

# 网球运动在高中体育课开展路径探究 ——快易网球教学法

曲洪建

(山东省郓城第一中学 山东 菏泽 274700)

**【摘要】**快易网球教学法是主要针对网球初学者和儿童的一种网球教学方法,它以“快易+乐享”的教学理念,注重课堂教学的氛围和过程,使网球初学者能够更快、更容易的感受网球的魅力与乐趣,让网球初学者以最短的时间和最快的速度爱上网球运动。

**【关键词】**网球运动;高中体育;开展路径

**【DOI】**10.12252/j.issn.2096-6288.2020.06.1228

网球运动被称之为一种绅士运动,它灵活的步伐要求,和极具观赏性和攻防转化性的运动特点吸引了众多的观众和球迷,成了非常受人们喜欢的运动。随着网球运动的发展,如今已经成为极具世界影响力的第二大球类运动,其影响力仅次于足球运动。高中体育课程实施选项教学,学生可以根据自己的喜爱和兴趣选择自己的运动项目,网球运动凭借自身独特的魅力,受到了众多学生的喜爱,这就为网球运动在高中体育课的开展奠定了基础。

## 一、网球运动在高中传统体育课开展现状

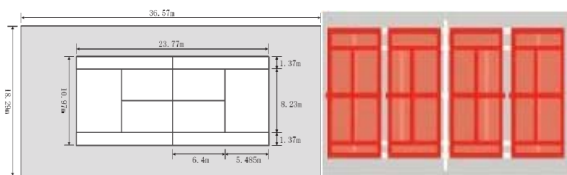
网球运动在高校得到了较好的开展,但是在高中体育课上,开展网球的学校较少。在传统的体育课教学中,教师将技术动作的学习作为主要内容,学生反复练习枯燥的技术动作,忽视了网球对打、比赛等魅力的体现。另外,网球于运动与场地的要求较高,很多学生网球运动场地有限,导致网球运动在高中难以开展。

## 二、快易网球教学法介绍

快易网球教学法是Tennis Play and Stay为了帮助国际网球联合会解决让网球更加简单、更快普及的问题而研究出来的,是目前最适用于网球初学者的教学方法。快易网球教学法以“快易+乐享”的教学理念,注重课堂教学的氛围和过程,使网球初学者能够更快、更容易的感受网球的魅力与乐趣,让网球初学者以最短的时间和最快的速度爱上网球运动。同时,还能够让他们掌握一定的网球基本动作和基本技能的教学方法。在快易网球教学过程中,通过游戏的方式导入课堂;通过对打和搭档配合的方式进行课堂练习;通过阶段性的比赛来提高学生的战术意识和比赛思维。快易网球教学法对网球运动的器材和场地进行了创新,利用气压不同的三色球来替代原有的单色网球,通过将一块网球场划分为多块小场地,利用较短较矮的球网代替原有球网的形式,来降低网球运动对场地和器材的要求的限制,让更多的初学者能够尽快的进入对打模式,来体验网球的魅力。在快易网球教学法中,将网球划分为不通气压的三色球,学生可以根据自己的技术水平来选择不通气压的球,增强自身的控球能力,更容易实现两人的对拉。随着回合的增加,可以让网球运动者体会到网球的乐趣,是当下在高中体育课中开展网球教学的重要方法。

### (一)快易网球教学法场地规格设计

网球场是传统模式下制约网球发展的一个重要因素,一般的高中学校没有足够的场地来建设网球场。在网球课堂教学中,学生也只能跟着老师练习网球的基本动作,然后学生进行轮换场上练习,这样一来,学生一堂课下来真正能够打球锻炼的时间非常有限。为了能够解决这一问题,快易网球教学法将网球场地进行重新划分,具体如下:



这是一块标准的网球场,它的占地面积较大,只能满足少数学生的练习需求。在快易网球教学法下,将标准网球场划分为长宽分别为11米和6米的四块小的网球场,再配合使用低压的红球,就可以将场地的利用效率提升4倍,这样能够极大提高学生在课堂上接触网球的时间。另外,还可以根据学生网球练习的水平,调整网球场的大小,充分降低网球场因素对网球运动开展情况的限制。

