

高校健美操教学的多元智能理论实践应用分析

石蕾

东北大学秦皇岛分校

DOI:10.32629/jief.v2i4.1182

[摘要] 作为现代体育运动项目,健美操已被融入高校体育教学中,深受大学生的喜爱,已成为高校公共体育教学课程中关键性科目,占据重要位置。因此,本文作者多角度客观分析了健美操与多元智能理论,多层次探讨了高校健美操教学中多元智能理论实践途径。

[关键词] 高校;健美操教学;多元智能理论;实践;分析

中图分类号: G831.3-4 **文献标识码:** A

1 健美操与多元智能理论

在高校《大学体育》中,健美操运动项目是其不可或缺的关键性选修课程,需要灵活应用多元智能理论,确保《大学体育》健美操教学顺利进行。就健美操而言,属于多种锻炼目的相融合的体育学科,即健身、健心、健美,可以帮助学生塑身健体的同时,培养其气质。在多元智能理论下,当代大学生掌握健美操技术是非常重要的,可以帮助他们有效控制肢体,顺利完成复杂化的动作,利于促进其多元智能发展。同时,健美操需要多人共同参加,至少双人,也就是说,对运动者彼此间默契、配合等要求相当高,利于培养学生人际交往智能,利于他们在多样化健美操活动、音乐活动中,更好地表达自己的情感,促进其全面发展。

2 高校健美操教学中多元智能理论实践途径

2.1 优化健美操教学目标

在多元智能理论作用下,人的智能属于多种智能的客观呈现,也就是说,每个学生都有着不同的智能特点。在健美操教学过程中,教师必须全方位客观分析学生的兴趣爱好、年龄特征、认知水平等,结合健美操难易程度,以多元智能理论为切入点,优化教学目标,要将多方面智能都包含其中,引导他们学会和他人合作,学会正视人生道路上的挫折,借助音乐智能,学会聆听音乐,学会借助肢体语言去表达自己的情感。高校健美操主要包括健身性和竞技性,不同类型的健美操在实际学习中要保证相应的意识和能力,无论是从训练时间长短还是动作难度方面来说,降低运动负荷对身体的损伤。

2.2 优化教学内容

在健美操教学过程中,教师要综合分析多元智能理论,科学选择教学内容,要利于学生各方面智能发展。教师可以选取特定的音乐,将其作为背景,多角度引导学生操作化相关工作,培养他们的音乐智能,可以引导学生进行队列队形方面的一些练习,培养其空间智能,可以将心理健康、保健等理论知识融入健美操教学中,有效满足学生各方面客观需求,健美、健身、娱乐等,强化其终身体育意识。只要通过练习即使身体运动智能较差的学生也有明显的进步,有效克服各方面困难,动作也更加协调、自然,利于促进其身体运动智能全面发展。

2.3 优化教学方法

在健美操教学中,教师要注重教学方法的优化完善,采用分层教学方法,适当提高班级中健美操学习较好的学生,适当增加动作难度,针对性指导班级中健美操学习较差的学生,促使班级中不同层次学生都能有所进步,促进其个性发展。而在发展学生人际交往智能方面,教师可以采用小组合作学习方法,让班级学生以小组为单位进行相关练习,将健美操学习能力不等学生相搭配,促使他们在交流、互动过程中,取长补短,教师只需要扮演好协作者、组织者等角色,积极引导、适当点拨,

引导他们在练习中准确掌握重要动作技能,增进彼此间友谊的基础上,培养其“乐观、向上”的生活态度,逐渐提高其人际交往能力。教师可以采用竞赛方法,在比赛中强化学生的集体意识,增强其团体荣誉感,和小组成员构建良好的关系,为提高其人际交往能力做好铺垫。

2.4 优化评价方法,对应项目分类

多元智能理论指导在教学评价中也要合理应用,其理论指导的宗旨就是肯定每一位学生的付出,赞扬学生的学习成果。健美操运动的本质是基于有氧练习下的运动,是一个持续性的、中等强度的全身性运动,与学生的身体素质有直接联系。因此,在进行评价时,根据多元智能理论的实践分析,综合考量其影响因素。首先要保证评价内容多元化,考核指标要从学生个体性差异进行衡量,再结合教学内容中的任务和考试成绩进行判定。必须要根据每个人的优势和长处进行判断,确立需要评价的内容,建立符合学生自身成长和进步的评价体系,评价的内容应更多地关注学生过去、现状以及未来三个方面的时间线,注重自我提升,突出优势智能,兼顾弱项与短处。其次要重视评价主体多元化,作为一个集体项目,健美操运动势必会存在对比和竞争,在运动练习中,不一定只存在一种评价形式,教师可以明确要点和指标,让学生与伙伴、同学之间进行互助学习,学习和竞争,比较自身,更加了解自己需要弥补的弱势,有针对性地找到学习策略,互相表演、相互纠错,以客观的角度面对自己的学习成果,多反省、勤思考,能够更加全面、理性地看待自身的成绩。这种多元智能评价模式也是基于个体差异,根据学生智能表现的不同来区分学习方法和态度,加强认知,实现自我提升。

3 结语

总而言之,在高校健美操教学过程中,教师必须将多元智能理论放在核心位置,全方位正确认识这一理论,认真解读新时期体育教学大纲客观要求,多角度优化完善教学目标、教学内容,采用多样化的教学方法,小组合作学习法、分层教学法、情境教学法等,增加师生、生生间互动,注重理论与实践教学的有机融合。以此,发展学生多方面智能,人际交往、身体运动等智能,促进其全面发展,成为新时期社会市场需要的“高素质、高水平”专业人才。

[参考文献]

- [1] 敦春梅,谢微.基于超循环视域下高校健美操教学转型研究[J].体育科技文献通报,2020,28(08):81-83.
- [2] 程佳.高校健美操教学的多元智能理论实践应用分析[J].科技风,2020(19):47-48.
- [3] 罗丹阳.光影律动健身教学系统在健美操专项课中应用及效果评价[D].四川师范大学,2020.