

寓教于乐，全面提升

——趣味运动在高中体育教学中的应用策略探究

陈亚仲

江西省南昌市南昌大学附属学校

摘要：体育作为素质教育中不可或缺的基础课程之一，在提高学生身体素质，促进学生身心健康发展方面具有不可替代的作用。因此如何提升高中体育课堂教学有效性，成为亟待体育教师解决的问题。应用趣味运动策略进行辅助教学，能够有效的激发学生的学习兴趣，提高体育课堂教学的有效性。因此，本文将从高中体育课堂应用趣味教学的意义、体育教学现状及有效的应用策略，这三个方面进行探究，旨在通过有效的教学策略，使趣味运动在高中体育课堂上焕发新的生机，促进学生综合素养的不断提升。

关键词：高中体育；趣味运动；策略

【DOI】 10.12252/j.issn.2096-627X.2023.08.033

体育教育在高中阶段起着至关重要的作用，它不仅是培养学生身体素质和健康习惯的重要途径，也是塑造学生优秀品格、培养他们团队合作精神的重要环节。然而，传统的体育教学课堂较为枯燥，教师的教学方式也比较单一，难以激发学生的学习积极性。为了打破这种束缚，趣味运动应运而生，并逐渐在高中体育教学中崭露头角。趣味运动以其独特的形式和规则吸引着学生的眼球，更以其生动性有效的激发了学生的学习热情和参与度，通过与传统体育项目进行创意结合，激发了学生的探究欲望，使高中体育课堂变得更加生动有效，同时也提高了体育教学的实效性。

一、高中体育课堂开展趣味运动的意义

（一）有利于实现教学方法创新

在传统的体育课堂上，教师往往是课堂的主导者，学生仅被动的接受课程内容，教学效率不尽人意。而趣味运动强调的是学生的参与度和体验感，这种方法能够更好地激发学生的学习兴趣，提高他们的积极性和主动性。在趣味运动中，不仅可以在游戏中锻炼学生的身体，提高他们的身体素质，还可以在团队合作中培养学生的协作精神，增强他们的团队沟通能力，这有助于培养学生的综合素质，促进他们更加全面的发展。此外，趣味运动可以让学生在轻松愉快的氛围中学习体育知识，掌握运动技能，这样的教学方法更具吸引力，能够满足学生多样化的学习需求。同时，教师也可以从趣味运动中获得新的启示，进而不断改进和优化体育课堂教学方法，实现教学方法的创新，这种相互支持和促进，有助于体育课堂教学取得更加优异的教学成果，也将使体育教学变得更加热烈有效。

（二）有利于激发学生参与热情

俗话说兴趣是最好的老师，对于高中阶段的学生来说亦是如此，尤其对于体育课堂来说，高涨的热情和积极的参与积极性，是教师取得教学成功的关键。而在体育课堂上应用趣味运动，可以有效的激发学生的学习积极性，使他们将注意力更多的集中在课堂之上。在传统的体育课堂上，学生对于体育锻炼总是呈现消极态度，参与积极性较低，在这种教学模式下，教师无法取得预期的教学成果，甚至还会使学生对体育学习产生一定的抵触心理。采用趣味运动则可以有效的改善这一不足之处，学生能够在更加生动有效的课堂上参与体育运动，并且趣味运动形式和规则更加多样，能够满足不同学生的个性化需求，这不仅能够提高教师教学的有效性，还能够使学生对体育课堂更加投入，一改他们对体育学习的刻板印象，使教师的教学效率得到进一步的提升。^[1]

（三）有利于推动教育改革

随着新课程改革的不断推进，对高中体育课堂提出了更多的要求，教师的教学理念也发生了较大的变化，体育教师需要结合新的政策和理念，对课堂教学模式进行调整，以更加深入的推进教学改革。并且在素质教育的理念下，体育课程也受到了越来越多的注视，教师需要投入更多的精力以探究更加高效的教学方法，解决体育教学过程中存在的各种问题。采用趣味运动的方式，为教师的教学过程提供了更多的可能和想法，使得教师能够探寻出一条更加高效生动的教学之路，这不仅能够优化高中体育教学课堂，还将促进学生体育学习积极性的不断提升，对体育教师实行教学改革，落实新的教学理念，具有十分积极的促进作用。