### (二)快易网球教学法网球设计

为了配合不同规格网球场地的使用,快易网球教学法将网球分为了红、橙、绿三种颜色,它们分别使用压力为25%、50%、75%的气压,初学者可以根据自己对球速的要求和自己控球能力来选择不同颜色的网球。通过不同气压下网球的选择,配合小的球网和低压球,能够极大提高学生的对打回合数,增强学生的体验。

### 三、快易网球教学法特点及教法实施过程

#### (一)快易网球教学特点

第一,快易网球教学以游戏教学为基础,通过模拟比赛和游戏来让学生保持对网球学习的积极性,有效避免了传统网球课下反复练习技术动作带来的弊端。第二,快易网球教学的教学过程以学生之间的合作竞争的形式开展,让学生在小组合作、配合与竞争的过程中相互促进。第三,快易网球教学提供多种器材供学生选择,学生可以根据自己的技术水平选择不同大小的场地、不同压力的球,真正体现出了因材施教的特点。第四,快易网球教学可以根据不同的学生设计多种教学任务,学生可以根据自己的情况灵活选择。

#### (二)快易网球教学实施过程

快易网球教学法以学生为中心,让学生在相互之间的合作和自主探究的过程中进行学习,在具体的实施过程中,主要分为以下几个步骤:第一,两个学生为一组,采用大陆式握拍进行正反手练习,提高自己的球感。先原地进行颠球,然后再进行进间的绕场颠球。要求学生垫球的高度为膝盖致头的高度之间。第二,两个学生之间进行原地的对颠球。要求学生能够以固定点在身体一侧完成击球。第三,两个学生正反手五个回合进行交换颠球,学生可以根据自己的颠球情况,灵活调整两人之间的距离。第四,从准备姿势开始,间隔两米进行正反手固定目标颠球,要求在身体的侧前方完成击球。第五,两人一组,在规定的区域内,中间悬挂球网进行击球练习,要求每次击球后,快速回位做好准备姿势。第六,在上述练习的基础上,采用下手发球的形式进行对拉练习,采用计分制进行练习,提高学生的竞争意识,提高学生练习的积极性。练习一段时间后,逐渐拉大两人练习的距离。

#### 参考文献

- [1]彭业仁,陈惠娜.“快易网球”教学理念和方法对高校网球课的启示[J].广西教育C(职业与高等教育版),2011(12):104-105.
- [2]张博,苑晓慧.网球教学中引入迷你网球的效果初探[J].赤峰学院学报(自然科学版),2015,31(12):176-177.

# “创意美术”在幼儿园大班美术活动中的实践探讨

彭 惠

(四川省眉山市仁寿县幼儿园 四川 眉山 620500)

**【摘要】**“创意美术”旨在培养幼儿园大班的学生在创新创造能力以及想象力刚刚觉醒的阶段,就美术的各个形式为大班小朋友提供一个培养和提高各个方面能力的根本途径,为小朋友的能力培养在小的时候提供一个坚实的基础,这也为孩子的未来成长奠定了良好的基础。本文从相关研究中得出相应启示,就适用于幼儿园大班的美术形式和美术活动的组织加以探究,并就现实实践中应该如何进行相关的创意美术实践提出了一些相应的实际建议,期望能够为现实中的幼儿园大班教育提供一个新的思路。

**【关键词】**创意美术;幼儿园大班;美术活动;实践探讨

**【DOI】**10.12252/j.issn.2096-6288.2020.06.1229

创意美术与现实生活实际中的美术教育存在一定现象上的不同,但在本质上与实际的美术教育的目的相同,都是为了提高学生的审美能力和审美趣味的新型的教学方式,学生能够通过这一新型的教学方式,在教学中逐渐加深对于生活现象的认识和理解,并通过不断的亲身实践而培养出自己的动手能力,与动脑能力相结合,学生就能够在人生教育的开始阶段收获更为扎实的能力并在未来的生活实践中表现出来,创意美术活动真正能够以小朋友为中心,这在现实实践中是值得提倡的。

