

关于高中体育课堂中定向运动的趣味教学方法研究

寇颜黎

(成都棠湖外国语学校 四川省 成都市 610225)

[摘要] 教育体制中新思想的加入推动了教育模式的改革,在全新的教育理念下,高中体育教学课堂将更加注重对于学生的定向教学和训练。与传统的任务是教学模式不同,教师采用定向教学的方式能够更加充分的利用课堂时间,对学生进行更有效的教学,学生也能够定向教学模式下更快地掌握所学的知识,这会让高中体育课堂发生本质的变化。

[关键词] 高中;体育;定向训练

引言:

社会的发展带动了人们的思想也发生了一定的转变,因此为了适应这种变化,学校的教育体制发生了适当的改革。为了让学生做德智体美劳全方面发展的新时代高中生,学校在高中教育体系中,将体育也纳入了对学生的考核范围内。体育学科的考核要求学生有较好的体质基础,为了达到这一目的,对学生进行定向的体育训练就不失为一种很好的方法。定向运动训练能够帮助学生快速掌握运动技巧,有效的提升学生的体质。本文就如何在高中体育课堂中对学生展开定向运动教学进行了研究和讨论,并提出了相应的建议。

1 端正学生的思想,增强学生自信心

由于高中生日常学习任务重,学习时间紧且面临着高考的压力,因此留给高中体育教学的时间并不充裕。面对这种情况,只有对体育教学进行系统的规划,提前制定好相应的教学计划,并且在教学过程中教师要抓紧一切机会,利用好课堂时间对学生进行有效的教学。在有限的时间内做高效的事情,无论对于教师还是学生而言,这都不是一件容易做到的事情。

高中的体育教学阶段中,每个学生其实都有自己心中的期末学习目标。因此如果想针对学生进行定向的教学计划,那么首先就要了解清楚,每个学生的学期目标是什么,然后根据不同学生的学期目标展开不同角度的体育训练,这样才能够最大可能的,让每一个学生做完成自己的目标。其次,想要高效的完成教学目标,那么课堂中学生的学习态度和学习氛围就十分重要了。教师应该在教学过程中,逐步向学生渗透体育和健康息息相关的思想,让学生去主动学习体育,热爱体育。此外,教师还要让学生自己制定一些短期的小目标,学生在不断克服这些小目标的同时,也会不断的增强自信心和成就感,有利于学生更主动高效的学习体育课程。学生学习更主动,那么在进行自身的状态调整时也会大大缩短磨合期,这对于教师及时的完成教育任务而言,也是很有帮助的。

2 结合学生实际情况制定训练计划

目前大多数学校的体育教育模式都是标准化,统一化的训练,例如对学生的集体教学和教师的集体备课都是集体化教育方式。这种教学方法虽然能够确保大多数学生都得到了标准的训练,增强了部分学生的体质,但是教育效果却时常没有达到计划中的标准,这种现象大多是由于学生的实际情况与教学模式不匹配所造成的。因此,结合学生实际情况再制定教学计划,对学生进行定向的体育运动训练才是有效提高学生学习效果的好方法。

定向训练,主要体现在可以对不同情况的学生进行区别训练,让学生在课堂中有充足的时间训练自己所需要的体育项目。例如体育与健康教材中第七到十二章里的“球类训练”教学项目就可以很好的进行定向体育运动训练。针对学生在学习球类运动时遇到的不同问题例如发球姿势等,就可以进行专项训练,让学生着

重练习发球,快速达成学习目标。对于学生而言,这种高强度的专项训练会成为他们进行项目突破的最好方式。同时,学生由于避免了很多不必要或者效果不明显的训练方式,很有效的保持了自己的体能在平衡的状态,以便更好的进行专项突破训练。所以说,对学生进行专项定向体育运动训练,一定要结合学生的具体情况制定合适的目标,在定向训练的模式下,学生必定能够取得意想不到的训练效果。

3 提高教学效率,创建良好的学习氛围

在传统的教学模式中,体育学科往往并没有收到大多数学生和教师以及家长的重视。而在实际教育中,很多体育教师的教学时间并不充足,教学计划也得不到,很好的完成,因此许多教师由于缺少成就感,便对体育教学产生了解怠心理。教师的懈怠导致教学质量得不到保证,学生也就因而缺少了学习的兴趣,长此以往恶性循环,体育教学也就不断的被忽视。

因此想要带给学生良好的体育教育,那么首先就需要给学生创设一个积极进取的学习氛围。教师可以通过在课堂中为学生制定很有趣的教学计划,或者提供更具有趣味性的教学设施来激发和提高学生的学习兴趣。例如在进行体育与健康教材中的“武术训练”教学项目,如果只是单纯的教学生武术姿势等内容,那么可能很多学生就会对这项运动提不起兴趣,觉得枯燥乏味。如果能够加入相应的武术器材,并且教学中加入一些教师自己掌握的有趣的经验技巧等内容,学生有了新鲜感自然就会更愿意学习。尤其对于定向教学训练而言,学生的主动积极能够有效的提高教学质量。所以体育教师一定要做好学生的思想工作,有意识的为学生创造良好的学习氛围,不断完善自身的教学计划,让学生拥有一个高效,有趣的体育教学课堂,这样学生才能够在体育教学课堂中获得应有的乐趣和提高。

结束语:

高中体育的定向运动训练教学是一种富有创造性和挑战性的教学方式,它要求教师具有良好的教学水平、得当的教学方法以及灵活的课堂设计。定向的学习方式更容易激发学生学习兴趣,改变死板的教育氛围,学生在这样具有强烈学习氛围的课堂中进行学习,必定能够得到更大的提高。因此,在高中体育教育中,定向的运动训练教育是绝对不容忽视的,我们要努力运用好这种创新、高效的教学方式,为学生的身心健康提供强力的保障。

参考文献:

- [1] 王花梅.《高中生体育课堂情境兴趣问卷》的编制[D].首都体育学院,2018.
- [2] 付兴众.菏泽市高级中学体育与健康课田径教学现状及发展对策研究[D].吉林体育学院,2017.
- [3] 任杰.哈尔滨市初级中学体育教师田径教学能力的现状及对策研究[D].哈尔滨体育学院,2017.