

# 体形健美操教学与德育融合的策略探析

◎ 吴 婕 / 天府新区航空旅游职业学院 四川 眉山 620860

**摘要:**体形健美操教学与德育融合有助于学生的道德素质提升和良好品德培养。本文首先阐述了体形健美操教学与德育融合的必要性,随后从互动式教学方法、课程竞技特点、课堂纪律性特点、创新教学内容四方面介绍了德育在体形健美操教学中的具体融合策略,希望在塑造学生良好体形、锻炼学生身体的同时,实现德育目的。

**关键词:**体形健美操;德育教学;集体主义精神

随着素质教育改革的深入,各个学校都开始重视体育教学的推行,体形健身操课程因为具有较强的健身和塑体作用,所以受到诸多学生的关注和喜爱。学校积极开展体形健身操课程不仅能够促使学生身体协调性与柔韧性得到提升,对学生仪表形态塑造、身体素质水平好审美情趣提升皆具有积极作用,而且体形健身操课是一个团队活动,对学生团队合作能力和良好品德具有培养价值。“体育”、“德育”内容和目标侧重点各有所不同,可是两者存在紧密关联,良好的体育教学可以实现德育目的,而德育融合在体育教学中可提升体育教学效果,体形健身操课程就能将体育和德育两者紧密结合起来。体形健身操课能够满足学生对新鲜事物、运动美、形体美的追求,其会让将学生的内心情感融入到肢体动作中,有助于学生良好精神的培育,从而实现德育目的。

## 1 体形健美操教学与德育融合的必要性

体形健身操课将健身、形体、音乐、舞蹈和集体操融为一体<sup>[1]</sup>,在学校有着较高的普及性。目前学校开展的体形健美操课向学生讲解体形健身操有关的基本理论知识与技术动作,目的在于提升学生韵律感与动作表现力,让学生能够呈现出具有较强力量感和美感的体形健身动作。体形健美操课程是传统健美操课程中融入形体训练,其不仅能够强身健体和塑造形态,而且还可以体现健美操的竞技性质。整个体形健美操运动过程中都需要背景音乐的加持<sup>[2]</sup>,体形健美操本身是一种力量感和节奏感强的运动,所以选用的音乐也具有较强的节奏感和动感<sup>[3]</sup>,清晰的鼓点能让学生更为准确呈现自己的动作,同时音乐熏陶陶冶学生情操。

体形健美操教学与德育的有效融合符合素质教育目的,促使学生坚持体育锻炼,同时可以对学生的社会责任感、团队荣誉感、爱国主义等精神进行培育,让学生真正意义上实现德智体美全面发展。体形健美操教师要将德育内容融入到具体的教学内容和教学方法中,通过规范化、细节性教学向学生展示体形健美操课程具有的交往、实践、纪律、竞技、集体等特点,从而提升学生的团队合作、实践、竞技能力,让学生成为一个遵守规则、具有集体主义精神的人。

## 2 体形健美操教学与德育融合的具体策略

2.1 采用互动式教学方法培育学生团队合作能力 体形健美操课程的两个参与主体分别是学生和教师,学生和教师是以独立个体身份参与到团队活动中,学生、师生之间的良好互动才是课程顺利开展的前提保证。因此,教师可采用互动式教学,让学生意识到体形健美操课程蕴含的团队合作精神。学生人数的众多决定了教师难以对学生展开一对一教学,学生独自练习难以发现自身动作中的不足,此时小组练习就能解决这一问题,学生两两组成一个小组,小组成员可以互相指出对方动作中的错误。另外,互动式教学还体现在师生之间的互动上,教师不能

成为只讲不练的纯粹理论者或是只练不讲的纯粹实践者,虽然体形健身操课是一门偏实践的课,可是其依旧有自己的理论知识,理论知识的讲解和梳理能让学生认识到体形健身操课的重要作用。因此,教师应在体形健身操课中成为理论和实践的兼顾者,课程由理论开始,让学生明白需要干什么,逐渐过渡到实践,让学生明白怎么干,最后由理论结束,让学生明白这么做的理由,促使学生知其然知其所以然。教师的理论讲解或是动作示范都应和学生密切互动,时刻关注学生的反应,根据学生的反应做出调整。生生、师生的良好互动会让学生认识到团队的重要性,作为团队一分子,学生会尝试融入其中并发挥自己在团队中的作用。

2.2 利用课程竞技特点培养学生实践能力 体形健身操课具有较强的竞技性特点,学生要想表现出较高的竞技技能,就需要经过反复练习实践,同一个动作练习多次,对学生来讲是一件较为枯燥的事情,学生唯有具备较强的意志力才能支持其不断练习,直到最后呈现出协调性、节奏性以及准确性的动作<sup>[4]</sup>。体形健身操课教师应当在课程中充分体现课程的竞技特点,激发学生的好胜和进取心理,让其在该心理的驱使下通过反复的实践练习,提升自己的动作规范性。多次反复实践练习会让学生认识到实践的重要作用,促使学生成长为一个动手能力强的人。

