

从律动方面与音乐理论知识结合,谈推广乒乓球韵律操的重要性

◆刘 娟

(广东省茂名市第二小学)

摘要:现阶段,我国倡导的素质教育初衷是促进学生德、智、体、美、劳全面发展,在新形势下,如何提升体育课在日常教学之中的地位,扭转体育教学形式单一化局面,激发学生运动积极性和热情,这已经成为摆在广大教育工作者面前的一个难题。传统校园体育教学缺乏特色项目,严重导致教师和学生粘性减弱甚至丧失。为此,作为国内改革排头兵的沿海地区最先意识到教育改革的紧迫性。

关键词:乒乓球韵律操;舞蹈美;音乐

近年来,随着素质教育的不断深入推进,如何让传统的小学选项课教学变得更加具有活力,创新必不可少。因此,我校用乒乓球韵律操替代原有的课间操,并以我校作为实验地进行推广。通过致力于打造乒乓球特色学校,我校的办学特色得以凸显,得到了各级政府和家长的一致好评。

一、乒乓球韵律操的概念

为凸显学校教学特色,树立学校社会形象,我校因地制宜。乒乓球韵律操是体操和舞蹈二者的巧妙结合。通过肌肉张弛,配以节奏性较强的音乐,乒乓球韵律操便可以培养学生控制肢体运动的协调意识和能力。

二、乒乓球和韵律操的关系

之所以将乒乓球和韵律操结合在一起,是因为二者具有互补性和技巧性。乒乓球这一项体育运动中的反手推挡、正手攻、反手拉等基本动作有助于调动学生运动积极性,在音乐节奏的配合之下,教师可以更好地设计更具针对性的训练课程,优化体育教学内容。

韵律操和乒乓球运动的共通之处在于适用性和技巧性极强,可涵盖低年级和高年级等学生。两项运动都需要学生掌握一定的技巧,这样学生个人才可以在训练之中融入集体,极具可视性和审美性。

三、乒乓球韵律操在体育教学中的重要性

(一)趣味性

乒乓球韵律操,具有极强的律动性和音乐性。这是因为律动知识与音乐理论知识贯穿于整套乒乓球韵律操之中。有音乐的加入,原本较为枯燥的乒乓球韵律操便变得更具节奏感和吸引力,有助于激发学生的学习兴趣。另一方面,具有技巧性的乒乓球韵律操可以适时充实音乐理论知识和律动知识。由此看来,小学体育课程便更加灵活和富有趣味性。

(二)拉近教师和心理距离

通过增设乒乓球韵律操等课程,可以增加广大学生对乒乓球运动的认识,让这一项具有群众性的运动可以更加深入人心。教师通过引导学生学习乒乓球运动基本技术动作,增强和学生的交流,以更加民主、平等的方式培养良好的师生关系。

(三)增强学校的办学特色

致力于打造乒乓球特色学校,通过以乒乓球韵律操取代传统课间操的做法来增强学生对于乒乓球的了解,乒乓球韵律操的逐步推广是有的放矢,是符合学校发展方向做出的创新设计。宏观角度来看,大部分学校以教授文化课知识为主要目的,从而让校园和课堂变得严肃乏味,丧失了自身的办学特色,不利于提升学生、学生家长、教师和学校的粘性。通过推广乒乓球韵律操,各学科教师可以拥有更多话语权,教师一些大胆的想法可以通过实践变成现实,从而推动学校往特色化、多元化的方向发展。

四、乒乓球和韵律操巧妙结合的具体表现

(一)形式结合

乒乓球韵律操的推广应该结合每个学校的实际情况,为迎合时代发展要求和国家政策,在市政府的大力倡导之下,我校实行“以球代操”。一来可以突出该校作为乒乓球学校而凸显的办学

特色,二来也可以以更具张力的课间操取代传统的课间操,大大解放学生的天性。

(二)内容结合

乒乓球韵律操最大的特点应该是灵活性、科学性和趣味性。教师要想最大程度激发学生的参与积极性和主动性,区别于传统的课间操和体操,乒乓球韵律操需要配以音乐,这就对教师提出新要求,那就是各体育教师应该密切配合音乐教师,以真正做到律动教学和趣味教学。

1、体现节奏美

律动教学贯穿乒乓球韵律操的整个教学实践之中,教师的律动动作的设计需有一定的节奏性。基于教材特点、教材内容和音乐情绪等基础上,我校体育教师和音乐教师合理沟通,以突出设计重点,从而引导学生在律动中感受乒乓球韵律操的节奏美。

2、体现舞蹈美

乒乓球韵律操强调的是学生的体态律动训练,学生通过感受音响节奏来调动身体的各个部分做出回应,因此,整套乒乓球韵律操的设计应该具有舞蹈美。和节奏美不同的是,舞蹈美强调可视性。学校教师通过游戏法等形式让学生充分感受韵律操之中的舞蹈美,从而真正做到“舞起来,动起来”。

3、体现和谐美

传统的体育教学较为机械,配合体育运动的音乐是较为单一的。因此,在乒乓球韵律操的教学过程之中,我校教师通过用拍手、拍击身体其他部位,来引导学生认识到节奏拍子的变化,舞蹈和乒乓球的优势全部彰显在韵律操之中,具有一种和谐美,从而更好地陶冶学生情操和审美情趣。

(三)传统与现代的结合

韵律知识和音乐知识属于音乐学科范畴,将其融入到乒乓球韵律操的教学之中,这就需要体育教师和音乐教师展开跨学科合作。推广乒乓球韵律操,有助于推动传统体育运动和现代音乐的结合。

综上所述,乒乓球韵律操的推广和创新,离不开教师、学校和社会多方的努力。营造出“人人爱运动”的良好氛围,让传统文化精粹走出无人问津的困境,激励更多的学生正确对待传统文化和现代文化的差异性。

参考文献:

- [1]谢诚.论乒乓球运动的社会文化意义[J].武汉体育学院学报,2004,38(6):22-25.
- [2]吴焕群.乒乓球运动员的专项素质及其训练[J].天津体育学院学报,2001,16(2):72-73.
- [3]陈启湖.对世界乒乓球运动发展的思考[J].体育学刊,2009,16(2):99-100.
- [4]唐建军.中国乒乓球运动发展的技术文化分析[J].体育科学,2005,25(7):79-83.
- [5]刘凤岩,张晓莲.对中国乒乓球运动可持续发展的对策研究[J].体育科学,2003,23(1):48-52.

