

高职院校健美操课堂改革与教学融合研究

缪慧梅

苏州工艺美术职业技术学院 苏州 215104

【摘要】课堂改革与教学相融合作为当代教育理念的一项改革创新，目的在于打破各课程与学科之间存在的壁垒。将学校教书育人的理念深入切实地落实到平时的课堂教学中，并充分发挥所有学科和课程改革育人的功效，从而达到德育树人的最终目标。本文以健美操教学为实例，分析了高职院校健美操课程的教学现状，实施课堂改革与教学融合的重要性以及相应的途径和策略。旨在发挥健美操课程的育人功能，进而达到其在增强体质同时能够磨炼意志、健全人格、树立正确的价值观和人生观和享受体育锻炼的乐趣。

【关键词】课堂改革；健美操；教学；融合；改革创新

Research on the Integration of Aerobics Classroom Reform and Teaching in Higher Vocational Colleges

hui-mei Miu

Suzhou Arts and Crafts Vocational and Technical College, Suzhou 215104

Abstract: The integration of classroom reform and teaching, as a reform and innovation of contemporary educational concepts, aims to break down the barriers between each curriculum and each subject. The concept of school teaching and educating people will be deeply implemented into the ordinary classroom teaching, and give full play to the effect of all disciplines and curriculum reform and education, so as to achieve the ultimate goal of moral education and cultivating people. Taking aerobics teaching as an example, this paper analyzes the teaching status of aerobics curriculum in higher vocational colleges, the importance of implementing classroom reform and teaching integration, and the corresponding ways and strategies. The aim is to give full play to the educational function of the aerobics course, so as to temper the will, improve the personality, establish the correct values and outlook on life, and enjoy the fun of physical exercise.

Key words: classroom reform; aerobics; teaching; integration; reform and innovation

1 引言

在教育部印发的《关于全面深化课程改革落实立德树人根本任务的意见》(教基二[2014]号)中明确指出：“立德树人是发展中国特色社会主义教育事业的核心所在，是培养德智体美劳全面发展的社会主义建设者和接班人的本质要求。”在党的十九大报告中，习总书记提出要“加强和改进思想政治工作”。习总书记还在全国高校的思想政治会议上指出并强调，高校“思想政治理论课要坚持在改革中加强，提升思想政治理论亲和力和针对性，满足学生成长发展需求和期待，其他各门课都要守好一段渠、种好责任田，使各类课程与思想政治理论同向同行，形成协同效应”。

改进与强化改革工作对高职院校而言因以改革教育的创新为基石。目前，改革教育仍处在改革创新的快速发展期，高职院校有必要将思想政治教育引融合到各类

体育和文化课程的教学中，以提升学生的思想道德素质。一方面，健美操课程是高职院校体育课的重要组成，在改革教育方面肩负着重要的责任，并在改革教育方面表现出独特的优势，课程改革的融入必将推动高职院校体育课程的教学改革。另一方面，健美操课程为高职院校的校园文化可持续建设提供了源源不断的动力，同样作为改革教育不可缺少的内容，在培养高职学生的价值观、人生观和世界观，以及文化遗产与历史认同感方面起着不可估量的作用。

2. 高职院校健美操课程的教学现状

2.1 教学课程内容

由于受传统教育观的影响较深，目前高职院校的健美操课程教学总体呈现内容单一，大部分教学老师墨守成规，不具备应有的创新能力与意识，组织的课堂活动和构建的课程情境缺乏观赏性，设计的健美操动作简单、

变化小且重复较多, 所配的音乐节奏常以迪斯科鼓点为主, 没有突出和鲜明的风格, 让学生们觉得是在跳广场舞, 不能激发他们的兴趣与积极性。其次, 健美操课程设计没有突出针对性, 不能满足学生们的多元化需求, 仅仅是为了应付考试而已, 很难从中体会到练习健美操的乐趣。此外, 所用的课堂教材过于陈旧, 不顺应时代的步伐, 在教学过程中过于注重技术动作, 不够重视健美操运动所传递的思想和理念, 因而无法完美的展示健美操本身所具有的独特魅力, 最终导致健美操教学育人的目的得不到充分实现, 学生的个人素养也得不到进一步的提高。

2.2 教学方法与理念

健美操教学的目的是激发学生们心中的喜爱之情, 引导他们体验健美操给他们带来的生活乐趣以及培养持之以恒的运动习惯。然而在实际教学过程中, 通常是先由老师演示整套动作, 然后让学生仿照练习, 这样不仅让学生感觉课程枯燥乏味, 且难以发挥他们的主观能动性。其次, 当前的高职健美操教学理念过于陈旧而且相对落后。相比于传递健美操的育人理念和体育精神, 教学老师更侧重于技术动作的熟练掌握和学生的达标测试成绩, 成为典型的应试教育, 完全颠覆了健美操教学的初衷。