2.3 基于课堂特点培养学生纪律性 相较于其他课程而言,体育类课程的课堂秩序不够强烈,但这并不意味着体形健身操课没有纪律。和谐的师生关系有利于调动学生学习积极性,这要求教师不能在课堂上过于强调教师权威,教师应当将学生置于和自己对等的位置,学生可以质疑教师所讲内容、所示范动作,但是不能挑战一些既定规则。例如,不迟到、不早退、不旷课、不冲突等是课堂的基本要求,学生应当完全遵从这些纪律,这是作为学生的基本义务。弱化教师权威并不代表教师的话语学生都可以质疑,教师要善于应用课堂和竞赛规则去制约学生,在规则之内给予学生充足的质疑权利,让学生能够配合教师的教学。

2.4 创新教学内容培养学生集体主义精神 体形健身操课是一个大众运动,学生之间的相互配合对课堂质量提升至关重要<sup>[5]</sup>。但现在很多学生都是独生子女,其在家里得到诸多家人的宠爱,养成了“说一不二”的霸道性格,在集体活动中只顾讲出自己的想法,不愿意倾听其他人的想法,或者对他人的意见不甚在意,这不利于学生在未来更好地融入到社会生活中,对学生工作适应力的提升也有一定阻碍作用。体形健身操教师可以创设诸多集体游戏或是活动,能够让学生参与其中。例如,教师可将学生划分成两组,两组形成竞技组,比赛内容就是课程所学动作,团队竞技和个人竞技有着较大区别,唯有团队每个人都表现良好时,团队才会取胜。此时,学生作为团队中的一员,不仅会配合团队提升自己的动作,不成为团队竞技的拖累者,同时会帮助其他团队成员完善动作,提高团队整体动作的规范性。这种团队性游戏有助于培养学生的集体主义精神,促使学生意识到团队合作能够发挥出“1+1>2”的效果,提升学生的集体荣誉感与责任感。在游戏结束后,教师的点评要向学生传达“友谊第一,比赛第二”的思想,让学生领悟到竞技是一种提升学生动作技术的手段,而学生之间的友谊才是竞技目的所在,学生要赢得起、输得起,能够为对手鼓掌,让学生用坦然的心态对待人生中可能会遇到的输和赢,锻炼学生的抗打击能力。(下转第112页)

作者简介:吴婕(1989年4月),女,汉族,籍贯:山西太原,学历:本科,专业:体育教育,研究方向:形体健美操,职称:讲师。

# 学科核心素养下高中生英语学习能力的培养探究

◎ 其梅玉珍/西藏日喀则市第三高级中学 西藏 日喀则 857000

**摘要:**目前我国正处于新课程标准改革的关键时期,各学科教师都该将培养学生的核心素养视为核心目标,并且积极进行课程改革,实现真正意义上的高效课堂构建。其中高中英语的教学改革受到了教育部门的高度重视,尤其是西藏地区,学生普遍存在英语基础不弱、语言能力发展较慢的问题,为此教师首先应将核心素养下学习能力的培养视为首要教学任务,并以此为基础探索有效策略。基于此本文将深析分析西藏地区高中生学习能力的培养方法,以供参考。

**关键词:**高中英语;学习能力;学科核心素养;培养探究

西藏地区高中生在英语学习过程中存在学习目标不明确、缺乏学习自信、英语基础偏弱、学习方法不规范等问题,在新课程改革的形势下教师想要提高教学有效性、提高藏区学生英语核心素养就必须要对现行的课程教学模式进行优化与创新,期间重点培养学生的学习能力,在尊重他们主观能动性的前提下组织多元化的课堂活动,保证每一名学生的积极参与,从而强化教学效果,实现理想化教育目标。

## 1 注重情境创设,深化学生学习兴趣

兴趣的培养是教学成功的关键,西藏地区高中生在学习英语知识的过程中经常处于思维固化状态,他们被动地对知识进行记忆,难以在后续学习与生活中将所学灵活运用,为此想要强化教学效果、提高学生整体的学习能力,教师首先要激发他们对英语知识内涵的探究欲望,期间可以借助信息技术手段科学地在课内创设情境,将抽象知识转化为具象化资料,这样一来能提高教学的趣味性,学生也能消除自身的抵触心理,主动探索知识内涵,并且投入自身的真实情感,从根本上提高对英语知识的理解能力,为后续学习奠定坚实的基础<sup>[1]</sup>。

例如教授人教版必修二 Unit 2《Wildlife protection》时,教师可以在PPT中展示各种野生动物的照片,如 elephant、giraffe、zebra、rhino 等,因此来完成情境的创设,学生的注意力或被快速吸引,他们会在好奇心与求知欲的基础上对课内知识进行自主学习,其后教师在积极、活跃的课堂氛围中对阅读文本内容进行详细解析并提出思考问题,如“How did the antelope feel?”、“Why are people hunting the Tibetan antelope?”等,深化教学,保证在自然状态下提高学生的学习能力。

