

人文素质教育在大学健美操教学中的渗透

迟莉媛

内蒙古体育职业学院 内蒙古 呼和浩特 010050

摘要:健美操是一种以音乐、舞蹈、体操为主要手段,通过各种动作和组合,锻炼身体各个部位的体育活动。在大学体育教学中,健美操作为一种富有人文气息的体育项目,不仅可以锻炼学生的身体素质,还可以培养学生的审美情趣、团队精神和意志品质。因此,将人文素质教育渗透到大学健美操教学中具有重要的意义。

关键词:人文素质教育;大学健美操教学;审美情趣;团队精神;意志品质

引言

在当今社会,随着科技的飞速发展和人们生活节奏的加快,人们越来越重视全面素质教育。大学健美操教学作为一项富有人文气息的体育活动,旨在培养学生的审美情趣、团队精神和意志品质。本文将探讨如何在大学健美操教学中渗透人文素质教育,以期为提高大学生的综合素质提供有益的启示。

1 加强健美操教学过程中的人文素质教育

1.1 注重培养学生的审美情趣

审美情趣是指人们在欣赏美的过程中产生的一种愉悦情感和美好情操。在健美操教学过程中,教师应注重培养学生的审美情趣,使学生在学习健美操的过程中,感受到美的享受。具体来说,教师可以通过以下几种方式来培养学生的审美情趣:(1)讲解健美操的起源、发展历程以及优秀健美操作品欣赏。通过讲述健美操的历史,让学生了解健美操的发展历程,从而激发学生对健美操艺术的热爱。同时,教师还可以向学生展示一些优秀的健美操作品,让学生在欣赏中提高自己的审美能力。(2)举办健美操表演活动。教师可以组织学生进行健美操表演,让学生在表演中体验美的享受,从而提高学生的审美情趣。此外,教师还可以邀请其他学校或社区的健美操团队进行交流演出,让学生在欣赏他人表演的同时,也能从中学到更多的健美操技巧和艺术表现。

(3)开展健美操创作活动。鼓励学生根据自己的兴趣和特长,进行健美操创作。教师可以为学生提供一定的指导和支持,让学生在实践中不断提高自己的审美能力和创作水平。通过这种方式,学生不仅能够体验到美的享受,还能够培养自己的审美情趣。

1.2 强调团队精神的培养

健美操是一种集体项目,需要多人协同完成。在教学过程中,教师应注重培养学生的团队精神,使学生认识到个人的力量是有限的,只有团结协作,才能取得更

好的成绩。具体来说,教师可以通过以下几种方式来培养学生的团队精神:(1)分组教学。将学生分成若干小组,每个小组负责学习一部分健美操动作。在教学过程中,教师要求小组成员互相帮助、互相学习,共同完成任务。这样既能让学生体验到团队合作的重要性,又能提高学生的学习效果。(2)小组比赛。在教学过程中,可以组织学生进行小组之间的比赛。比赛的形式可以是个人表演、团队表演等。通过比赛,学生能够更好地体会到团队合作的重要性,从而提高自己的团队精神。

(3)团队建设活动。组织学生参加一些团队建设活动,如户外拓展训练、团队游戏等。在这些活动中,学生需要与团队成员密切配合,共同完成任务。这样既能锻炼学生的团队精神,又能增进学生之间的友谊。

1.3 培养学生的意志品质

健美操训练往往需要长时间的坚持,对学生的意志品质要求较高。在教学过程中,教师应注重培养学生的意志力,使学生在面对困难和挫折时,能够坚定信念,勇往直前。具体来说,教师可以通过以下几种方式来培养学生的意志力:(1)设置合理的训练目标。教师要根据学生的实际情况,为学生设定合适的训练目标。同时,教师还要定期检查学生的训练进度,对学生的进步给予肯定和鼓励,激发学生的学习动力。(2)鼓励学生挑战自我。在教学过程中,教师要鼓励学生不断挑战自己的极限,努力提高自己的健美操水平。同时,教师还要关注学生的心理健康,帮助学生树立自信心,克服困难和挫折。(3)进行意志品质教育。教师可以通过讲述一些关于成功人士的故事,让学生了解到成功背后的艰辛和毅力。同时,教师还可以组织一些专门的讲座或培训课程,教授学生一些关于意志力培养的方法和技巧。总之,在健美操教学过程中,教师应注重培养学生的审美情趣、团队精神和意志力品质,使学生在在学习健美操的过程中,不仅能够掌握健美操的技巧和动作,还能全

