

# 音乐在初中体育教学中运用

汪恋

(江西省赣州市瑞金市云石山初级中学 江西 赣州 342501)

**[摘要]** 新课改背景下,初中体育老师要注重对创新教学理念和教学方法等的运用,只有这样才能改变初中体育教学的现状,让学生主动参与体育学习中,掌握丰富的体育知识,提高自身的体育技能和素养。音乐在初中体育教学中的运用,能够增强课堂的新鲜感,营造良好的课堂教学氛围,让学生的身心得到放松,这样可以更好地保证体育课堂教学效果。因此,文章对音乐在初中体育教学中运用的意义和策略进行分析和探讨。

**[关键词]** 初中体育;音乐;运用

**[DOI]** 10.12252/j.issn.2096-6288.2021.04.2077

随着素质教育的深入推进,初中体育在教学中占据着越来越重要的位置。为了更好地激发学生的体育学习兴趣,提高学生的心理素质,进而提高初中体育教学的实效性,很多教育者都将音乐融入初中体育教学中,并且大量教学实践表明,音乐是一种非常有效的教学方法和教学手段。下面笔者将根据自身的初中体育教学经验,对音乐在初中体育教学中运用的策略进行分析。

## 一、音乐在初中体育教学中运用的作用

### (一) 激发学生的体育学习兴趣

初中体育课堂教学中,如果学生无法感受到学习本身的乐趣,就会认为体育知识学习和体育锻炼都是在浪费时间和浪费生命,所以参与度不高。音乐在初中体育教学中的运用,在激发学生体育学习兴趣方面的作用突出,如果老师给学生播放节奏感较强的音乐,那么学生很容易随着音乐摇摆身体,主动进入运动状态。如果老师给学生播放舒缓型的音乐,那么将能够让学生闭上眼睛享受其中,可以让学生处于一种身心放松的状态。所以,老师根据教学需要,无论是播放哪一种音乐,都能够将音乐调动学生积极情绪的作用发挥出来,让学生由被动体育学习转变为主动体育学习,那么教学和学习的效果自然得到了保证。

### (二) 调节学生的不良情绪

初中体育中的项目众多,很多体育运动项目的难度都十分大,很多学生在还没有进入体育课堂时,就十分的紧张和焦虑,待进入体育课堂的学习之后,其紧张和焦虑的情绪更加严重,这将会影响学生的运动状态,反而会对自身的体育学习带来不利影响,甚至容易发生一些安全问题。音乐在初中体育教学中的运用,老师可以在学生学习新技能时播放音乐,帮助学生消除紧张、焦虑等不良情绪,还可以在学生遇到难题时播放励志的音乐,帮助学生消除负面情绪,这样就能够提升学生的体育锻炼自信心,提高学生的学习效率。

## 二、音乐在初中体育教学中运用的策略

### (一) 合理选择音乐,让音乐和体育的动感相结合

初中体育教学中,老师只有根据课程的特点,实施特色化的教学,才可以取得令人惊喜的教学效果。音乐和体育教学的结合,能够实现体育教学的现代化,所以老师要把握音乐和体育的共性,在体育教学中选择音乐时,要确保音乐的节奏感与运动的节奏相匹配,利用音乐帮助学生把握运动的节奏,进而在准确的运动表现中,提高自身的运动技能。

比如在武术教学中,选择《男儿当自强》等音乐,让学生在训练中更好地把握武术运动的节奏感和协调性;在长跑教学中,选择《阳光总在风雨后》等音乐,帮助学生舒缓疲劳,增强耐力,敢于直面困难,对跑步的节奏进行感知。由此可见,针对不同体育课程的教学,通过对不同音乐的合理选择,能够将音乐辅助学生体育学习的作用发挥出来,进而提升体育课堂教学的效果。

### (二) 根据课堂不同环节,选择不同音乐

初中体育课堂教学包括准备环节、教学环节以及结束环节,针对课堂不同环节,老师要善于选择不同的音乐,以发挥音乐在体育教学中的积极作用。

#### 1、准备环节

传统的初中体育教学中,课程准备阶段,通常是采取一成不变的热身方式,不仅难以激发学生的学习兴趣,也难以保证学生真正做好热身。在追求创新体育教学的今天,此种教学准备方式已被淘汰,要将兼具趣味、活力的锻炼活动引入准备课程中,其中音乐与准备课程的融合,就是一种非常有效的方式。老师可选择《骑马歌》《健康歌》等欢快的音乐,以节省学生进入课程准备的时间,让其在音乐的带动下,高质量的完成课程准备。需要注意一点,老师所选音乐最好不要过于追求流行,那样只能过分吸引学生的注意力,反而会对课程准备带来不利影响。所以,对适宜、健康音乐的选择,能让学生做好充分的课程学习准备。

#### 2、教学阶段

在体育课程教学阶段,温和音乐更有益于感染课堂氛围,让学生在身心放松的状态下学习,保证教学品质。比如长跑练习中,将不同节奏的音乐与不同速度的跑步练习结合起来,快节奏的音乐对应快跑,慢节奏的音乐对应慢跑,提高对学生反应能力、敏捷度和耐久力的培养效果。音乐在初中体育教学中的运用,使体育训练越来越有趣和生动,能更好地达成预设的体育教学目标,提高体育教学的质量。

#### 3、结束环节

学生在经历课程准备和课堂训练之后,身心处于俱疲状态,此时通过对舒缓型音乐的播放,能让学生的身心得到放松,消除疲劳,保证课堂教学的完整性。所以,老师可以将《小夜曲》这类舒缓音乐引入课程结束阶段,让学生在轻柔曲调中做一些放松活动,完美的结合体育训练课程。

### (三) 不同教学情景,选择不同的音乐

在不同体育教学情景中选择不同的音乐,有利于实现学生动作节奏与音乐节拍的和谐统一。比如障碍跑体育运动情景中,播放《超越梦想》背景音乐;篮球体育运动场景中,选择《土耳其进行曲》背景音乐。保证最佳课堂教学氛围的营造,提高体育课程的开展效果。

#### 总结

综上所述,音乐在初中体育教学中的运用,能让学生处于最佳的音乐学习状态,掌握体育运动的方法和技巧,促使学生体育运动能力和体育素养的提高,并达成预设的体育教学目标,对其推广应用意义重大。

#### 参考文献

- [1] 张义国, 李美华. 中学体育教学有效运用音乐的策略探讨[J]. 中华少年. 2019(07).
- [2] 苏晓红, 邵立国. 对初中体育教学心理气氛的透视[J]. 教学与管理. 2011(18).