## 一、适用于幼儿园大班的美术形式和美术活动

美术具有很多种表现形式,不仅仅是在平面上进行的绘画叫作美术,生活中的剪纸,泥塑,设计等,都是美术的表现形式,从现实意义上讲,美术形式总共包括四大类,但对幼儿园大班的学生来讲,应该时刻关注学生们的年龄特点和思维特点,选择与他们的特点相适合的美术形式,绘画这一门类,对小朋友来说,就能够相应的转化为简笔画,雕塑这一门类,就能够相应的转化成简单的泥塑,设计这一门类,可以转化为相应的剪纸和手工画报的制作,建筑这一门类,也能够相应的转化为搭建简单的积木,由此我们能够看出,对美术划分的具体的门类来说,我

们应该根据幼儿园大班小朋友的现实接受性,将这些门类进行相应的转化,考虑到一些安全因素,在实践中不应该将剪纸纳入相关创意课程的范围,因为学生对这些存在安全隐患的项目暂时不能较好的支配。

## 二、在现实实践中如何进行“创意美术”教育的具体途径

(一) 选择适当的创意美术主题,围绕主题展开相应的具体教育

上文已经将幼儿园大班小朋友能够适应的相关美术形式进行了较为详细的罗列,根据上述形式,在具体的教学中,能够选择符合当前教学主题的相关教学,在一段时间之内都根据这一教学主题变换一些形式为学生创设“创意美术教学”的具体情境,这样学生能够将这一主题较为充分的掌握,围绕主题变换形式,能够为学生创设无穷无尽的创意教学情景,学生的注意力就能够被牢牢的吸引在美术教学之中,同时,由于这些创意美术教育的具体形式已经在长期的实践中得到了认可,所以教师的教学压力就能够得到相应的转化,由于不用将大部分精力使用在对创意的思考和完善中,教师就能够将教学精力放在具体的课程准备上来。

比如根据相关的生活实际现象创设主题,例如“四季的不同”,教师让学生根据自己观察到的生活实际,进行绘画创作,把“春夏秋冬”四个不同季节都通过绘画表现出来,春天树叶抽芽,和风细雨,夏天大汗淋漓,大雨滂沱,秋天是丰收的季节,田野里麦浪阵阵,冬天万里飘雪,四下寂静无人。虽然言语表达出的关于四时之景不同的景象是较为匮乏的,但对小朋友来说,他们在生活中观察到的不仅仅只有景色上的变化,还有人们服饰上的变化,人们饮食上的变化,通过这一主题,不仅仅锻炼了小朋友们在日常生活中的观察能力,也能够提高小朋友将观察到的相关事物变成作品的的能力,小朋友能够从这一过程中感受到自己的作品与现实世界的相关性,就能够在日常的学习和生活中更加细致认真地对生活进行观察,就能够不断提高学生对生活的世界的认识和相关的审美趣味<sup>[1]</sup>。

(二) 教师应该指导学生真正亲身参与创意美术教育

创意性美术教学旨在提高学生的创新创造能力,这一能力,无论是培养,提高,还是巩固,都需要小朋友自己动手去做,在现实生活的教育中,教师为了使课堂纪律较好,使学生能够注意听老师的话,在很大程度上倾向于自己为学生展示,但这样会对学生的能力的提高产生一定程度的阻碍,所以,当主题提出时,应该把学

生真正当作课堂的主体,让学生在课堂中充分发挥自己的想象力和动手能力,这样,“创意美术”这一教学的教学目标才能真正得以实现。

例如在进行“搭建房屋”这一主题的“创意美术”时,教师应该告诉学生们,他们可以按照自己的意愿进行积木的搭建,无论搭建出的建筑物模型是什么样的,都是有可能在未来世界中实现的,因为建筑的设计本身就是人在发挥人的主观能动性,教师应该鼓励学生自己进行创作而不要去寻求任何人的帮助,因为这种创意对学生来讲是十分自我的,教师对学生自我动手能力的鼓励能够使学生在未来的相关自我创作中收获更大的自信心。

