发展学生的创新能力,不但可以提高小学生艺术核心素养,还能够促进学生个性化发展。同时,小学音乐教师需根据小学生的认知现状,打造出趣味浓厚、多元化的音乐教学活动,使学生处于轻松的音乐环境中,让学生更为轻易地感受音乐作品的价值,为学生成为创新型人才打下良好基础。此外,教师应顺应时代的变化,改变传统的教学观念,充分利用音乐教材,不断创新教学内容,提升自身的教学水平,使学生在音乐学习过程中提高自身的创新能力。

**[关键词]**创新能力;小学音乐;研究

**【DOI】**10.12252/j.issn.2096-627X.2020.08.468

## 一、小学音乐教学实践中对学生创新能力培养的方式

### (一) 积极渗透多元文化,提高学生参与兴趣

作为一名优秀的小学音乐教师,需要明白开展音乐教学的意义,对音乐教学的内容以及形式进行优化,将音乐教学内容与学生发展有机融合,打造出多元化的教学活动,使学生体会到多种类型的音乐文化,感受音乐作品中所涵盖的世界文化以及民族文化。与此同时,教师在组织学生学习音乐知识时,可以应用故事导入法,以此提高学生的兴趣,为课堂教学注入活力,让学生的音乐技能以及学习能力得到提升。比如,在学习人音版小学音乐《跳动的音符》这一内容时,教师带领着学生跟随音乐进行互动,可以向学生提出以下几个问题:“相信七个小人儿的故事大家都了解?那你们喜欢哪一个小人儿?为什么喜欢他呢?”问题提出之后,绝大多数的学生都已经被问题所吸引,积极与同学们进行讨论。伴随着课堂教学的热度逐渐增

加,教师可以顺势而入,将七个小人儿类比为音符,以七个音符当做游戏,当教师提到哪个音符,代表这个音符的学生就跳动起来。通过这样的形式,让学生在在游戏中掌握相应的音符知识,不仅能够让学生感受到音乐教学中的多元气息,同时还能够提高学生的兴趣,从根本上提高音乐课堂教学的质量以及效率。

### (二) 创新课堂教学方式,拓展学生知识视野

教师在开展语文教学活动时,需要巧妙地将多元文化渗透其中。教师需要对教学方式、教学观念进行更新,使学生从多个角度鉴赏音乐、感受音乐、发现音乐,让学生更为全面地懂得不同地域、不同民族的音乐特点,拓展学生的知识视野[1]。同时,教师还需要把基础的音乐理论知识与视听训练所融合,以此调动学生对于音乐的探究兴趣,让学生主动发现音乐作品中所隐藏的知识,使课堂教学效率得到提升。例如,教师在带领学生学习人音版小学音乐《小溪流水响叮咚》这