

感觉统合训练对小学体育教学的启示

吴凌云

(广东省东莞市樟木头镇实验小学 广东 东莞 523617)

[摘要]随着现代文明的进步,学生的文化成绩与素质能力,逐渐得到学校和各界予以同等的重视态度。尤其是在新课改的教学环境下,各学校在改进智育教学方式的同时,也积极关注学生身心健康的发展。但人们在享受高科技带给的方便快捷的生活条件时,也滋生了许多新的健康问题,如很多学生因为体能素质跟不上,或是由于先天性的病症,造成对学生身心健康的影响。作为小学体育教师,本文基于感觉统合训练对小学体育教学的启示,来对如何提升小学体育教学的质量,做出相关的探讨。

[关键词]感觉统合训练;小学体育;启示

现代人们的生活环境日益改善,大多为独生子女的学生们,从小就在家人的呵护中长大。在很多家长的思想观念中,孩子的主要任务是学习,而忽视了对孩子身体素质的锻炼,包括一些应该从小让孩子独立掌握的生活技能,家长都一手替孩子包办。基于此环境下,如今的很多儿童缺乏良好的身心锻炼,以至于越来越多的儿童,身体素质不达标,存在各种各样的疾病,例如,普遍性存在感觉统合失调现象。针对儿童的这一问题,引起教育界的重视,尤其要把握儿童小学阶段的黄金时间,通过各种有效的教学途径,来对感觉统合失调症状的及时调整。而丰富的体育活动,对于儿童感觉统合失调问题,能够发挥出极大的助益效果。通过结合感觉统合训练,来对体育教学得到启示,可以促进调整儿童感觉统合失调的问题。

一、了解感觉统合训练的意义

利用儿童喜爱和易于接受的体育游戏,来让学生在轻松的游戏情境中,得到本体感觉,并训练儿童的身体平衡感与协调能力,称之为感觉统合训练。基于小学生的年龄特点,在小学体育教学中,在展开体育游戏环节时,进行对学生运动协调能力,与身体知觉能力的训练,可以让学生在不知不觉间走向正常的身心发展轨道,促进感觉统合失调的儿童智力的发展,提高儿童身心素质能力。

二、分析儿童形成感觉统合失调的因素

2.1从小缺乏感觉刺激训练

随着社会形势的发展,很多家庭中只有一个“独苗苗”,而使得唯一的子女受尽家人的宠爱,印证了那句“含在嘴里怕化了,放在手心怕碎了”。孩子偶尔在家中蹦蹦跳跳,怕孩子磕着碰着,与其他孩子玩耍,又担心其打架受伤。总之,在孩子做各种肢体动作前,都会招来家长的担心与阻拦,从而导致孩子缺乏必要的感觉刺激,也得不到正常的体育锻炼。长此以往,使得孩子形成了身体与心智上协调能力的下降。

2.2因为神经系统的问题

人的感觉系统是由许多神经组织建立起来的,部分儿童由于中枢神经受损,或是神经组织紊乱,导致儿童形成了感觉统合的失调。在现实生活中,导致儿童神经系统受损的因素有很多,如孕妇在生产时没有选择正确的生产方式,生产过程中没有得到医护人员的辅助,导致产程过长伤害到婴儿的神经系统。又或有婴儿在产妇产中脐带缠绕的情况等,都有可能引发孩子的感觉失调问题。

三、小学体育教学中展开感觉统合训练的启示

3.1增强感觉统合训练的体育锻炼意识

在展开小学体育活动中,基于增强学生的身体素质,来引导学生在各项体育训练项目中,训练学生的身体协调能力,和强健学生的体魄,培养学生的体育精神。在平时的体育教学中,教师应有意识地融入感觉统合的训练,通过各种有效的途径,来刺激学生的感觉神经。例如,在小学体育活动中,教师组织学生打羽毛球,或是引导学生通过打乒乓球,来训练学生的身体协调能力,与反应速度,同时还能在快速的接球过程中,训练学生的视力。仔细分析,不难看出,每项体育运动,与感觉统合训练存在着密切的关系。如在来回接应乒乓球时,学生需要眼灵活做出手

脚协调的接应动作,以迅速捕捉控球方向和力度,锻炼学生的肢体协调能力,开发学生的眼力灵活度。另外,学生在进行羽毛球运动时,通常都会置身于宽敞的草坪地上,通过锁定球的目标,来回前后的跑动,来得到锻炼身体素质的效果,还能在绿化的草坪环境,使每天需要用于学习的眼睛得到放松,从而对学生的身心发挥出积极作用。

3.2增强体育教师在感觉统合训练中的专业性

虽说在体育教学中可以有效促进儿童感觉统合训练,但是在实际的体育教学中,教师首先需要具备专业性的感觉统合训练知识与技能。生理学、心理学和行为学等各种相关的理论及技能,都是展开感觉统合训练需具备的,才能在体育教学中有效融入与发挥对儿童感觉统合训练的效果。因此,在平时体育教学之余,教师应怀以不甘于现状,并积极为感觉统合失调儿童的切身考虑,来不断学习专业性的感觉统合训练方法,并寻求体育教学与感觉统合两者互相促进的手段,利用课外时间的充电学习,如通过自学网络上相关的教学视频,或是研究与此专业的书籍资料,来丰富自己的感觉统合训练技能,从而在小学体育教学中有效发挥出感觉统合的训练效果。