(三) 教师应该对学生的创意作品做出综合的总结性的评价

学生的创意作品,无论是泥塑,还是绘画作品,积木作品,抑或是贴画作品,沙画作品,都体现了幼儿园小朋友惊人的创造力,所以,教师应该对所有学生的所有作品都进行点评,在这一阶段,对学生的教育应该以鼓励式教育为主,使学生感受到自己付出的努力和心血能够被老师看到,教师应该在这一阶段一视同仁,对每一位学生的作品加以肯定,对每一份作品都加以表扬,使学生能够在创新创造之后收获足够的成就感,这种成就感能使拥有不断培养自己创新创造意识的自发性,能够从思想上为学生能力的提高创造条件<sup>[2]</sup>。

## 三、结语

幼儿园大班的小朋友在这一时期对外界具有十分强烈的好奇心和十分高涨的探索欲望,所以,对幼儿园大班的小朋友实行这样的创意类教育,对于在这一关键期内培养学生,提高学生的素养具有十分重要的现实意义,而美术包含了较多的分类和具体形式,能够从多个方面对学生的能力培养进行促进,所以在幼儿园大班阶段,实行“创意美术”教育,具有十分重要的现实意义。

## 参考文献

- [1] 彭士英. 浅谈“创意美术”在幼儿园大班美术活动中的实践与应用[J]. 文渊(小学版), 2019, 000(005): 462.
- [2] 李芳. 幼儿园大班创意美术分组教学策略研究——以绘画活动为例[J]. 试题与研究, 2019(9).

# 浅析小学体育教育与安全教育的有效结合

乔鹏

(江西省宜春市实验小学 江西 宜春 336000)

**[摘要]** 安全问题重于泰山。在小学体育教学中,教师也需要对小学生安全问题加以重视,任何教学活动都要将学生的安全放在首位,然后对学生积极开展安全教育,结合各种体育教学项目,指导学生进行各种安全防范。同时,学校要加强对小学生安全教育的投入,完善各种体育安全设施,并根据教学要求改革体育教学方式,杜绝各种安全隐患,从而促进学生健康成长。

**[关键词]** 小学体育; 安全教育; 有效结合

**[DOI]** 10.12522/j.issn.2096-6288.2020.06.1230

在现如今这样一个注重于学生智力发展的时代学生的体能培养也开始变得比较弱化。由于体育并不占分,也不影响学生的成绩。因此,体育这门课程是所有课程中最不受重视的。对此,该文提出几个观点,重点在于探讨小学中的体育该如何教学才能培养学生的安全意识并且提升学生的身体素质。

## 一、加强师资培训及体育安全教育

学校应该对体育教师进行定期的专业化培训,以增强体育教师的专业化素质,增强小学师资队伍的建设,促进体育教师的专业化及规范化。比如,体育教师要在教学活动开始之前指导学生进行体育热身,以避免发生身体损伤,使学生的身体能够充分的伸展,预防活动中肌肉拉伤,还要在教学活动的过程中进行监控及指导,为学生示范正确的动作并未学生讲解易发生的安全问题,当发现学生的错误动作或者有危险因素时,及时提醒并纠正学生,避免发生意外。

