

# 健美操专业大学生创新能力分析

李恩瑶

(菲律宾碧瑶大学)

**摘要:** 随着近年来素质教育的不断深入在开展, 现代大学生的教育是已经不仅仅局限于学生的专业教育, 更重要的是对学生的创新能力和综合素质进行培养培育创新型的人才有助于推动我国现代化社会的发展, 这也是现代高校进行体育改革的一项重点内容, 针对新课程改革教育人员需要针对健美操专业的学生进行相应的分析, 并对健美操专业学生的创新能力进行培养, 培养学生的自学能力和创新意识。通过这种方式能够有助于促进健美操专业学生的综合素质不断提升, 对于优化现代教学工作的教育质量来说, 有十分积极的作用。

**关键词:** 健美操; 专业教育; 创新分析; 大学生教育

**Abstract:** With the continuous development of quality education in recent years, the education of modern college students is not only limited to students' professional education, but more importantly, it is helpful to cultivate students' innovative ability and comprehensive quality and cultivate innovative talents. In order to promote the development of my country's modern society, this is also a key content of sports reform in modern colleges and universities. In view of the new curriculum reform, educators need to conduct corresponding analysis on the students of aerobics major, and cultivate the innovative ability of aerobics major students. , cultivate students' self-learning ability and innovative consciousness. In this way, it can help to promote the continuous improvement of the comprehensive quality of aerobics students, and has a very positive role in optimizing the education quality of modern teaching work.

**Key words:** aerobics; professional education; innovation analysis; college student education

随着近年来我国现代教学环境的不断优化和转变, 创新教育在个体教育人员在开展教学活动时, 需要了解不同学校以及不同专业的教学方案, 并对其进行进一步的优化, 只有这样才能够使教育工作的整体质量得到提升。每个人的创新能力都是无穷无尽的, 而在这一背景一下, 我国现代教育人员提出了素质教育和创新教育的教育理念以及教育方向, 在开展大学生的教育时, 不仅需要对学生专业的专业素质进行培养, 同时还需要培养学生的创新能力和自我学习能力。

## 一、创新能力培养的概念以及意义

### 1. 健美操创新的基本概念

健美操在进行创新时, 这一概念所指的是结合各个阶段的健美操学生的发展要求以及规则, 根据其特点对其进行有效的创新。而健美操动作优美丰富, 并且具有极高的艺术性, 健美操的创新和创业的特征, 通过对身体姿势以及动作轨迹进行科学合理的调整, 能够形成一个完整的套路, 一方面来说对学生的创编能力进行培养, 能够激发学生的思考能力, 同时还能促进学生不断在学习过程中挖掘自身的潜能, 充分展现自己的才能, 为健美操行业的发展注入新的血液。健美操在进行创编时, 对于学生的综合素质要求较高, 而任何健美操动作都包含身体姿势、运动轨迹、动作时间、动作速度、动作频率、动作的力量以及动作的节奏 7 个要素构成, 并且在进行创编时还需要考虑到整个健美操活动的队形变化, 并且确定动作在进行过程中是否会受到场地和设施等多方面的影响, 在进行套路和动作的创编时, 整体都需要具备较高的新颖性和艺术性。创编能力本身对于学生来说就属于一种综合能力, 其中包含的不仅仅是学生对于健美操的认知, 同时还包括学生的相关理论知识积累以及专业的动作状况, 所以想要对健美操专业的学生进行创编能力的培养, 就需要针对其综合素质进行培养, 通过这种方式使健美操教育工作能够更为顺利的开展。

### 2. 健美操创编能力培养的重要意义

在对学生的创编能力进行培养时, 教师需要对学生进行有效的引导, 并且在整个教学活动中将学生作为主体, 使学生在学期间不断的实践和思考。在现代教学环境中, 教职人员发现通过有效的培育与创新教学, 能够使学生更好的掌握身体的律动, 并且学生在完成健美操的创编后, 还能够体验到成功的企业, 这也有助于激发学生的创编动机, 提高学生对于创编产生的浓厚兴趣。

除此之外, 对学生进行有效的创编能力培养, 能够有助于满足

人们对于体育日益增加的需求, 在现代社会的环境中, 学生不仅需提高自身的能力, 同时需要重视自身的创新能力, 再开展健美操的创编时, 实践过程中不仅仅是要求学生进行动作的模仿和记忆, 更加需要重视关于健美操相关知识的掌握, 对技术和技能进行合理的创新应用, 才能够起到健美操创编的效果。

## 二、探讨分析培养学生创编能力的方法与步骤

为了充分落实现代教育政策的具体要求, 必须要提高教师的思想认识。教师作为政策的直接执行者就必须对自己的健美操教育目标和课程教学内容进行深入的思考。现代健美操专业教育政策应该与创新改革对接, 进一步优化教学的具体方针, 以提升学生的身体素质与健康水平为根的目的。作为教师要充分认识到教育政策对健美操专业课程教学内容所起到的积极作用, 重视提高课堂教学的效果和质量。健美操是现代体育的重要组成部分。在开展健美操教学时, 教师可以引导学生巩固知识, 激发学生的兴趣, 帮助学生养成创新性体育素养。