3.3不断优化体育教学中感觉统合的训练方法

在小学体育教学中,常见到学生机械性地重复某一项运动,在一定程度上虽然可以锻炼学生的体能,但长期以这种单一化的锻炼模式,不能很好激发学生对于体育运动兴趣,也不能有效开发学生的运动思维。因此,作为体育教师,也要不断创新教学模式,基于发展学生的综合素质,来丰富体育教学的方式,也要在看似普通的体育运动中,融入灵活性的感觉统合训练游戏。例如,教师创意地将操场上的跑道改成多种图形,在原来椭圆形的跑道中融入圆形、三角形、星形等形状,然后,再让学生从其中一个点向其他跑步,按照教师示意来完成跑步任务。在改变常规的运动方式后,让学生在复杂的图形中锻炼其思维能力与反应能力。

结束语

面对现今社会中儿童普遍存在的感觉统合失调问题,应引起学校与体育教师充分的重视。通过在小学体育教学中融入感觉统合训练,来把握调整儿童感觉统合问题的最佳时机。基于对感觉统合对小学体育教学的启示,建立训练感觉统合的意识,提升体育教师感觉统合训练的专业度,及优化其训练方法,为小学生创造良好的身心教育环境,促进学生健康的成长。

参考文献

- [1]王翠.感觉统合训练在小学体育教学的应用探究[J].青少年体育,2015,(9).
- [2]池丽艳.从感觉统合训练谈幼儿体育实践研究[J].中国校外教育,2012,(35):147.
- [3]杨小永.如何优化小学体育教学[J].山海经,2015,(21):55.
- [4]吴晋欣.提高小学体育教学的有效性[J].吉林教育,2015,(33):88.
- [5]吴燕红.感觉统合训练对小学体育教学的启示[J].内蒙古教育,2016(15):13.

分层教学法在高中体育学科教学中的应用

翁维清

(临川一中实验学校 江西 抚州 344000)

[摘要]随着教育事业的不断发展,素质教育逐渐成了教育事业的主体,高中体育教学对提升高中生的综合素质有着至关重要的作用,是素质教育中的重要组成部分。分层教学为一项创新性的教学模式,依据学生所呈现的学习能力,划分成不同的层次,对他们开展针对性的学科教育。有效地解决了学生个体之间的差异问题,尊重了学生个体的学习需要,有利于激发学生体育学习的兴趣,提高课堂教学质量效果。

[关键词]高中体育;学科教育;分层教学法;应用

高中学校生源较广,学生往往来自不同的地方,受体育教育的程度和学习条件存在较大差异,而这种身体素质和成长环境的差异也体现在学生的体育水平上。素质教育的不断推行,让我国的教育体系从评价考核机制、教学内容、教学目标、教学模式等多个方面都发生了新的变化。通过将分层教学应用到课程实践中,可以让体育教学实现授课观念的转变,让教师在进行体育教育中能够考虑到不同高中生所呈现的个性特征以及实际的学习需求,可以对教学计划进行合理的制定,以此让学生在课程教育中实现主体性。

一、合理地对学生进行分层

对学生进行分层是分层式教学中的关键,高中体育教师想要确保分层式教学的有效性,首先就要对学生开展,摸底调查工作。高中体育分层教学的首要任务是要对学生基础能力以及学习兴趣等内容进行全面分析,为科学的分层教学提供参考依据,确保分层教学的实施符合学生实际情况。在实际教学过程中,高中体育教师可

以通过问卷调查的方式,对学生的兴趣爱好、身体素质、特长进行调查。因为高中生的学习压力比较大,所以大部分高中生都将体育学习当作了“休闲课程”,高中体育教师要改变高中生的思想观念,在课余时间与高中生加强交流,拉近师生之间的关系,告诉学生体育的重要性,并且在沟通交流的过程中加强对高中生的了解。

教师在问卷填写完毕之后,可以用专项测试的方法对学生的身体素质、专长进行二次检测,以此全面了解学生的身体素质以及体育技能水平。在这里笔者以乒乓球教学为例,教师可以将专项测试分为三个不同的层次,根据学生填写的问卷,将学生分为普通学习组、一般应用组、进阶学习组三个层次。其中普通学习组大多能够了解乒乓球运动的规则,掌握乒乓球的基础动作;一般应用组则能够完成一场完整且动作正规的乒乓球竞赛;进阶学习组则能够掌握乒乓球运动中的拉球、旋转球等等技巧。教师在测试的过程中,要营造一个轻松愉快的测试氛围,并且在测试的过程中尊重学生,避免刺激到学生的自尊心。