## 二、加强学生安全意识

学生对体育的学习兴趣是提升其体育课安全防护意识的重要前提。一方面,教师需要在课上强调有关安全防护的注意事项,如穿运动服、运动鞋等,潜移默化地影响学生的想法,增强对安全防护的重视。与学生多进行沟通交流,建立良好的师生关系,在沟通中渗透安全防护意识,防止出现学生心情烦躁、身体不适等情况却不告知教师,容易导致安全问题。另一方面,需要学校与教师共同培养学生的安全意识。必要时,学校可以制定相关管理规范,以约束学生体育课上的行为,促进学生有效提高安全防范意识。如:对不遵守体育课堂纪律、随意打闹、不认真进行课前活动等的学生,采取适当的惩罚措施。教师需采取有效措施提升学生学习兴趣的同时,强化其安全意识。比如,学校可以组织以安全防护为主题的讲座,其中重点强调体育课上的安全防护措施及其重要性,可以请学校的体育教师代表进行发言,根据学校实际情况做出讲解。可以利用一节体育课,采取室内教学的方式,利用多媒体软件,结合动画、图片、文字、音频等形式,为学生呈现有关安全防护的知识,并播放不注意安全造成的严重后果,使学生更加直观地了解到提高安全意识的重要性。同时,体育教师可以与班主任沟通,请班主任在班会、家长会上向学生及家长强调安全意识,同样在强调过程中需要结合相关实例,以提升对安全防护问题的重视程度。

## 三、结合体育运动项目,渗透安全教育

小学生比较活泼好动,而且自制力较差,在体育活动中很容易出现意外,对身体造成损伤。在体育教学中,教师可以根据具体活动对学生渗透安全教育,介绍相关的安全知识,引导学生及时认识各种安全隐患,让学生在运动时加以注意,杜绝

意外事故的发生。比如,教师在指导学生学习单杠的技巧时,可以指导学生如何进行身体平衡,然后要求学生时刻注意自己在运动时的身体状态,并要求学生周围时刻要有其他学生看护。又如,在指导学生跳绳运动时,教师要让学生注意跳绳的速度和力度,先慢慢跳,等熟练了之后再加快速度,以防止绊倒或碰伤。

## 四、家长和学校合作安全意识培育

课堂学习时间有限,体育课堂时间更有限,教师每天传授新知识,更多安全教育应该渗透到每天的家庭教育,用来减少伤害事故的发生,让孩子加深安全知识记忆是很重要的。所有学科都是这样,也应该辅助体育课堂,传授安全知识。很多的家长总是以工作忙、工作累等一些理由,冷落学生学习状况和安全教育培养,对学生学习情况不重视,认为这些事都是学校的分内事,没有让孩子养成良好习惯,直接影响孩子安全。家庭环境对于孩子的影响是巨大的,学校教育孩子的同时,也需要家长的合作教育,家长应当积极地去关心学生学习状况,积极地配合老师、学校,和学校共同努力来教育学生,促进和孩子的感情的同时,提高学生状况。小学生的身体素质直接关系到祖国的未来和希望,无论是学校还是家庭,都应该尽可能地预防伤害事故的发生,对学生的安全进行高度重视,建立与体育健康安全相关的管理条款,并监督执行。家校共同承担安全责任,承担安全意识的培养任务,与家长进行相应的配合,培养学生树立良好的体育安全防范意识,有效地保障学生的体育安全健康,使其能够健康地投入到学习中去。

## 结束语

综上所述,小学体育教育与安全教育的有效结合,教师要转变过去的安全教育观念,对学生的安全教育引起重视。同时,教师要根据学生的运动情况进行有针对性的教学,进而形成有效的体育教学模式,提高体育教学质量,促进学生健康成长。

## 参考文献

- [1] 冬巴. 加强小学生体育安全意识的培养[C]. 教育部基础教育课程改革研究中心. 2019年“区域优质教育资源的整合研究”研讨会论文集. 教育部基础教育课程改革研究中心: 教育部基础教育课程改革研究中心, 2019: 19-20.
- [2] 潘一鹏. 浅析小学生体育课安全意识培养[J]. 运动精品, 2019, 38(04): 29+31.
- [3] 郑晓玲. 小学体育课堂中安全意识的渗透策略[C]. 中国管理科学研究院教育科学研究所. 2018年教师教育能力建设研究专题研讨会论文集. 中国管理科学研究院教育科学研究所: 中国管理科学研究院教育科学研究所, 2018: 1455-1456.