二、高中体育教学存在的问题

(一) 教学方式单一, 缺乏趣味性

以兴趣为导向开展教学, 能够使教师取得事半功倍的教学效果, 同时还能够提高学生的课堂积极性。但是如今多数体育教师在开展体育教学的过程中, 仍采取单一的体育项目引导学生进行训练或是比赛, 更注重体育技能的传授, 忽略了体育运动的趣味性。在这种教学模式下, 教师无法取得良好的教学效果, 长此以往学生还将对体育锻炼产生一定的抵触心理, 这在一定程度上影响学生综合素质的提升。此外, 采用这种教学模式学生的参与热情逐渐下降, 教师将很难激发学生的创新思维, 学生的身体素质得不到充分有效的锻炼, 对体育教学产生了较大的负面影响。并且这种单一的教学方式也不利于满足学生的个性化需求, 由于不同的学生对于体育活动的喜好不同, 并且他们自身也存在一定的能力差异, 教师采用单一的教学方式无法取得良好的教学效果, 学生得不到充分的锻炼与促进。因此, 为了解决这一问题, 高中体育教学应该注重多元化、创新性的教学方式, 增加趣味性和创意性的元素。

(二) 学生不够重视, 缺乏积极性

受应试教育的影响, 高中阶段的学生普遍倾向于将更多的时间和精力放在文化课程之上, 对于体育课程持一定的忽视态度, 更有部分学生将体育课程视为消遣或填充课余时间的活动, 这种认知会导致学生缺乏对体育教学的正确认识, 且学生的学习积极性不尽人意。并且传统的体育教学往往以某些常见的项目为主, 如跑步、篮球、足球等为主, 这种单一枯燥的教学内容对于学生来说缺乏新鲜感和挑战性, 他们的课堂参与度往往较低。还有部分教师对学生的课程评价较为单一, 这更加深了学生对体育学习的刻板印象, 在他们心里体育将变成走过场式的教学科目, 在这种模式下, 学生的学习积极性大打折扣, 教师开展体育教学的过程也变得举步维艰。

(三) 教学内容枯燥, 缺乏创新性

高中体育教学作为提高学生身体素质和培养体育精神的重要途径, 一直以来都备受关注, 但是在实际教学中, 却存在着较大的问题, 其中最为突出的是教学内容枯燥, 缺乏创新性。多数高中体育教师在设计教学的过程中, 往往存在着内容重复的现象, 这容易使学生感到枯燥乏味。并且还有教师只注重技能层面的教学, 忽视了对体育理论知识和体育文化的讲授, 导致学生无法深

入了解体育的内涵和价值。体育教师在传授运动技能的同时, 还应该注重培养学生的体育精神, 如团队协作、顽强拼搏、公平竞赛等优秀的精神品质, 促进学生更加全面科学的成长, 然而在实际教学中, 教师却忽略了对学生精神的培养, 体育教学缺乏创新性, 教师的教学效率较低。

三、高中体育课堂开展趣味运动的策略

(一) 根据教学目标选择恰当的趣味运动

体育课堂中的趣味运动是为教学服务的, 所以教师选择和运用趣味运动的首要依据就是教学目标, 这就要求高中体育教师依据教学目标和主题, 选择恰当的趣味运动, 使其既能够起到活跃课堂气氛, 激发学生锻炼热情的目的, 也能够完成某一节课的教学目标, 使学生在收获喜悦、享受乐趣的同时能够更加高效的学习体育技能, 获得体育锻炼。当然, 既然是趣味运动, 自然不能失去其趣味性和娱乐性, 教师不能为了完成既定教学目标, 而使趣味运动成为枯燥的训练, 否则容易导致学生产生厌烦情绪, 使他们对趣味运动产生误解, 同时这也将使教师的趣味运动教学无法取得预期的教学效果, 还会对体育课堂产生一定的负面影响。

例如, 在对“投掷”这部分内容进行授课的过程中, 首先, 教师应明确教学目标, 即“通过实践, 掌握正确的投掷动作要领、发展学生投掷能力及身体协调能力、使学生体验活动中的乐趣并展现自我”等, 依据这些目标设计趣味游戏, 能够使教师的教学过程脉络更加清晰, 对游戏的设计与应用也更加科学有效。在教学时, 教师可以设置“飞机起飞”的教学情境, 引导学生进行叠纸飞机的游戏, 并使学生模仿飞机飞行的动作, 在这个趣味实践中, 能够有效的集中学生的课堂注意力, 发展学生的思维创造能力及想象模仿能力, 为后续教学做出了良好铺垫的同时, 还使得体育课堂变得更加生动。在学生进行游戏练习的过程中, 教师可以对学生提出问题, 如“如何才能让飞机飞的最远呢?”引导学生不断的练习和实验中掌握“肩上屈肘、自然挥臂”的投掷动作。最后, 教师可以设计针对性的趣味游戏练习, 帮助学生巩固所学知识, 并锻炼体育技巧, 比如教师引导学生进行各式各样的抛接沙包练习, 使学生进行专门性的热身训练, 自主的设计抛接动作。在学生进行了充分的热身和练习之后, 教师引导学生以小组为单位开展“丢沙包”趣味运动, 同时要求学生遵守游戏规则认真练习, 在游戏练习的过程中, 能够激发学生的学习

