

探究体育课堂中的教学方法

汪志海

江西省鹰潭市逸夫小学

[摘要]在应试教育的影响下,教师的教學理念更新較緩慢,學習成績提高成了大多數教師主要的教學目標,這種現象很容易抑制學生整體能力的發展。對於體育這一門學科來說,最直觀的了解就是體育是一門以運動為主的學科,所以就能知道對學生身體素質有著很明顯地促進作用,而對於體育學科的教學來說,這需要教師從多個方面進行研究,能夠找到更為有效的教學方式。因此,本文就體育課程的教學方法進行探究思考,以此來促進體育學科的發展。

[关键词]體育課堂; 教學方法; 探究思考

【DOI】10.12252/j.issn.2096-6261.2020.03.832

體育這一門學科主要是為了培養學生的身體素質,身體素質是一切學習和生活的基本,就學生的學習成績來說,想要更好地提高成績的前提,就是需要有一個較好的身體素質,能夠支持學生完成各種學習活動。而體育這一門學科,不僅能夠實現學生身體素質的提高,同時,還能夠使學生在長期文化學習中產生的枯燥感得到緩解,因為體育是以室外為主的學習,相比於文化課等枯燥的學習,體育課程就能相對緩解學生的情緒,以此更好的調整學生學習質量,對此,本文有以下几点看法。

一、理論學習, 加深學生體育認知

大多數學生對於體育的認知都局限於室外學習,但其實並不然,體育也有了很很多的理論知識,因為體育包含著很多種運動,這些運動都有著一定的技巧和規則,而體育理論知識則是對其進行介紹,從而可以讓學生的學習變得更加有效。因此,針對體育課程的教學來說,教師就可以從理論知識的學習下手,逐漸去加深學生對體育的認知,去感受體育所帶來的魅力,以此讓學生的學習更為有效。^[1]體育的知識理論可以理解成是一種運動的技巧,即使是最為簡單的運動,它也有著一定的技巧。比如,對於“跑步”來說,大多數學生都會以為跑步並沒有什麼技巧,但實則並不然,跑步過程中需要注意呼吸、節奏、腿部發力等等,盲目的跑步只會使學生體力消耗加快,而在這些技巧的應用下,則能讓學生的持久度更高。這就是知識理論對於體育的重要性,所以,在課堂上,教師就需要對這些體育運動技巧等理論學習重視起來,能夠讓學生的認知更為廣泛,從而更好地感受體育的重要性,以此來促進學生在體育課堂中的學習質量。

二、興趣培養, 鼓勵學生積極參與

不論是哪一階段的學科,興趣永遠是學生最為重要的動力來源,對於體育這門學科的教學來說,如果學生能夠具有相應的學習興趣,他們的參與程度就會更高,並以此去促進體育教學質量。所以,在具體的教學過程當中,教師就需要朝向學生興趣的培養進行研究,通過學生具體的需求和個性特點,靈活地去轉變教學形式和理念,讓學生在學習時提高自己的收獲感和體驗感,從而激發他們的體育學習興趣。^[2]體育的學習大都需要學生實際投入到室外運動中,這個過程是比較累的,學生的興趣會下降得很快,進而就影響了學習質量,所以教師就需要對這一方面進行研究,更好地激發學生學習興趣。比如,教師可以通過遊戲教學模式去創新

體育課堂,將一些運動過程滲透到遊戲當中,使學生在遊戲中學習,在娛樂中提高感受體育樂趣,以促進興趣的激發。就比如說,可以通過“兩人三足”“三人四足”等活動,這些活動相對來說趣味性較高,很容易吸引到學生的注意力,同時,在這個過程中,學生還要實際參與到跑步運動中,因此就做到了實際性的參與,逐步提高學生對於體育學科的興趣,以此讓學生的學習變得更為主動和積極。

三、實際鍛煉, 提升學生身體素質

設立體育課程的根本目的就是為了幫助學生提高身體素質,他們能夠做到健康的成長。而身體素質的提高,就必須要在實踐當中,就比如說對於體力這一方面,只有讓學生真正參與到體育運動中,才能夠實現學生體力的增長。因此,對於體育學科的教學來說,教師就需要去注意實際性的鍛煉,鍛煉的強度和內容要符合學生自身體質,儘可能減少安全隱患的產生,從而使學生身體素質得到激發。想要切实提高學生身體素質,就必須真正投入到體育運動鍛煉中,這也是體育學科學習最重要的一點,需要教師深入挖掘並創新教學模式。比如,對於“籃球”這個運動來說,籃球運動的普及度較高,大多數學生都會對籃球有一個基本的認知,教師就可以帶領學生對籃球運動進行學習實踐,首先,向學生示範一些投籃、上籃的動作,吸引到學生的注意力,然後再鼓勵和引導學生自己進行練習,接著就可以組織一次籃球小競賽,儘可能將所有學生都參與進去,從而使體育實踐真正地落實到課堂中,讓學生的學習變得更為有效,促進體育學科的發展。

總之,對於體育這一門課程的教學來說,首先,教師需要分析影響學生學習的因素,然後再結合每個學生的特點,設計出更為個性化的教學方法,可以鼓勵學生更加積極融入進去,激發出他們的自主學習性,以此來實現更為有效的教學。本文通過了三種教學方法,結合課堂上可能會出現的情況進行分析研究,儘可能地去提高學生在體育課程中的學習積極性,從而能夠使教學變得更為有效,讓學生基於體育課程學習促進身體素質,以此去落實學生綜合能力的培養。

參考文獻

- [1] 韓偉偉. 創新體育教學方法, 提高體育課堂教學效率[J]. 家長, 2019(01): 55-57.
- [2] 顧洪莉. 促進中小學生體質健康的體育教學方法[J]. 新體育, 2019(16): 98-100.