面提高自己的人文素质和综合素质。

2 将人文素质教育融入健美操教学内容

2.1 将人文历史融入健美操动作设计

在设计健美操动作时,教师可以将不同历史时期的文化元素融入其中,使学生在在学习健美操的过程中,了解人类文化的发展历程。例如,可以将古代宫廷舞蹈的动作融入到健美操中,让学生感受到古代文化的魅力。具体实施步骤:(1)研究历史背景:首先,教师需要对每个历史时期进行深入研究,了解那个时期的社会环境、人们的生活习惯、艺术形式等。这些都可以作为设计健美操动作的参考。(2)选择动作元素:然后,教师可以从历史文献、艺术作品、影视剧等多方面收集信息,选择适合的动作元素。例如,古代宫廷舞蹈的动作优雅、华丽,可以很好地体现出那个时代的文化特色。(3)设计动作:最后,教师需要将这些动作元素融入到健美操的动作设计中。这可能需要对原始动作进行一些修改和调整,以适应健美操的节奏和风格。通过这种方式,学生不仅可以学习到健美操的技巧,还可以了解到人类文化的发展历程,增强他们的文化素养。

2.2 将文学作品融入健美操音乐选择

在音乐选择上,教师可以根据教学内容选择合适的文学作品的音乐作为背景音乐。例如,在教授古典舞健美操时,可以选择《天鹅湖》等经典音乐作为背景音乐,使学生在在学习健美操的过程中,感受到文学艺术的美。具体实施步骤:(1)选择文学作品:首先,教师需要根据教学内容选择合适的文学作品。这可以是古典诗歌、戏剧、小说等各种形式的文学作品。(2)研究音乐:然后,教师需要对选定的文学作品的音乐进行分析,了解其旋律、节奏、情感等特点。这些都可以作为选择背景音乐的参考。(3)音乐与动作的结合:最后,教师需要将音乐和健美操动作结合起来。这可能需要对音乐进行一些修改和调整,以适应健美操的节奏和风格。同时,也需要考虑动作和音乐的情感表达是否相符。通过这种方式,学生可以在享受音乐的同时,更好地理解 and 感受文学作品的情感和主题,提高他们的审美素养。

2.3 将哲学思想融入健美操教学方法

在教学方法上,教师可以借鉴哲学家的思想,将抽象的哲学思想具体化,引导学生在在学习健美操的过程中思考人生、价值等问题。例如,在教授健美操动作时,教师可以引导学生思考动作与人生的联系,从而提升学生的思维品质。具体实施步骤:(1)引入哲学思想:首先,教师需要在课堂上引入哲学思想。这可以通过讲解

哲学家的观点、提出哲学问题、讨论哲学问题等方式实现。(2)结合健美操教学:然后,教师需要将这些哲学思想融入到健美操的教学过程中。例如,在教授健美操动作时,教师可以引导学生思考动作与人生的联系,如动作的力度是否反映了生活的艰难程度,动作的优美是否体现了生活的美好等。(3)反思和讨论:最后,教师需要引导学生对这些哲学问题进行深入的反思和讨论。这可以帮助学生从不同的角度理解健美操动作,提升他们的思维品质。通过这种方式,学生不仅可以学习到健美操的技巧,还可以接触到哲学的思想,提升他们的思维能力和人文素养。总的来说,将人文素质教育融入健美操教学内容是一种有效的教学策略。它可以帮助学生在在学习健美操的过程中,了解人类文化的发展历程,感受到文学艺术的美,思考人生、价值等问题。这不仅可以提高学生的健美操技巧,还可以提升他们的思维品质和人文素养。

3 加强健美操教学评价中的人文素质教育

3.1 建立全面的评价体系

在评价学生的健美操水平时,教师应建立全面的评价体系,不仅关注学生的动作技巧,还要关注学生的审美情趣、团队精神等方面的表现。具体来说,可以从以下几个方面入手:(1)动作技巧:动作技巧是健美操的基本要求,教师应对学生的动作准确性、稳定性、协调性等方面进行全面评价,以检验学生掌握健美操动作的程度。(2)审美情趣:健美操是一种艺术性很强的体育项目,教师应关注学生在动作表现中的审美情趣,如动作的优美程度、节奏感等。通过对学生审美情趣的评价,可以激发学生对健美操的兴趣和热爱。(3)团队精神:健美操比赛通常需要多人协作完成,教师应关注学生在团队中的表现,如是否能够积极配合队友、是否能够为团队的胜利付出努力等。通过对学生团队精神的评价,可以培养学生的集体荣誉感和责任感。(4)学习态度:学习态度是影响学生学习效果的重要因素,教师应关注学生的学习态度,如是否积极参与课堂活动、是否认真完成课后作业等。通过对学生学习态度的评价,可以激发学生的学习动力和自律意识。(5)参与度:参与度是衡量学生在学习过程中投入程度的重要指标,教师应关注学生的参与度,如是否能够在课堂上积极发言、是否能够主动参加课外活动等。通过对学生参与度的评价,可以提高学生的自主学习能力和沟通能力。通过以上几个方面的评价,教师可以全面了解学生在健美操教学中的表现,从而更好地指导学生提高自己的人文素质。