2.3 学生素质

与其它体育运动项目不同, 健美操同时具备体育性和艺术性。在平时的课程教学与训练中, 对学生身体的协调性和柔软性, 以及肌肉的力量性均具有较高的要求。很多学生在接触到健美操课程时并没有经过相应的协调性和柔软性训练, 同时也缺乏这方面的经验, 使其在学习和训练中不能很快、很好地领会各个动作的技术要领, 常常出现练习失败的情况, 长此以往, 不但阻碍了学习进度, 而且会打击学生的自信心, 产生自卑、焦虑、恐慌甚至厌学等心理问题。

2.4 教学评价体系

目前, 一些高职院校虽然高举课程改革的大旗, 但是在具体的工作实践中并未建立对教师德育评价的评价体系, 也没有相关的组织活动, 从而导致了除改革老师外, 其它课程的相关教师并没有将德育内容融入到平时的课堂教学中的局面。

3 高职健美操课堂改革教学势在必行

3.1 可行性

健美操作为高职体育教育中的一门基础课影响每个

学生的学习和成长。健美操是一种将舞蹈、体操和音乐相结合的运动, 也是一种人与人情感交流的载体, 同时具备传递思想的功能。健美操是校园文化建设的动力源泉, 学生在锻炼身体的同时, 也在陶冶和培养自身的情操和思想道德涵养。因此, 健美操教学内容本身就包含有思想政治元素和体现社会价值的正确内容。所以, 不能把健美操教育当成是单纯的健身运动来授业, 而要通过其内在的涵养来提高学生们的文化素质, 让学生树立正确的思想观念, 发挥健美操育人树德的功效。高职健美操教学致力于培养学生们的体育综合素质, 提高自我学习能力和综合文化素质, 以适应我国教育发展的新形势和高速发展的社会体系。除此之外, 高职院校的学生正处于思维活跃期, 而且个性鲜明独特, 而改革教育是一个潜移默化的过程, 教师在充分认识学生思想特点基础上, 通过精心设计课程内容和教学环节, 便可以将改革教育无声的贯彻到整个教学过程中。

3.2 必要性

在高职院校体育教育的基础课程中, 健美操具有相对重要的地位, 这为健美操教学中实施“课堂改革”创造了有利的客观条件。另外, 在教学过程中, 教师会向学生介绍健美操的发源、背景和蕴含的文化, 以及它所包含的价值观与意识形态等, 这些都将成为培养学生形成正确的价值观、人生观和世界观产生积极的影响。因此, 在健美操教学过程中适时、适量地输入人生观和价值观取向, 不仅有利于他们树立规范意识、创新意识和纪律意识, 还能让他们养成平等互助、团结协作和尊重宽容的合作意识, 同时形成良好的职业道德和素养。使还能培养团队意识和人文素养, 把学生的教育方向, 进而达到改革教育的目的。所以, 高职健美操课程的建设 and 改革以及改革与教学融合势在必行。

3.3 功能性

首先, 高职健美操课堂改革教学具有德育功能。赫尔伯特认为教学如果没有与道德教育结合, 这只是一种没有目的性的手段而已。因此, 高职健美操课程教学的基本功能是德育教育, 也就是品德的培养与熏陶。通过寓教于乐的中心思想, 让学生在教学过程中培养乐观的精神, 在动作的编排中提升创新能力, 在队列的设计中树立团队意识, 在竞赛中养成竞争、规则和公平的意识。其次, 高职健美操课堂改革教学具有提高创新思维能力的功能。创新是促进健美操快速发展的有效途径。健美操需要在动作、服饰、风格和音乐等方面加以创新与探

索, 健美操的发展便意味着思维创新能力的提高。教师在教学过程中不仅要传授具体的动作和技术要领, 还要鼓励学生自我创新。因此, 健美操教学对于提高创新思维能力具有不可估量的作用。

4 课堂改革融入健美操教学的策略与途径

4.1 提高教师的德育教育技能

教书育人是每一名教师肩负的光荣使命, 因此, 教师们应该了解和掌握学生的心理特点和思想感情特征, 实行因材施教的教学方式。高职院校应当有计划、有规律地组织健美操教师学习思想政治, 以马列主义、毛泽东思想和邓小平理论武装自己, 做到与时俱进, 努力提高自己的思想道德水平和德育教育技能。借助学校和新闻媒体用正确、积极的舆论来宣传和鼓舞健美操教师, 提倡师德在于对教育事业和学生的爱, 教师的价值在于无私的奉献, 并从稳定心理素质、端正教学态度和思想、加强改革工作等这些方面来提升教师修养。此外, 健美操教研室要定期进行集体讨论, 共同研究和制定德育教育的内容和方法, 也可以实行集体备课方案, 将健美操课程教材中的德育知识渗透点列出来并加以研究和讨论, 同时还可以要求教师在备课和教学时将这些德育相关的知识点做好课程设计, 然后在课堂教学中具体实施。

