

高校健美操教学中渗透人文素质教育探析

付建宏¹ 张艳茹²

1. 华北理工大学迁安学院

2. 河北省唐山市滦州市横渠实验小学

DOI:10.12238/er.v7i8.5328

摘要：新时代人才应具备过硬的政治素质、道德情操、深厚的传统文化底蕴。人文素质作为人才培养目标重要内容，应加以强调和重视。健美操课程作为动态实践课程，其亲身参与性与主体实践性，具备对学生人文素质培养优势。课程改革背景下，教育过程与教育结果同样值得重视。进一步改革健美操课程，将人文素质教育渗透到高校健美操教学中，有效提高教学质量，促进学生实现全面发展。

关键词：高校；健美操课程教学；人文素质教育

中图分类号：G64 **文献标识码：**A

Exploration of Integrating Humanistic Quality Education into College Aerobics Teaching

Jianhong Fu¹, Yanru Zhang²

1. Qian'an College, North China University of Technology

2. Hengqu Experimental Primary School, Luanzhou City, Tangshan City

Abstract: Talents in the new era should possess strong political qualities, moral sentiments, and profound traditional cultural heritage. As an important aspect of talent cultivation goals, humanistic qualities should be emphasized and valued. As a dynamic practical course, aerobics has the advantages of personal participation and subject practice in cultivating students' humanistic qualities. Under the background of curriculum reform, both the educational process and educational outcomes deserve equal attention. Further reforming the aerobics curriculum and integrating humanistic education into college aerobics teaching can effectively improve teaching quality and promote students' comprehensive development.

Keywords: Colleges and universities; Aerobics course teaching; Humanistic quality education

引言

在新时代下，高校教育要紧跟时代发展的脚步，充分掌握当前时代的发展要求，才能培养出时代所需的人才。当前，人文素质教育是教育改革提出的新要求，高校课程要将人文素质教育充分融入课程教学当中。健美操运动具备了健康、动感、活力、美丽等特点，五育教育能够在课程中充分体现，人文素质教育也可以充分发挥作用，因此，将人文素质教育融入健美操教学中有着一定优势。但是当前高校和教师并未充分重视其人文素质教育，课程内容和形式也不够完善，再加上部分高校缺乏师资力量，导致人文素质教育无法很好地渗透到健美操教学当中。对此高校和健美操教师应当充分重视人文素质教育的重要性，完善以人文素质教育为目标的课程体系，充分挖掘有效的教学方式，提高人文素质教育能力和教学水平，不断探索有效的渗透路径，让人文素质教育深刻渗透到健美操教学当中，引导学生树立正确的思想价值观念，促进学生实现全面发展。

1. 人文素质教育在大学生发展过程中重要性

人文素质教育渗透到健美操教学中在短时期内未必能看到明显效果，只有长期坚持，循序渐进才能起到真正作用。而在健美操教学中有效渗透人文素质教育，需要学校的大力支持和配合，为教学投入一定资金，创造适合的教学条件，这就需要高校充分重视起人文素质教育。

学习本身是一项需要长期坚持的活动，而学习困难则会导致学生产生畏惧心理，甚至出现放弃学习的想法，帮助学生调整心态，积极面对学习中遇见的困难，才能有效提高学生意志力。通过健美操教学课程，学生能够养成良好的拼搏精神。

2. 健美操课程教学中渗透人文素质教育的优势

2.1 健美操课程作为动态实践课程，具有其专业优势

体育实践课程相比于理论课程，学生在动态学习过程中，体悟更深刻。作为大脑和肢体同时进行的项目，其教育效果能够润物细无声。健美操教学中蕴含的人文素质主要体现在以下几个方面。

第一, 合作精神。合作精神集中体现了是团队意识、全局观念及服务精神。在开展健美操教学的过程中, 团队如果出现问題, 教师需要对成员进行正向引导, 让团队成员之间互相理解、互相包容、互相帮助, 尽可能消除成员之间的摩擦。合作精神本质上是团队利益和个人利益的集中反映, 需要对个体的优势、个性、成就给予充分尊重, 才能有效促进团队能力和效益的提高。在健美操课程教学中, 首先需要肯定个人的价值, 方能统一个体和整体的利益。第二, 意志品质。培养学生良好的意志品质是在健美操课程教学中渗透人文素质教育的基础目标。新时代大学生不仅需要具备良好的自控能力, 同时还应当将国家发展视作己任, 真正热爱国家, 关心社会, 以自身力量建设更美好的家园。第三, 创新精神。健美操课程教学并非是死板僵硬的, 教师需要给予学生更多课堂自主性, 让学生参与进健美操动作的编排活动中, 鼓励学生利用自身的优势进行动作创编。