3.2 采用多元化的评价方式

在评价学生时,教师可以采用多种评价方式,如自评、互评、教师评价等,使评价更加客观、公正。具体来说,可以从以下几个方面入手:(1)自评:自评是指学生对自己的学习过程和结果进行评价。通过自评,学生可以更好地了解自己的优点和不足,从而调整学习方法和策略。同时,自评也有助于培养学生的自我监控能力和自我调节能力。(2)互评:互评是指学生之间相互评价对方的学习过程和结果。通过互评,学生可以从他人的角度了解自己的优点和不足,从而更好地调整自己的学习方法和策略。同时,互评也有助于培养学生的团队合作精神和互助意识。(3)教师评价:教师评价是指教师对学生的学习和过程进行评价。教师评价应以客观、公正为原则,充分考虑学生的实际表现和发展需求。同时,教师评价也应根据学生的个体差异进行个性化指导,帮助学生找到适合自己的学习方法和策略。通过以上几种评价方式的综合运用,教师可以全面了解学生的学习情况,从而更好地指导学生提高自己的人文素质。

3.3 注重过程评价与结果评价的结合

在评价学生时,教师应注重过程评价与结果评价的结合。过程评价主要关注学生在学习过程中的表现,如动作的完成情况、团队合作能力等;结果评价主要关注学生在学习结束后的表现,如动作的技巧水平、审美情趣等。通过过程评价与结果评价的结合,可以使评价更加全面、客观地反映学生的学习情况。具体来说,可以从以下几个方面入手:(1)过程评价:过程评价应注重学生的学习过程,如动作的完成情况、团队合作能力等。教师可以通过观察、记录等方式了解学生的学习过程,从而为学生提供及时、有效的反馈和指导。同时,过程评价还应关注学生的学习态度、参与度等方面的表现,以激发学生的学习兴趣 and 积极性。(2)结果评价:结果评价应注重学生的学习成果,如动作的技巧水平、审美情趣等。教师可以通过

考试、比赛等形式对学生的成果进行评价,从而检验学生的学习效果。同时,结果评价还应关注学生的创新能力、实践能力等方面的表现,以培养学生的综合素质。(3)综合评价:综合评价是指在过程评价和结果评价的基础上,对学生的整体表现进行综合分析。教师应根据学生的个体差异和发展需求进行综合评价,以便为学生提供个性化的指导和支持。同时,综合评价还应关注学生的学习进步和成长变化,以激励学生不断提高自己的人文素质。总之,通过注重过程评价与结果评价的结合,教师可以全面了解学生的学习情况,从而更好地指导学生提高自己的人文素质。

结语

在当今社会,人文素质教育已经成为大学教育的重要组成部分。健美操作为一项富有文人气息的体育活动,其在大学健美操教学中的渗透显得尤为重要。通过加强人文素质教育的渗透,可以培养学生的审美情趣、团队精神和意志品质,提高学生的综合素质。因此,我们应该重视大学健美操教学中人文素质教育的渗透,不断完善教学方法和手段,为培养具有现代文明素质的人才作出贡献。

参考文献

- [1]周莅.自主性教育模式在大学健美操教学中的应用分析[J].西部素质教育,2017,3(22):92-93.
- [2]韩灿.基于体育美学视域下的大学健美操教学研究[J].文体用品与科技,2017(24):98-99.
- [3]盘华,汪颖.论人文素质教育与高校健美操教改的融合性[J].湖北师范大学学报:自然科学版,2017,37(1):116-118.
- [4]代娟.人文素质教育在高校健美操教学中的渗透策略探讨[J].当代体育科技,2017,7(29):124-125.
- [5]王道平.高校健美操教学中人文素质教育的应用研究[J].体育世界:学术版,2018(7):73-74.