4.2 积极开展第二课堂教学

针对一些热点问题以及大众关注的道德文化差异等问题, 可以开展第二课堂, 组织学生进行思考和讨论, 也可以借助智能交流话信息平台获得学生们的反馈。通过加入文化和价值观比较的内容, 对学生的价值观和人生观进行引导和渗透, 从而保证学生在课堂外仍可以接受改革教育。第二课堂的开展方式多种多样, 包括学习与交流、学校组织各类社团、课外实践活动和在线平台讨论等等。实行第二课堂教学有利于丰富课程内容, 活跃教学氛围, 激发学生们的兴趣和能动性, 又能帮助学生培养正确的人生观和价值观以及高尚的政治素养。

4.3 合理运用数字化教学设备

在当前数字媒体迅速发展的新时代背景下, 教师可以通过合理使用数字化教学设备构建生动有趣的、令人愉快的教学情境, 从而优化教学气氛, 吸引学生的眼球。音乐是健美操运动中不可或缺的因素, 不仅能带动节奏感, 还能缓解运动过程中的疲劳。动态的有韵律的音乐可以促进健美操教学效果。在课程准备阶段, 教师可以根据学生的喜好特点, 并结合教学内容, 选择合适的、基调相符的音乐, 在音乐的情境下演示动作要领, 可以

让学生更加深刻地体会健美操之美, 更容易地掌握技术动作, 更有效地激发学生的兴趣。同时, 也可以通过视频剪辑和慢放等途径来更加生动形象地展示健美操动作, 加深学生对技术要领的记忆。此外, 健美操教学还应注意理论与实践相结合, 利用多媒体设备授课, 做到课前了解健美操基本步法, 引导学生先观看分析, 后结合认识去实践。

4.4 创新教学过程, 强化合作意识

在传统的健美操教学方法中可以融入学生们感兴趣的内容, 使学生在愉悦的情境中获取更多的知识和文化。分组合作是学生们比较喜欢的方式, 既可以保证课堂效率, 也可以提升学生们的合作和责任意识。在合作过程中, 既发挥了学生的主观能动性, 互帮互助, 及时纠正存在的问题, 又在无形中加深了同学间的友谊, 同时学习效果也能得到进一步的提高。另外, 教师在教学过程中还可以有目的地培养学生的创新思维, 引导学生利用所学的理论知识, 编制新的动作和口号, 充分激发学生的积极性和参与热情, 突显学生的个性和风采。除此之外, 教师还可以积极组织丰富多彩的校园实践活动, 为学生们创建更广阔的学习平台, 让学生在实践过程中磨炼自己的意志, 增强集体荣誉感和自信心, 让学生日渐感受到健美操运动的重要性。

4.5 建立有效合理的评价体制

健美操教学评价主要是以学生在整个学习与练习过程中的综合评价来呈现的, 意义在于新的评价体系不在只针对学生的运动成绩, 而是通过不同的指标对学生整个学习过程进行考核评价, 动态地考察学生的各项指标, 保证教学意见能得到及时的反馈, 并能做出及时的调整, 从而使综合考核评价内容与课程的教学目的相一致。

5 高职健美操课堂改革教学成果体现

课堂改革教学成果的体现是无法量化评价的, 但是这可以从学生在课程教学过程中的课堂表现以及精神面貌状态体现出来, 也可以从与学生的交流中获知, 具体可以表现在以下几个方面。(1) 通过合作竞争, 增强了班级集体凝聚力, 各小组成员在合作中交流增多, 彼此的友谊得到进一步增进。(2) 通过课堂活动比赛, 学生的进取心和竞争意识得到了显著提高, 有助于他们敢于挑战自我和挑战时代, 以强者姿态立于世。(3) 通过引进民族风和中国风元素, 提升了学生的积极性和主观能动性, 有利于牢固掌握技术动作, 提高自主创新思维能力。(4) 通过引入数字化多媒体

网络教学, 学生的自主能力得到明显增强, 自主管理能力与约束能力进一步加强。

6 结语

健美操课堂改革与教学融合是当今教育所流行的大趋势, 对于高职院校体育教育而言更是势在必行。对于

学校而言, 要尽可能地将课程改革的内容融入到平时的健美操教学课程中, 从而突显课程改革的价值。对于教师而言, 要积极并主动地设计和安排改革教育内容, 将其渗透到平时的教学知识点中, 在潜移默化中培养和提升学生的道德素质修养。

参考文献

- [1] 课程改革理念下高职院校健美操课程教学改革探究[J]. 张巧云, 韩智超. 高职教育研究. 2020(1).
- [2] 高职院校健美操课程教学改革策略[J]. 刘雪菲. 体育视野. 2020(11).
- [3] 改革教育融入大学英语课堂教学的探讨[J]. 胡赟. 产业与科技论坛. 2021(21).