

为了让学生可以积极主动参与体育教学,教师应创设良好的体育游戏情境,立足于学生的兴趣点,竭尽全力营造活跃的氛围,构建生动、愉悦的小学体育课堂。对此,教师应设计趣味十足的体育活动,调动学生参与游戏的积极主动性,从而变“要我学”为“我要学”。以“立定跳远”相关知识为例,教师在教学中可以以以往以小组为单位、动作练习为主的单一练习模式改变,运用模仿游戏的形式,让学生对青蛙跳跃的动作和形态进行观察,然后再展开练习,在练习的过程中教师应运用各种各样的语言鼓励表演学生,并配上示范动作,可以促进学生学习兴趣有效提升,主动投入到练习之中。如,创设“青蛙跳跳跳”的游戏情境:小青蛙,跳跳跳,跟着老师一起跳,比比谁跳得更远,看谁动作最规范!这样,便能充分激发出学生的主观能动性,其通常会借助自身好胜心强的心理,积极主动投入到体育游戏之中。

(二) 结合学生身心发展特征,合理开展体育游戏教学

小学阶段的学生具有较强的好动性和好奇心,在小学体育游戏教学中,教师要和学生的各项特征相结合开展游戏教学,以此让学生积极主动投入到体育教学之中。比如,教师可以和小学生的年龄、性格、体能等相结合开展相应的体育教学,就小学低年级的学生,设置弯道速跑、篮球竞赛的体育活动明显和小学生的特点不相符,教师应和小学生的年龄特征、性格相结合设置“老鹰捉小鸡”“过独木桥”“丢手绢”等游戏活动;而就小学高年级的学生,教师可以组织学生开展足球比赛、拔河比赛等竞技类的体育游戏教学,在促进学生积极性提高的过程中,使小学生的运动能力和身体素质得到增强,以便于今后更好地展开体育学习。此外,教师可以结合体育教学内容和学科开展体育游戏教学,如,在跳绳游戏教学中,在一组学生参与跳绳游戏活动的过程中,另一组学生则要在旁计数,在学生运动的过程中,还能促进其数学计算能力提高。

(三) 结合教学内容,精心设计体育游戏

现阶段,小学体育教师在教学中经常采用游戏教学法,以此将寓教于乐的教育目标顺利实现。教师在开展小学体育游戏时,应根据教学内容,以学生的不同情况为基础,精心设计体育游戏,确保开展的游戏活动符合学生的发展。例如,低年级的学生模仿能力较强,体育教师可以融合教材内容和体育游戏,同时试着运用唱

歌、音乐等形式使游戏形式更加丰富。传统的体育游戏有“老鹰捉小鸡”“丢手绢”等,使学生在玩游戏的过程中加大腿部训练力度。作为体育游戏的引导者、组织者,小学体育教师需要把游戏的规则告诉学生,以此确保游戏有序开展。此外,在分组的过程中需要立足于小组的综合情况和身体素质,确保各小组水平相当。

(四) 结合教学任务,开展示范性游戏教学

在体育教学中引入体育游戏,教师需要将自身的示范作用充分发挥出来。因为小学阶段的学生心理和智力尚未发育成熟,他们对周围事物的认知能力较低,但模仿能力很强。所以,小学生模仿体育教师动作的能力直接影响着体育游戏教学的效果。体育教师需要向学生讲解和示范具体的游戏技巧、游戏规则和操作步骤等。同时为了降低学生的理解难度,教师在讲解的时候,可以充分利用生动、形象的肢体动作完成,例如,在学习和篮球相关知识与技巧的过程中,教师可以借助示范的方式表现出篮球传球的技巧与方法,从而组织学生借助小组比赛,将篮球传球活动完成。传球的技巧也就是学生应将篮球的运动轨迹灵活掌握到,同时让学生自己带球跑,而不是让篮球推着人走。教师在课前借助示范作用,可以让学生将篮球的传球技巧初步掌握到,同时借助诸多相关游戏活动,使学生把游戏技能熟练掌握到,从而显著提高体育教学效率。

结语

总而言之,随着新课程改革的不断深入,小学体育教师在课堂教学中,应积极革新教学,推动小学体育教学改革。在小学体育教学中运用体育游戏,可以将传统的体育运动形式有效改变,营造生动有趣的小学体育课堂氛围,以此将学生的运动兴趣充分激发出来。所以,小学体育教师应和教学内容相结合,积极利用体育游戏,确保体育课堂教学的高效性。

参考文献

- [1] 刘鸿峰. 浅谈体育游戏在小学体育教学中的应用[J]. 中国教师, 2018(52): 4.
- [2] 屈俊杰. 浅析体育游戏在小学体育教学中的应用[J]. 中国校外教育, 2018(34): 7.

