

轻松愉快的体育教学

文/董凤娟

摘要:要高度重视体育教学,为培养“四有”新人打好双基。应当注重体育教学的改革,提倡创造性体育教学。

关键词:体育;教学;轻松;愉快

体育教学由于受自身特点的影响,与其他各课目相比信息反馈的间接性与隐性比较明显。所以,家长对体育教学的误解很深。“头脑简单,四肢发达”似乎是其最有力的注脚。所以,传统的放羊式的体育教学并不少见。另外,体育的可操作性较强,体能素质在学生的学习活动中影响较大,所以学生很难取得理想的成绩与大的突破。有些学生陷入了“食之无味,弃之可惜”的困境。体育教学在教育教学中常常被冷落。要改善这种情况,就应当注重体育教学的改革,提倡创造性体育教学,为培养“四有”新人打好基础。

一、学校开展体育教学的作用

(一)有利于提高学生的身体素质

随着当今社会的发展,体育教育越来越成为学校和社会所关注,主要是因为学习阶段的学生家长和教师过于看重学生的学习成绩,而忽视了对学生的身体素质的培养,学生的身体素质大多是比较虚弱的。基于这种情况,全国各地的学校开始逐渐重视开展体育课程,体育教师采用合理的教学方式,提高教学的有效性,这也可以让学生主动地参与到教师的课堂授课环节,学生在体育课程中跟着老师一起开展各项体育运动,这都有利于提高学生的身体素质,促进小学生健康发展。

(二)有利于提升学生的学习热情

我国一直以来实行的都是应试教育,即教师在教学过程中主要看重学生的学习成绩。随着新课程改革的发展,各阶段的教育也逐渐转变了教育理念,即教师在教学过程中不仅要关注学生的课堂成绩,重要的是要提升学生的综合素质,促进学生的身心健康发展。体育教师在开展体育教学时若采取赏识教育,能够提升学生的学习热情,让学生将自己的精力投入到体育锻炼之中,积极地融入课堂环境。

二、加大宣传力度,转变社会、家庭、学校观念是体育教学改革的重中之重

思想支配人的行动,只有在激进的思想状态下才能接受该事物对其影响。如果三方的步调不一致,就产生强大的阻力、妨碍学生甚至抵消学校教育。所以,

加大宣传力度不仅局限于学校内部,还应注重社会宣传,而社会宣传的突破口是学校宣传,它具有面广、实际、辐射性强的特点,所以学校重视体育教学的同时,也应注重体育宣传,让学生成为最佳宣传的视频与媒体,从而推动全民健身活动。只有转变观念,才能让其自觉接受,使体育真正地成为五育之一,实现五育和谐发展,充分发挥出体育独特的育人功能。所以,转变社会观念,变阻力为动力,是发展体育必不可少的因素。社会又通过学生反作用于学校体育教育的良性循环,充分发挥社会、家庭教育的支持和舆论监督的作用。只有把社会、家庭、学校三方面的积极因素充分调动起来,体育教学才能蓬勃发展。

三、改革教法,把体育教学抓实抓好,在体育教学中充分体现素质教育

体育教学它形象、直观、趣味性强,很容易调动学生的学习积极性。通常,教师示范、学生照练的教法屡见不鲜。学生只是从体育教学中得到了体质的提高,而并没有升华到素质的全面提高。体育教法,应针对其教学内容,做到灵活多变。我通常使用的方法是:1.增添规范性、实践性较强的教学内容。应采取教师说,学生练,教师示范,学生掌握的良好效果。使学生在无意识状态下提高分析、理解、模仿能力。如:重视广播操、武术、跳绳、韵律操等内容的教学。2.增加理论性、科学性较强的教学内容。应先由学生探索再升华到理论分析,然后发展到理论指导实践,在实践中逐步提高。如:“投掷角度、弯道跑的摆臂与步幅”等内容。让学生敢于摸索,学以致用。3.理论课的讲解应注重与实践课相结合,避免理论与实践脱节。如:呼吸与耐久跑、游泳的卫生保障等知识应在实践操作中灌输。用事实证明理论,让学生乐于且易于接受。4.注重因材施教在体育教学中的独特功能。体育教学具有差异性较大的特点。所以,体育教学中的因材施教更应该注重细节,抓住个体与集体的关系,点面结合,逐步提高。个体能解决的个体处理,否则不能达到因材施教、个性成长的目的。首先,以扬长避短为原则,针对个体与集体的特征,对教

学内容进行合理适度的调配,对教学的课时进行必要的权衡,以适应城乡、年龄、地域、性别的差异,让学生全面提高。其次,抓住主要教学目标,争取人人合格。主要体现在成绩考核上,应进行个体区别对待。成绩评定在学生体质健康的基础上,针对学生原有的体质体能状况进行公正、公平的评价,使学生在各自的基础上,不断提高运动机能水平,增强体质,从而激发体育锻炼的意识与激情。

