

可以运用在体育课堂上,通过多样化的教学,可以给学生耳目一新的感觉,刺激学生,给学生新鲜感,能够有效地吸引学生的注意力。

### 2.2 教学内容多样化

传统的教学方式给予了学生很大的自由,但是却没有对学生进行专业的指导和训练,学生只是按照自己的习惯在进行活动,对于学生养成良好的体育习惯也没有太大的帮助,因此,教师可以丰富自己的教学内容,带领学生探索更多的体育趣味。比如说教师可以通过小组合作的方式来设计课前的跑步热身,或者教师可以转换一些不一样的准备活动,不再只是简单的体操,而是一些专业的拉伸动作,这会让学生感受到专业化,觉得自己有被重视,自然也会更加投入;在学生进行自由活动之前,教师可以对学生进行一个简单的调查,了解学生喜欢什么样的运动,在自己的课程之中,加入学生自己选择的内容,可以很好地激发学生的学习兴趣,并且先对学生进行正确的示范,再让学生针对自己喜欢的运动自行选择,教师在学生自由活动期间,教师就在学生周围进行巡视,及时帮助学生纠正错误姿势,保证学生的安全等等。这些都是通过改变教学的内容,以此来吸引学生的注意力,激发学生对体育的热情,将课堂安排得恰当合理,才能够真正帮助学生。

### 2.3 多样化的评价

体育主要是分为两个方面,一个是技能,一个是体力。教师可以在每学期开学前对学生的体育能力进行一定的测试,针对薄弱点不同的学生,应该采用不同的教学方式,因材施教。教师的教学内容可以从这两部分进行,将学生分为不同的组别,有针对性地教学,可以有效帮助学生提高弱点,满足学生对体育活动的要求,在学期结束之后,也应该对学生的各方面进行测试,检测学生是否有提高,这也应该作为期末成绩的一部分。学校应该要顺应时代的变化和要求,不能只看学生的学科成绩,还应

该对学生的其他方向都进行一定的测评,这样多样化的评价,可以检验学生的综合素质,并且也可以多方面地了解学生的情况,从全面的角度对学生进行培育。

### 2.4 教学器材多样化

一般的学校,体育器材可以供学生运用的,几乎就是篮球、足球、乒乓球、羽毛球等,有时候,同时上课的班级较多的时候,还会出现器材不够,或者器材磨损严重却没有及时更换的情况,这都会打击学生的积极性。教师应该及时清点器材和学生人数,进行合理的安排,保证器材的充足,对于器材损耗比较大的,应该多备一些存放好,针对不同的教学的内容,相应的器材也应该及时地配备,比如排球、巧固球、网球等等,可以为学生提供多样化的器材,让学生选择自己喜欢的体育项目,能够有效地激发学生的兴趣,满足学生的需求,才能够提高学生的积极性,从而提高学生的体育素质。

### 总结语

可见,高中体育教学对于学生的学习有很大的帮助,不仅可以锻炼学生的身体,还可以帮助学生宣泄压力,为学生提供的一个更加适合学习的身体素质,还可以帮助学生养成良好的运动习惯,有利于培养学生终身运动的体育意识。这是一个对学生长期都会有帮助和影响的事情,这必须引起体育教师们的密切关注,进而提高体育教学的质量。

### 参考文献

[1] 吴德森. 新课改背景下高中体育教学中如何培养学生的创新思维[J]. 西部素质教育, 2018, 4(16): 73.

[2] 范莉莉, 陶士俭. 课程改革背景下的高中体育健康教学欠缺及对策[J]. 当代体育科技, 2018, 8(24): 137, 139.

# 小学体育教学中“快乐体育”理念的应用研究

曾小龙

(重庆两江新区民心佳园小学校 重庆 两江新区 401121)

**【摘要】**小学生处于身心快速发展的关键时期,因此教师必须重视学生知识素养和身体素养的全面培养。小学生喜欢玩、喜欢动,但是身体素质较差导致不能做较大的动作,因此传统教学以动作分解和练习为主,但是这种一成不变的教学方式难以调动学生兴趣,这就要求教师在教学中贯彻快乐体育的理念。本文主要介绍了快乐体育教育理念如何在教学中实施。

**【关键词】**小学体育; 体育教学; 快乐体育

## 引言

素质教育强调教学要以人为本,采取恰当的教学措施创建轻松愉快的课堂氛围以激发学生兴趣,成为提高教学效率和质量的有效手段。围绕快乐体育理念设计多种多样的体育活动,灵活转变教学方法,让学生体会到学习体育的快乐,可以显著调动他们的积极性,同时,教师也可以在教学中感受到成就感。因此,坚持快乐体育的教学理念,对于学生和教师两者的发展都大有裨益。

