

体育社团活动对提高中学生综合素质的效果研究

李金云

江西省乐安县第二中学

[摘要]当前教育提倡促进学生全面发展,教师指导学生根据兴趣爱好组织社团活动,就能促进学生的全面发展。而体育运动可以促进学生综合素质的发展,教师可以指导高中学生组织有效地体育社团活动,从而提高学生的综合素质,为学生的全面发展奠定基础。当然,教师在新课改下指导学生组织体育社团活动,还需增加体育社团活动的趣味性与多样性,以此减轻学生的学习负担与压力,从而在社团活动中落实新课改全面发展的理念,且为学生综合素质的提高提供帮助。本文从心理素质、身体素质与实践能力三方面入手,阐述了组织有效高中体育社团活动对学生综合素养培养的策略。

[关键词]高中; 体育社团活动; 综合素质提高

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-6288.2020.03.916

促进学生德智体美劳全面发展是当前教育的目标,教师为了达成这一目标,就会丰富教学的内容,加强对学生的训练,从而就会增加学生的学习压力与学习负担,这就违背了新课改的要求。因此我们要探究出能够促进学生全面发展的有效方法。体育社团活动是爱好体育运动的学生组织的,这使得学生会积极地参与体育社团活动,从而自主学习体育知识、锻炼体育技能。在这样的过程中,就不会增加学生体育运动的负担与压力,同时可以在发展学生体育核心素养的同时,提升学生身体素质,发展学生健康心理素质,从而就可以为学生的全面性发展奠定良好基础。由此就能看出,高中体育社团活动,是符合新课改政策要求,且能发展学生综合素质,促进学生全面发展的教育方法。

一、利用高中体育社团活动发展学生心理素质

高中生的心理压力较大,且不具备释放压力与自我调节的能力,这就会使学生不断堆积负面情绪,从而形成不健康的心理。因此,教师需要重视学生的心理状况,并发展学生心理素质,以此助力学生保持积极健康的心理。教师可以利用高中体育社团活动引导学生释放压力,并使学生感受生活美好,这就能促进学生心理素质的发展。

例如,体育运动是释放压力的重要手段,教师可以为社团提供充足的社团活动空间与活动用具,这就能引导体育社团组织有效的社团活动,从而使学生展开激烈的体育运动。在这样的过程中,就能够使学生释放压力。教师可以与社团共同记录活动的过程,并剪辑出社团活动精彩视频。当然,社团活动的精彩视频中,需要展现每位社团成员的闪光点,这就能使学生获得满足感。接着,教师可以引导学生讲述释放压力的感受,并分析利用体育运动释放压力的方法,这就能传授学生释放压力与自我调节的技巧。社团活动与体育运动可以拉近社团成员之间的距离,教师可以组织社团交流活动,鼓励社团成员讲述压力、烦恼与问题,同时引导社团成员互相帮助。这样组织体育社团活动,就可以构建良好的社团氛围,且发展学生的心理素质。

二、利用高中体育社团活动发展学生身体素质

学生的身体素质较弱,就无法很好地投入进学习中,这就会阻碍学生的学习与发展,由此用能看出发展学生身体素质的重要性与必要性。但教师直接设置体育训练活动,并要求学

生参与训练,就会使学生将训练当成任务,且抗拒参与体育训练,由此就会增加学生体育训练的负担。而教师利用高中体育社团活动组织多样、趣味的训练活动,并激励学生参与活动,就可以发展学生身体素质。

例如,体育项目是非常多样的,教师可以指导学生根据喜爱的体育项目组建体育社团,如:篮球社团、轮滑社团、羽毛球社团、乒乓球社团等。教师可以根据每个社团的特点,指导社团组织社团活动,这就能提高学生对体育项目的喜爱,从而使学生积极参与社团活动,且培养学生自主进行体育锻炼的习惯。除了社团单独组织活动外,教师也可以让社团与社团之间联合组织活动,以此展现体育运动的魅力,且丰富学生对体育知识的了解,同时使学生乐于参与社团活动和体育锻炼。这样组织体育社团活动,就可以发展学生的身体素质。

三、利用高中体育社团活动提升学生实践能力

学生具备实践的意识、能力与习惯,就会自主地将知识与技能实践于生活中。教师可以利用高中体育社团活动,丰富学生的实践经验,培养学生实践习惯,提升学生实践能力,这就能使学生自主地将所学知识与技能实践于生活中,从而就能提高综合教育的效果,且促进学生的全面发展。

例如,教师需要了解各个体育社团需要掌握的体育知识与体育技能,同时分析体育知识和体育技能与生活的联系,这就能合理设置体育社团活动,从而培养学生实践意识与能力。当然,教师也可以将问题抛给学生,让学生思考学习体育知识与体育技能的意义,这样不但可以提高学生参与体育社团活动的积极性,还可以培养学生自主实践体育知识与技能的意识。这样一来,就可以发展学生综合素质。

有效组织高中体育社团活动,可以提高学生的综合素质,且为学生的德智体美劳全面发展奠定良好基础,由此就能体现组织有效体育社团活动的作用。当然,教师需要成为高中体育社团活动的参与者或引导者,以此助力学生组织科学、趣味、多样、有效的高中体育社团活动,从而就能高效发挥高中体育社团活动的组织作用。

参考文献:

[1] 邵国峰, 范英凤. 加强体育社团建设, 培养学生的运动兴趣和特长的研究[J]. 科幻画报, 2019(09): 233-234.