四、体育教学要体现出鲜明的个性

因材施教是学生个体要求的反应,而不是全体学生具体要求的反应。应让因材施教贯穿教育教学的全过程。防止类别划分,以偏概全的变相因材施教。学校体育是国家体育发展的基础,而学校体育发展的根本途径是体育教学的改良改革。有发展,改革才能创新,所以体育教学任重道远。我们的体育课要注意培养学生活泼的个性,要注重实效。依靠自我意识的调节来实现本节课的任务,学生互相模仿,互相提高,互相促进,互相借鉴的能力,就是发展个性的重要因素。

五、体育教学需要快乐学习,需要个性发展

许多学校的体育受苏联模式和军体教育的影响,过于强调纪律是不可改变的,传统教法使师生关系过于拘谨,学生对老师产生一种恐惧感,这样培养出来的学生呆板有余,活泼不足,学生时时刻刻受着条条框框无形的束缚,而不敢大胆的活动,失去自主性。其教学效果并不好,在体育课上,教师能不能对纪律方面放开些,严肃活泼,团结紧张。不敢放开大胆的活动,失去自主性教学效果并不好。教学中要抓住目标基本点,充分张扬个性。鼓励学生愉快的练习,效果比呆板练习的效果会好得多,因为学生在兴奋的状态下,容易接受知识。在体育教学中,我们教师要做到精讲多练。教师要把握要点教给学生,明确重点以后,学生分开练习。而传统的组织教法是教师把练习要点明确后,学生排着整齐的队形练习或者观看部分学生练习。这样每个人活动的概率少不说,还不能充分地调动学生的学习积极性。只有这样才能培养学生的观察、思维、创造等能力。

六、体育赏识教育与情境教学法相结合

在以往的体育课程中,教师大多是采用传统的教学方法去训练学生进行跳、跑等单一重复性的动作,但是传统的教学方法已经无法再引起学生的学习兴趣,因此在体育课程中,教师可以使用情境教学法来增加体育教学的趣味性,并且教师要注意将赏识教育应用于教师的情景教学法中。比如说教师可以在课堂上播放一些比较有趣的视频资料,或者是一些比较有趣的训练方法,让学生在课堂中通过视频直接进行练

习。使用此方法可以一改往日由教师单纯地训练学生的方式,而主要是让学生能够直接通过视频全方位地看到动作的过程。而且教师在播放视频时,可以开展跟练大赛,也就算教师设置一个比赛,让学生跟着视频去练习,教师在这一时期主要担任裁判,也就是说教师在观察学生的跟练过程中,可以采用赏识教育,对做得好的学生要及时赞扬,在跟练结束后,教师可以选择做得最好同学再次进行重点称赞,这也利于提升学生的学习积极性,提高学生的学习兴趣。

七、教师要把握赏识教育的规则

好的赞扬会推动学生的进步,但是任何事情都存在过犹不及的定律,因此当教师没有把握好赞扬的度时,可能会养成小学生自大、傲慢的心理。因此教师在体育教学中使用赏识教育的授课方法时,一定要注意把握赏识教育的规则,即赏识教育要有度。因此教师在进行赏识教育之前,一定要对每个学生进行合理调查,教师必须了解每位学生的身体素质、性格以及内心接受程度。只有这样,教师才能够对于每位学生在体育课程中的表现进行合理的夸赞。比如说教师在开展跳山羊的体育活动时由于男女生身体素质的差异,因此教师在开展游戏时可以采取分开跳的形式。而且在跳的时候对于不同学生的表现,教师一定要采用不同的夸赞方式:对于腼腆胆小的学生,教师可以夸她勇敢,借此鼓励他下一次可以更加大胆一点;对于体育比较好的学生,教师可以夸他动作好,借此激励他下一次做得更好;对于不擅长体育运动的学生,教师可以夸他勇于挑战自我,借此激发他对于体育运动的兴趣。总而言之,教师必须要以学生的实际状态出发去进行赏识教育,只有这样才能充分地调动学生的体育兴趣,并让学生在运动过程中不断地提升自己的体育技能。

八、结语

综上所述,体育教学要高度重视。我建议在我们的体育教学过程中,不要老是强调纪律,而应放开些,只有把个性充分地展现出来,只要真正做到因材施教,我们的体育教学将魅力无穷。教师还应该积极发挥自身的引导作用,帮助学生提高对于体育课程的兴趣,从而让学生在体育活动中更加放松自己,切实提高学生身心的健康发育。

作者简介:董凤娟(1983—)年,女,中教一级。研究方向:中学体育。

(作者单位:宁夏中卫市第五中学)