### 一、体育教学有待改善的几个方面

小学阶段是学生可塑性最强的阶段,而大部分教师和家长都过分关注学生的文化课成绩,忽视了学生的体质培养,因此在体育教学中投放的资源也比较少,常见的如配备的体育器材种类较少、压缩体育课教学时间等,特别是一些乡镇和偏远区域的学校,教学资源短缺的问题更加常见。另外,教学内容单一也是急需解决的问题,教师觉得小学生身体素质一般,因此只能教授一些简单的动作,很难激发学生的兴趣,教师对教学内容和教学方法研究也不多,实际上不利于学生的健康成长。

### 二、快乐体育教学的内涵分析

#### (一) 丰富多彩的教学内容

改善学生体质并非体育教学的唯一任务,培养学生良好的身体和心理素养同样重要。对于体育教师来说,应该结合学生实际转变教学方法,针对身体素质有差异的学生制定形式多样的教学活动,确保每个学生都能够学有所得。

#### (二) 激发学生的主体作用

教师为主体的传统体育教学难以调动学生的主动性,而快乐体育则强调以学生为中心,教师做好引导和配合,给予他们更多主动探究和学习空间,让学生了解到学习体育也是很有趣的。充分利用学生的主体作用,是促进体育教学质量进一步提高的关键。

#### (三) 教学要符合教育目标

新时代的体育教学,其目标应该是在尊重学生个性需求的基础上实现学生身体素质的提高,因此快乐体育理念的实践同样应该遵循这个目标,让学生能够真正感受到快乐,进而实现学生的个性化发展。

### 三、快乐体育教学理念的实践方法

#### (一) 用生动有趣的方法调动学生兴趣

传统体育教学就是教师分解动作再讲解,演示动作后让学生模仿做动作,这种一成不变的方法很难调动学生的积极性,因此教师可以采取更加生动有趣的课堂导入方法。例如在教授如何正确做前滚翻时,教师就可以先让学生猜个谜语:两爪撑,两腿蹬,身子像个球,让学生猜一猜这是什么动物。听到要猜谜,学生们的积极性瞬间被调动起来了,纷纷说出自己的答案,教师随后说出正确答案“兔子”,

让学生想一想兔子在跑动时的身体动作,并让他们在垫子上模仿一下。学生们很快就通过模仿兔子的动作掌握了前滚翻的动作要领,实现了寓教于乐的教学效果,学生们对前滚翻动作的记忆也会更加深刻。再者,教师也可以让教学体现生活化的气息。比如在一次郊游活动中,当在平地上行走时,教师可以让学生练习一下慢跑;在爬山时可以练习高抬腿动作。诸如此类,让他们感受到了体育知识在生活中也无处不在。

#### (二) 改善学生爱走神的问题

小学生天性爱玩好动,因此在教学时常出现走神现象。为了改善这个问题,教师可以结合教学内容设计一些有节奏的动作或者体操,在教学中穿插这些练习内容,确保学生可以时刻保持注意力集中。此外,教师也可以充分利用学生的竞争意识,以此来调动他们参加体育活动的积极性。例如在练习玩短跑动作后,教师就可以组织学生进行一场接力跑比赛;讲解完打排球的基本动作后,可以让学生比赛谁颠球次数最多。诸如此类的练习活动,都是充分利用了小学生的好胜心和好动性,这种符合学生身心特点的活动能够大大提高他们的活动积极性。

#### (三) 在体育教学中穿插文化课知识

体育教学不仅是培养身体素质的教学,也是锻炼心智的教学,教师应该适当穿插与此有关的内容,通过恰当的引导提高学生的积极性。在教学中,教师可以适当加入一些文化课的知识,起到放松身体、锻炼大脑的作用。例如练习完基本动作的休息时间,教师可以让学生们探探自己最喜欢的诗词,也可以让学生做几道脑筋急转弯的题目,教师随口说几句英语也能让学生的身心瞬间轻松下来。这些有趣的小活动、小游戏,能够营造出轻松、欢快的教学氛围,对于接下来的文化课学习也是很有利的。

### 四、结束语

综上所述,在小学体育教学中,教师一定要结合学生的身体素质和认知特点来设计教学活动,才能在满足教学需求的同时激发学生的兴趣,实现教学效率和教学质量的进一步提高。

### 参考文献

[1] 刘利. 对小学体育教学从“快乐体育”到“阳光体育”的探索[J]. 新课程·下旬, 2015(8).

[2] 王爱兵. “快乐体育”理念在小学体育教学中的分析及应用[J]. 读与写(教育教学刊), 2010, 007(010): 171-171.

[3] 陈晓松. 融化快乐理念, 实施快乐体育在小学体育教学中的融入[J]. 新课程(小学), 2015(5): 80-80.