### 1. 强化理论知识学习

在健美操专业教育中, 传统的教学形式已经难以满足学生的学习需要, 因此, 无论是教学内容的选择, 教学目标的设定, 还是教学模式的运用, 也应该打破传统教学模式的困境, 选用新的教学模式, 让教学获得更多新鲜血液。健美操教学常见的问题是教学内容缺乏丰富性。教学内容决定了课程教学的效果。在传统的健美操课程中, 教师一个学期只会教授学生简单的健美动作, 或是为数不多的操化动作。可以说, 学生所接受的知识明显不足。有些教师在进行健美操项目设置的时候缺少引导性, 对学生的指导不够, 学生只是机械的去模仿教师的动作, 教学效果也不够理想。要想改变这种教育现状, 提高健美操教学的吸引力, 就必须改变传统的教学模式, 引用新的教学手段, 让健美操能够成为实现学生综合发展的平台, 通过探索优化健美操教育模式, 不断激发学生的创编能力。

首先在对学生进行创新能力的培养是应当创造性的应用新型教学方式, 例如可以将小组互助方式和系统化的网络教学方式应用于教学活动中, 通过不同教学方式的应用, 能够使学生的综合素质得到培养, 在开展学生的教学时, 需要科学合理的将学生的创编能力分为多个不同的阶段, 不同阶段的学生在进行学习时, 教师需要根据不同学生的个体状况为其选择合适的个性化指导方式, 使学生能够理解健美操的动作以及组合方式。在进行理论教学时, 需要使

(下转第 153 页)

以很难突破时空的局限。并且由于学生自身的特点,造成了对知识的领悟和对老师的解释速度的限制。通过线上线下融合式学习,可以解决这一问题。学生可以通过网上的视频来获取相关的数据,在这种环境下,学生可以自由选择自己的学习时间和学习空间。而在线下课堂中,高效率的学生也能透过网上的软体来了解更深层的知识和文化。同时,教师可以利用在线课件与网络视频的方式,使课堂中的“因材施教”思想得以落实,有针对性地促进各层次学生的学习能力,进而提高学生的教育质量<sup>[5]</sup>。

### (三) 借助现代化教育手段完成课后总结

在课外温习和强化环节,除了让学生完成网上和线下的课外任务之外,教师通过思维导图的方式,帮助同学构建物理框架,整合物理知识,形成物理知识的网络结构,启发学生的想象力和创造力。在课堂之前,网上的学习都是建立在几个以知识点为中心的短片上进行的,因此很可能造成知识的零散。思维导图从核心开始,层层递进,对其进行加工,有助于学生将分散的知识点从整体上进行处理系统的整理,把握要点,使学生在发现问题的过程中加以弥补。因此,在教学总结环节,引导学生建立思维导图意义重大<sup>[6]</sup>。

### (四) 制定科学的成绩评价体系

传统的大学物理以卷面考试的方式,评定学生的学习效果,这种评定方法过于单调,无法客观地体现出学生的过程性学习<sup>[7]</sup>。因而,现在的大学物理教学需要建立较为科学的成绩评估制度,对学生的整个学业进程进行全面追踪,比较真实、准确地反映学生的学习效果。在线上融合教学的模式中,可以尝试对考核评分进行详细评估,具体而言,最终成绩包括20%的在线学习、20%的课堂学习、10%的学习报告、40%的期末统考、10%的课外拓展学习。

### (上接第145页)

学生了解健美操应当如何进行自主编创,其原则和规则都需要通过这种方式进行引导。在开展教学时的第二阶段,也就是需要针对学生的健美操套路进行教学,使学生了解,在整个健美操的编创过程中各项活动以及动作的连接美感。而在第3个阶段,也就是学生的自主展示阶段,教师在开展学生的教学时,需要能够使学生自主展现自己所编创的动作,在课堂上为学生提供表现自己和展现自己的机会,以小组为单位对学生进行理论知识的强化教学,则能够使教育工作落到实处,培养学生的综合创新能力。

#### 2. 健美操专业学生创编能力培养的优化方式

在进行教学时,需要引导学生对健美操的创编形成一定的兴趣,教师在开展教学时可以为学树立目标,并对墓地进行明确,健美操本身就具有开放性和创新性,教师在开展教学时都不可采用填鸭式的教学形式,也不可要求学生在学习过程中习惯这一模式,需要使学生意识到创编能力培养的重要性,提高学生的综合素质。