2.2 健美操项目作为体育艺术类课程, 具备其项目优势

健美操运动围绕健、力、美这三点要求进行, 在健美操教学过程中, 教师不仅要让学生们的肢体动作变得优美, 还要提高学生的审美水平。健美操具有明显的欣赏功能, 健美操作品中包含了音乐、动作、编导等过程, 课程融入美育教育, 发挥协同育人作用, 能够实现对学生们审美能力培养。美感的提升, 一定是感知系统的提升。在理论课中, 对优秀作品赏析, 培养了学生们对形体美、动作美、服饰美、音乐美的高阶审美追求。在实践课中, 让学生们亲身体验, 感受到美, 同时进行思政教育, 更让学生们懂得努力奋斗, 本身就是一种美, 也是创造美的过程。通过健美操课程让学生们认识美、体验美、感受美、欣赏美和创造美, 具有美的理想、情操、品格、素养。

3. 高校健美操教学中渗透人文素质教育存在的问题

3.1 缺乏对人文素质教育的重视

健美操是力量与美的集中体现, 这种运动形式既体现了体育的动感, 又体现了舞蹈的美感, 同时在学习过程中又富有趣味性和创新性, 因此深受高校学生的欢迎。这种情况令健美操课程逐渐受到高校的重视, 但是大部分高校将关注的重点放在教材和场地上, 课程的内容缺乏严格的规划, 同时也较为缺乏人文素质教育的相关内容, 忽视了对学生们内在的培养。在开展健美操教学过程中, 教师只将学习重点放在动作的联系上, 忽略了对内涵的教育, 因此无法让人文素质教育充分发挥作用。

3.2 课程内容和形式不够完善

大部分高校的健美操课程都有固定的教学模式和教学内容, 教师所使用的教学方法也比较单一, 在教学过程中将重点放在健美操动作技巧练习和力量训练上, 教学模式主要

为教师展示, 之后再让学生模仿练习, 之后再一一纠正。单一的教学模式、枯燥的教学内容很容易让学生失去兴趣, 长此以往学习心态逐渐变得敷衍, 学习效果大打折扣, 学生对健美操运动的兴趣也逐渐减少, 积极性受到打击, 不利于学生们全面发展, 健美操课程的发展也会受到阻碍, 即使教师在课程中渗透人文素质教育也无法起到实质性作用。

3.3 缺乏师资力量

在资源相对贫乏的地区和高校中, 健美操可能处于刚起步阶段, 校内相对缺乏专业的健美操课程教师。健美操课程对教师的专业程度要求较高, 而部分高校会要求一些非健美操专业的体育教师来担任课程, 这部分教师虽然对健美操有一定的了解, 但专业程度并不高, 也无法给予学生们专业性的指导, 学生的学习效果也并不理想。这种情况不仅会影响学生们, 也会影响到这部分体育教师其他课程的教学。

4. 健美操课程教学中渗透人文素质教育的途径

4.1 完善以人文素质教育为目标的课程体系

教师在进行健美操教学的过程中, 不仅要为学生们展示出健美操运动的力量性、艺术性和文化性, 还要在教授学生的过程中将人文素质教育穿插其中, 在潜移默化中引导学生们树立正确的价值观, 只有将人文素质教育渗透到教学过程中才能有效促进学生们实现全面发展。教师在教学过程中, 需要根据实际的教学情况和学生们需求来完善课程体系, 确保人文素质教育能够更加自然地渗透。例如, 高校可以通过开设健美操公共课或选修课来体现健美操运动的大众性, 让更多学生们有机会来学习和体验健美操运动, 通过让更多学生们接触健美操的方式来为学生们进行人文素质教育, 在学校的支持下, 健美操课程也会更具规划性和合理性, 健美操课程体系也会逐步完善。高校健美操的教学内容需要被不断创新, 负责健美操课程教学的教师也要不断去探索新的教学内容, 挖掘当下大众较为感兴趣的作品来进行教学, 提高课程对们的吸引力, 进而提高课堂教学效果。教师在开展健美操教学的过程中要始终坚持教学实践性和教学前瞻性, 加大与学生们之间沟通交流的力度, 在交流的过程中教师要了解到当前学生们实际的需求, 以及课程需要完善和改进的建议, 这样才能深度了解当前课程体系的缺点, 之后再根据们的反馈和建议不断对健美操课程进行完善, 让人文素质教育能够更加深层融入教学中。