兴趣,使他们始终保持高度的课堂热情。教师依据教学目标设计游戏任务,深入切合了教学主题,使得教师的教学过程更加有效,学生的学习积极性也不断高涨,教师取得了更加优异的教学效果。

(二) 趣味运动要突出学生的主体性

新课程改革强调突出学生的主体地位,这是因为学生是学习的主体,他们要积极主动地参与教学活动,才能更好地吸收知识、学习技能。在高中体育教学中,趣味运动的参与者主要是学生,而教师是组织者、引导者和评判者,教师要大胆地把课堂交给学生,让他们通过自己的思考和操作得到锻炼、享受乐趣、获得成就感,教师只需在一旁进行指导和帮助即可,这样才能使学生真正的在游戏中得到锻炼和提升,充分发挥出趣味运动的作用。并且教师在教学过程中保证学生的课堂主体地位,还能够使教学过程的展开更加顺利,教师对学生学习状态的把握也将更加牢固,这有利于教师及时的调整教学进度,促进体育教学课堂取得更加优异的教学效果。^[2]

例如,在对“排球”这部分内容进行授课的过程中,首先,在热身之后,教师可以将学生分为均等的两组,引导学生以小组为单位进行“垫球接力”游戏,并对学生说明游戏规则,如“排头队员两臂并拢,用手臂持球跑动前进,穿过球网到对面场地底线将球交给下一个队员,该队员接球后依旧跑动前进,全队依次进行。所有人做完后,首先完成的队伍获胜。”通过这个游戏,能够有效的吸引学生的课堂注意力,使学生得以全身心的投入课堂练习之中,同时还保障了学生的课堂主体地位,使教师的教学过程得以更加顺利高效的展开。接着,在这种热烈的氛围之上,教师可以进一步为学生讲解具体的体育技能,如“击球应重心前提,含胸、提肩、压腕、顶肘腹前约一臂击球的后下方”等,此时学生对教师的讲解理解的将更加透彻,对所学内容的掌握也将更加牢固。教师通过结合趣味游戏,有效的保障了学生的课堂主体地位,使得教师的教学展开更加高效,同时也深化了学生对所学内容的理解,趣味游戏对体育课堂起到了有效的辅助作用。

(三) 及时进行课堂评估优化教学过程

趣味运动的效果并不只是反映在教学过程中,因此在高中体育教学中运用趣味运动,教师不能只把眼光放在课堂上,还应当做好课后的评估工作,要及时对开展的趣味运动所取得的效果进行评估,并对得到的反馈

进行分析和总结,进而取长补短,优化和改进以后的体育教学工作。在教学过程中增加评价环节,教师能够及时的对学生进行查漏补缺,促进他们学习效率的进一步提升,同时教师结合学生的反馈,能够使给予针对性的指导,使得体育教学更加完善有效,此外在评估的过程中,还能增进师生之间的交流,使课堂氛围更加融洽,为后续的体育教学奠定了良好的兴趣基础。^[3]

例如,在对“民族民间传统体育”这部分内容进行授课的过程中。首先,教师可以为学生介绍一些在民间广泛流传的体育形式,如“踢毽子、珍珠球、板鞋竞速”等,并为学生讲解民间传统体育运动的意义。接着,教师可以为学生设计“板鞋竞速”趣味游戏,为学生讲解游戏规则,使学生的游戏过程更加顺利。在学生进行游戏的过程中,教师需要实时的对学生的游戏过程进行观察与评价,看学生是否存在犯规,并针对犯规情形给予纠正和惩罚,确保游戏的公正性、规则性以及趣味性。游戏结束之后,教师可以引导学生发表自己的见解,说出自己的想法和意见,便于教师给予针对性的指导,使体育教学过程更加完善。教师通过增加评价环节,使得教学过程更加科学完整,学生的主体性也得到了充分的保障,这使得教师的教学过程更加有效。

综上所述,在高中体育课堂上引入趣味运动,能够打破传统体育教学的单调性,更加高效的培养学生的团队合作能力及创新思维,并促进他们身心更加健康高效的发展。但就如今的教学现状来看,多数高中体育教师在体育课堂上引入趣味运动的过程中,仍存在诸多不足之处,这就需要教师以学生的实际需求为出发点,设计更加切合学生实际的教学策略,使趣味运动的应用发挥其应有的效果,进而提高体育课堂教学的效率。通过这种创新教学方式,能够培养出更加健康、积极向上的学生,为他们今后的学习与发展奠定坚实的基础。

参考文献

- [1] 郭海华. 试析趣味运动在高中体育教学中的运用[J]. 新课程导学, 2018, (28): 39.
- [2] 马晓燕. 基于优化环境视角浅谈高中体育与健康课田径项目的模块教学[J]. 教师, 2019(24): 102-103.
- [3] 郭海华. 试析趣味运动在高中体育教学中的运用[J]. 新课程导学, 2018(28): 39.