在开展教育实践美操的视频,使学生在观看的过程中寻找灵感,并且学生在学习期间,教师还可以为学生提供相应的音乐使学生了解健美操动作应当如何与音乐相结合,通过理论和实践的不断重复,使学生能够对自己的创编动作和套路进行优化,如果音乐和动作不能起到有效的匹配,则说明创编是失败的,所以教师需要强化对学生音乐的相关教育,不断提高学生的节奏感,抓住音乐中的主题风格,通过这种方式使创编能够与音乐相结合。健美操具有一定的运动性和时尚性,因此在选择教学内容的时候,教师可以不限于原有的教学资源,利用线上教学平台,尽可能的选取一些时下流行的教学内容,让健美操运动更加时尚动感。学生喜欢的瑜伽、啦啦舞等形式都可以加入到课程的设计之中。授课的时候教师也可以结合学生的兴趣将内容进行有效的延伸,讲清楚基本的动作和技能,增强健美运动的趣味性。教学资源的获取可以通过慕课的方式得以实现。教师应积极的运用线上与线下教学相结合的方式,充分利用线上平台的广阔空间,为学生提供慕课教学的内容。除了经常使用的视频、图片等,教师还可以加入一些极富观赏性的健美操艺术表演或是体育赛事,让学生更好的了解健美操的特点。

#### 3. 提升健美操教学的丰富程度

在现代健美操专业教学中,培养学生的创新能力,能够推动传

### 结论

在科技飞速发展的今天,高等院校应该抓住时代契机,运用在线和线下融合式教学模式,通过网络技术来提高学生对物理知识的认识和学习,使物理教学更好地融入到实际生活中,使学生对物理学的知识有生动更深入的了解,为学生提供更多的学习与实践的机会,进而推动了教学质量的提高。

### 参考文献:

- [1]张蕾,丁琦,王臣臣.线上线下混合式教学模式在大学物理课堂中的应用[J].创新教育研究,2021,9(2):5.
- [2]李亚林.混合教学模式在大学物理实验课程教学中的应用[J].山海经:教育前沿,2021(4):1.
- [3]董雪峰,王巧.线上线下混合教学在高职物理教学中的应用研究[J].科技视界,2020(35):110-112.
- [4]何忠燕.高中物理线上线下融合教学模式研究[J].中学生数理化(教与学),2021(03):15.
- [5]许可.现代互联网技术在大学物理实验教学中的应用研究[J].吉林省教育学院学报,2018,34(11):4.
- [6]王祖源,张睿,顾壮等.基于SPOC的大学物理课程混合式教学设计与实践[J].物理与工程,2018,28(4):17.
- [7]欧阳建明,彭刚,何焰兰等.线上线下混合式大学物理实验教学设计——以示波器使用实验为例[J].物理实验,2020,4:38-41.

作者简介:刘一凡(1991-),男,山西人,博士研究生,大学讲师,研究方向:大学物理教育、半导体光伏器件研究。

统教学法的创新和改良。从高校发展角度来说,健美操教育创新能够给高校带来更强的发展动力和助推力。与此同时,传统教学法中所包含的固有思想也会限制学生的创新效果。基于此,如果教师要在健美操课程上运用多元教育形式,提升健美操教学的丰富程度。在教育实践中,高校教师必须要围绕课程教学的目标,进一步明确教育创新的特点和价值,将传统教学的优秀做法吸收进来,让健美操教育创新作为传统教学法的有效补充。高等院校健美操教学的发展,应该从学生的认知角度出发,运用合理的教学模式,突出教学理念与实践的积极作用,提高健美操教学的质量。现代创新性教学模式的养成需要在实践中不断得到检测,只有学生发现这种形式的有效性,才能够融入这种模式的学习。因此,教师在选定创新教学方法的时候就应该将育人的目标作为首要出发点,将健美操创新作为培养体育人才的切入口。现代健美操课程改革目标发生了新的变化,通过多种方式引导学生,有助于健美操专业学生对于教学内容进行自主深入探索,提升健美操运动的综合水平。

### 总结

在进行健美操专业学生的教育实施,以及学校需要高度对学生专业能力进行有效的培养,例如在进行课程设置和相关的考核时,需要增加关于学生自行进行健美操编创的相关课程的比重,为学生提供更多的现代化教育方式以及机会,使学生在不断学习过程中不断优化自身的能力,通过这种方式有助于提高学生的综合素质,改善学生针对健美操的理解为健美操行业提供新的血液,促进我国的现代化健美操发展。

### 参考文献:

- [1]李亚丽.高校健美操教学中落实课程思政教育的实践路径探析[J].品位·经典,2022,(02):143-145.
- [2]祝菁,耿廷芹.高校健美操选项课的创新与实践研究[J].文体用品与科技,2021,(24):116-117.
- [3]徐佳,杜鑫.女大学生健美操课程创编能力提升研究[J].冰雪体育创新研究,2021,(21):53-54.
- [4]李金昆.新时代背景下我国高校健美操教学创新发展路径研究[J].当代体育科技,2021,11(31):102-104.

作者简介:李思瑶(Alisa)教育学博士(EDD项目) University of Baguio General Luna Road, the Philippines, 2006