初中体育篮球教学中如何培养学生的攻守意识

熊庆欢

(广西来宾市兴宾区城厢镇初级中学 广西 来宾 546100)

【摘要】传统的教学理念过分重视学生的成绩因此培养出很多高分低能的“人才”,而随着新课程标准文件的下发,全面发展成为培养学生的首先标准,所以很多学校开始创新体育教学模式以便提高学生的综合能力。篮球教学是初中体育中的重要项目,老师不仅需要给学生普及各种篮球相关知识和技能,同时也应该培养学生的攻守意识,从而让篮球训练更有意义。

【关键词】初中体育; 篮球教学; 攻守意识

篮球是一项比较综合的项目,能够提高学生的反应能力和体能水平。同时篮球训练中中学生需要遵守相关规则,摆正自己的心态并且在相互的攻守较量中体会到运动的快乐。但是很多初中体育老师只是把篮球训练当做娱乐项目,只是教学生简单的运球发球技能却没有强调攻守意识的培养。这种教学方式很容易让学生对篮球学习产生误解,而部分男同学因为没有专业知识的培养因此私下进行篮球比赛时很容易产生意外。所以老师需要提高攻守教学的意识,从而提高体育课堂效率。

一、篮球教学中学生攻守意识培养的重要性

(一) 提高篮球教学质量的必要途径

篮球是奥运会的重点项目,其运动特点是对抗性,娱乐性和健身性,在进行篮球竞赛时需要参赛选手能够灵敏的反应并且具备良好的运球传球技能。但是很多初中篮球教学中老师并没有强调攻守意识,而是尽量将教学简化从而避免学生发生肢体冲突。殊不知这样的教学方式是片面的,因为篮球是需要双方共同参与的,只有在来回的防守和进攻中才能体会到篮球竞技的快乐。同时提高攻守技能能够提高学生对于篮球的控制水平,并且促进学生的肢体协调能力,有助于学生综合素质的发展。

(二) 让学生在篮球学习中形成良好的团体意识

在进行篮球教学时老师应该适当的学生配合训练,因为在竞赛中一般都是团队赛,只有学生相互配合共同学习防守技能,能够在实际演练中取得良好的成绩。现在的学生多数是生活在独生子女家庭,所以他们的个人意识比较强,但是篮球并不是一个人单打独斗就可以的,而是需要团队配合。同时学生也可以在团队合作中及时发现自己的优势劣势,从而在他人配合的过程中发挥自己的长处弥补自己的缺点。

二、篮球教学中学生攻守意识培养的具体措施

(一) 注重基础素质训练

想要真正掌握攻守技能首先学生应该做好基础素质训练,因为篮球比赛中身体碰撞是无法避免的,如果学生没有做好前期的准备就很容易发生事故,影响教学效果。首先老师应该给学生普及一些竞赛规则,让学生知道哪些动作是犯规的进而提高竞赛的规范性。篮球比赛的时常一般是不固定的,一般是10分钟一节,因此学生应该具备良好的身体素质避免体能消耗造成身体伤害。老师可以先让学生进行体能训练,例如先让学生慢跑800米以后再行进行跳跃练习。老师需要特别注意的是体能训练应该根据学生的身体素质做出调整,女生体质差可以降低训练强度。同时老师想要提高学生对球的控制力就需要可以进行学生手腕灵活性的训练,因为篮球主要

是以手为中心。初中生他们的年龄比较小,很多学生在之前并没有专门的进行篮球训练所以不能很好的控制球,但是传球讲究的就是手腕的力量。如果没有专业的指导,学生很难控制力度稍有不慎就会造成手腕损伤。在进行基础训练后,老师可以教学生一些简单的攻击和防守技能,必要的情况下可以让学生机械的重复从而加强肌肉记忆,因为比赛场上一切肢体互动都是快速进行的,只有不断的训练才能够灵敏的反应。老师也可以给学生播放一些经典的比赛视频,让学生注意看队员的防守进攻方式进而不断的揣摩和尝试,增加篮球训练的趣味性。

(二) 关注心理层面问题

初中正是学生叛逆的时期,体育老师应该尤其关注学生的心理。篮球训练中最忌讳的就是意气用事,而血气方刚的青年并不能很好的控制自己的情绪所以很容易造成赛场冲突演变成语言肢体攻击,不仅会影响课堂秩序而且严重阻碍学生心理健康的发展。所以老师需要向学生强调优异比赛的重要性,并且赛场上的输赢不重要,重要的是比赛后的收获。在篮球训练前期老师应该加强学生的体能训练,在进行攻守教学时老师应该注意每一个学生的动作,有些学生因为初次接触篮球运动所以不能很好的把握动作力度,老师应该及时更正避免后期比赛因队员动作不规范而发生意外。一般初一体育老师尽量不要举办比赛,可以花更多的时间让学生钻研攻守动作。初二有些学生已经具备良好的篮球技能,老师可以适当的举行友谊赛。在比赛之前老师需要重申规则并且强调比赛中友谊第一,尽兴比赛同时需要避免过分的肢体冲突。在比赛结束后老师可以给获胜的队伍颁发一些小奖品,以激励他们篮球学习的热情,而失败的队伍老师应该加以鼓励并且帮助他们调整心态,激发下次比赛的热情。学生的心态往往是影响篮球训练效率的关键因素,老师应该主动关心学生的心理问题避免意外的发生。

三、结束语

初中体育教学中篮球占有比较重要的地位,老师不能因为害怕意外的发生而不进行攻守技能的教学。老师应该根据不同学生的基础情况完善教学模式从而提高学生的综合能力。

参考文献

- [1] 李佳敏. 基于三大策略 优化篮球教学[J]. 田径, 2018(12): 47-48.
- [2] 吴怀东. 培养攻守意识 提升篮球训练效果[J]. 名师在线, 2018(24): 51-52.
- [3] 林健. 新时期初中体育篮球教学的优化方案分析[J]. 当代体育科技, 2018, 8(13): 65+67.