4.2 不断探索和完善教学方式

传统的教学方式会严重降低学生们学习健美操运动的热情和兴趣, 因此高校教师要不断挖掘新的教学方式。传统的教学方式中, 学生们只能跟随老师进行重复性的动作练习, 们的创新性无法得到发挥, 最后学生们即使能够做出标准动作, 对健美操运动的热情和兴趣也会大打折扣。因此, 教师要尽量避免无交流、机械性的教学方式, 通过加强沟通来掌握当

下学生感兴趣的内容,根据学生实际需要展开教学,采用更加合理的教学方式。可以采用翻转课堂,减少课上练习时间,有效利用课上时间;采用情景教学法,吸引学生专注力,使学生有效卷入课堂;等等诸多教学方式的改革,从中渗透人文素质教育。小组合作、探究一起进行动作创编,让学生们在创作的过程中提升创新能力,培养其创新思维。

4.3 提高教师人文素质教育能力

一些高校严重缺乏专业的健美操教师,部分学校即使拥有专业的健美操教师,但是这部分教师的人文素质教育能力也相对较低。因此,高校首先要选聘专业的健美操教师,其次要提高校内教师的教学能力和人文素质教育能力,这样才能确保人文素质教育更好地融入健美操教学中。一方面,高校要培养教师人文素质教育的能力,例如将教师人文素质教育能力纳入考核当中,提高教师的学习主动性。另一方面,高校可以将人文素质教育作为职称评定条件,让教师有充足的动力提高人文素质教育能力。教师肩负着教书育人的重要责任,不仅要让学生掌握课程知识,还要起到立德树人的作用,因此教师不断提升人文素质教育能力,才能通过教学引导学生树立正确的道德观念。

4.4 教学过程中有效渗透人文素质教育

健美操运动需要运动员具备坚实的基本功,在学习健美操的过程中免不了要进行大量的基本功训练,学生可能会因重复性的练习感到枯燥乏味,教师可以趁此融入人文素质教育,如培养学生的意志力,让学生树立目标,并朝着目标不断努力,直至实现目标。在完成目标的过程中,教师可以充分鼓励学生,培养学生勇于克服困难、吃苦耐劳的品德,磨炼学生的心性,让学生的心智更加成熟。

4.5 丰富学生参与健美操的渠道

对于高校而言,社团和俱乐部是学生在课余时间进行健美操锻炼的重要形式。所以,对于在校内建立健美操社团或者俱乐部的行为,各大高校应当积极鼓励。在社团或者俱乐

部中,学生能够接触到多种类型的训练活动,可以对健美操课程建立全面认知,真正领略到健美操的美,为人文素质教育的渗透奠定良好基础。其次,高校应当鼓励学生积极参与健美操比赛,在紧张刺激的氛围中体会到健美操的内涵,培养学生良好的拼搏精神。随着我国健美操赛事体制的日益完善,学生拥有更多机会接触健美操比赛,为团队精神的培养创造了有利前提。除此之外,高校也可以在校内组织类似健美操动作打卡、健美操校内竞赛等不同类型的健美操活动,督促更多学生自主参与进健美操训练中。再结合教师的针对指导,为学生营造趣味横生的健美操课堂,推动人文素质教育的全面渗透。

5 总结

总而言之,新时代下的人文素质教育不仅仅是科技发展的决定因素,也是社会经济和生活发展的基础。对于各大高校而言,需要在体育教学活动中合理融入人文素质教育,将其和体育活动、体育课程进行紧密结合,探寻德智体美劳五育并举的教学新措施,以人文素质教育为目标推进素质教育发展。在全面推进素质教育的同时,利用体育教学帮助学生养成良好的人文素质,培养时代发展真正所需的综合性人才。

[参考文献]

- [1]邵瑞芳,韩博.人文素质教育与高校健美操教学的融合探析[J].中国科技期刊数据库科研,2023(4).
- [2]李险峰.如何在高校健美操教学中渗透人文素质教育[J].当代教育实践与教学研究(电子刊),2018.
- [3]张梦颖.试析健美操教学中学生创新能力的培养[J].文化创新比较研究,2018,2.

作者简介:

付建宏,1979.01-,男,汉族,河北滦州人,硕士研究生,讲师,研究方向:体育教育。

张艳茹,1978.02-,女,汉族,河北滦州人,本科学历,一级教师,研究方向:体育教育。