## 2 构建知识体系,降低课堂教学难度

为保证学生学习能力的提高,教师必须要强化他们对基础词汇语言、词义、语义以及相关固定搭配的掌握能力,只有做到这一点才能提高他们对语句、语段的理解水平,从而从根本上保证教学的有效性,在此期间教师可以通过对单元教学重难点的明确来展示词汇教学的思维导图,以此来构建出完整的知识体系,将已学知识、新知识、拓展知识有效串联,深化学生的理解与记忆,他们会在此基础上通过课后复习巩固将所学知识内化,并

掌握相关的学习技巧,提高学习的效率与质量。

## 3 鼓励学生质疑,展现英语语言魅力

高效的英语课堂核心应该是学生而非教师,因此在课程改革期间教师必须将学习的主动权交到学生手中,不一味地进行知识点的分析,鼓励同学们对所学内容提出质疑<sup>[2]</sup>。如在展开阅读教学的过程中,教师将具有特殊含义的语句进行重点标注,并鼓励同学们以小组的形式对其进行深入分析,引导他们结合自己的生活实际与思想认知提出疑惑,这样一来多元思想的碰撞能很好地展现出英语语言的魅力,同学们也能在不断提出质疑和解决问题的过程中养成良好的学习习惯,最终在潜移默化中实现学习能力的提高,促进他们核心素养的发展。

## 4 组织合作活动,提供自由交流机会

合作探究是高中时期教师提高学生学习能力、思维能力、语言能力的有效途径,采取这一教学模式期间课堂氛围会轻松、欢快,同学们的学习热情会变得高涨,他们愿意主动将自己的所思所想与教师或其他同伴交流,从而得到英语知识学习与运用能力的提升<sup>[3]</sup>。期间教师可以通过多种形式组织同学们参与合作活动,如情境表演、小组竞赛、主题辩论等,为他们提供合作学习、交流互助的机会,最终深化他们对英语知识的认知,也能激发他们的英语思维,最大程度上实现教学效率的提高,促进高中生学习能力的发展。

如在教授人教版必修一《Travelling around》一单元时,教师要求同学们每五人为一组制定集体旅行计划,为他们提供畅所欲言的机会,在合作过程中的组员之间可能存在不一致的情况,教师要鼓励他们阐述自己认可或质疑这一观点的理由,期间所有人都能实现语言应用与情感表达能力的提升,熟练掌握旅游计划的设计结构,为他们后续的学习和发展提供坚实的保障。

## 5 结束语

综上所述,西藏地区高中生由于家庭环境、学校教育等多重因素的影响未能在小学、初中时期打下良好的英语基础,因此他们在面临高中高难度知识时容易产生恐惧、抵触心理,无法发挥出学习的自觉性,严重缺乏自信心,为此课程改革期间教师应将培养他们的学习能力视为首要目标,并通过情境创设、知识整合等方式提高教学有效性,从根本上夯实学生的英语基础,进一步实现培养学生核心素养的理想化目标。

## 参 考 文 献

- [1] 黄颖. 英语学科核心素养背景下高中生思维能力的培养策略[J]. 中学课程辅导(教师通讯), 2019, 20: 118-119.
- [2] 赵红艳. 浅谈核心素养视角下高中生英语学习能力的培养[J]. 内蒙古教育, 2019, 15: 123-124.
- [3] 周洁. 核心素养下高中生英语学习能力的培养现状的调查研究[J]. 校园英语, 2020, 10: 191-192.

(上接第 111 页)

## 3 结束语

综上所述,体形健身操运动具备的艺术特征较为强烈,体现出艺术与素质的紧密结合,学生的动作能够展示形态美、音乐美、动作美、精神美。体形健身操教师根据学生特点以及学情情况,采取多元化教学方法、设计合理教学活动、创新教学内容,能为学生创造和谐、愉悦的课堂学习氛围,让学生在在学习和掌握体形健身操理论和技术的同时,感受课程中蕴含的团队合作与实践意识、纪律性、集体主义精神,实现体育和德育的高度融合,推动学生的全面发展。

## 参 考 文 献

- [1] 温宇蓉. 高校健美操课蕴含的美育和德育价值研究[J]. 山西能源学院学报, 2020, 33(03): 53-55.
- [2] 董文华, 陈恋青. 德育在健美操教学中的渗透途径——略谈立德树人[J]. 当代体育科技, 2019, 9(14): 128+130.
- [3] 唐玥. 探析高职体育健美操的教学策略[J]. 休闲, 2019, (04): 139.
- [4] 徐文娟. 浅谈立德树人背景下的健美操课堂教学[J]. 灌篮, 2019, (09): 88.
- [5] 朱霞梅, 蒋明明, 秦春辉. 在专业课程教学中融合德育教育的思考和探索[J]. 上海理工大学学报(社会科学版), 2003, (01): 56-59+62.