

如何成为一名合格的中学体育教师

张永亮

(内蒙古鄂尔多斯市东胜区华研中学 内蒙古 鄂尔多斯 017000)

[摘要]学校体育是学校教育工作的重要组成部分,是培养学生德、智、体、美与劳全面发展的重要方面。但长期以来,由于应试教育的束缚、传统观念的影响和中学物质条件的限制等原因,体育教学在中学一直得不到足够的重视。随着素质教育理论的提出和中考加试体育政策的实施,体育教学在中学的地位逐步提高。学校体育工作主要依靠体育教师去完成,学校体育工作开展情况好与坏,很大程度上取决于体育教师的工作质量,而其工作质量又取决于体育教师各方面的素质和能力。怎样才能当好中学体育教师这一现实问题也摆在了我们面前。

[关键词]体育教师;基本素质;培养

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-6288.2020.07.462

我个人认为,在素质教育中,一个合格的中学体育教师至少应该具备以下几个条件:

一、拥有高尚的师德

师德具有品德的修养和情操的高尚,它能够约束自己的品德,约束自己的行为以及生活作风。可以立于讲台的有品德修养之人,才可以成为教师。俗话说“身正为范”,这就要求教师不仅要教书,还要懂得育人,如何才能更好的育人呢?在素质教育的当务之急,应将师德放在首位,无德何以为师。为了对学生给予道德上的影响,教师本人必须是有高尚道德的人。教师的一言一行都可能成为学生的榜样。作为一名体育教师,如果没有正确的世界观、人生观、价值观,或言行不一等都会影响学生良好行为习惯的养成,干扰学生道德信念的建立。在新形势下,人民教师必须加强师德建设,做到“德高成模,行端成范”。所以,要想成为一名称职和合格的体育教师,必须要加强自身的师德建设,以身作则,严以律己,以自身优良的人格风范,去影响学生,感染学生,达到教育学生的目的。

二、热爱自己的职业

魏书生说,做人必须热爱自己的职业,把职业当成事业,把平平凡凡的工作看成是宏大事业,去钻研去努力去探索。教师是太阳底下最光辉的事业,你觉得它最光辉,好好爱它。爱到深处,爱到深处是无我;爱到深处,才有了学问;爱到深处,才得到了更踏实的乐趣。作为一名体育教师,要对体育教育事业有着强烈的热爱。但是什么称之为热爱?是不是“只要能打球,有没有鞋无所谓”这样的冲动?还是只是在嘴上说说“用无限的热去爱某种东西”而已?我国近代教育家夏丏尊说:“教育之不能没有爱,犹如池塘之不能没有水。”我认为:爱是人对人或事物的最深的情感,可表现为一种倾向,形成一种动力。爱的情感是教师首先必须具备的情感品质。

三、爱自己的学生

对待学生,我们要像对待自己的子女一样——关心、爱护他们。高尔基说过:“谁爱孩子,孩子就爱谁,只有爱孩子的人才会教育孩子。”爱,是一种情感交流,当你把炽热的爱通过一言一行传给孩子时,就会激起孩子对你情感的回报,从而乐于接受你所给予的一切。教育根植于爱,尊重学生、热爱学生是教师做好教育的前提,也是教师自身修养的一个重要方面。时刻把学生当作我们的朋友,以感情为纽带,让学生体会到你在关心他、爱护他。这样,学生就会尊重你、亲近你,从而对你所教的科目感兴趣,你的教学任务也能顺利完成。

体育教师相对于其他科目的教师而言,与学生接触的时间比较少,但体育教学又有其特殊性,室内教学与室外教学缺一不可,必须实现理论与实际的有机结合。尤其是在室外教学之时,需要进行运动指导,体育教师就要做到因材施教,准

确的把握好每个学生的特点,创设良好环境,使室外教学顺利的进行下去。在体育课中,每个班都会有几个困难户。我班有一个女同学,上室外课的时候总会有一些“小意外”,以各种理由“逃避”室外课。刚开始我没多在意这个情况,以为她只是不喜欢体育课或者说不喜欢我这个体育老师,但是后来发现,我在跟其他同学讲解动作要领时,她会在旁留心的听着,而且眼神还相当的渴望自己可以亲自去体验一番。基于此,我尝试着找她聊天,希望能找出个所以然。开始的前几次聊天,都不算成功,因为她拒绝我参与到她的生活当中,对我有抗拒感。慢慢的接触下来,她对我有了信任感,才把真实的原因告诉我。她说因为身体比较肥胖,总觉得周围的同学都看不起她,她担心自己做动作的时候比较笨拙会引起同学们的发笑。她害怕那样的笑声,但是又很喜欢体育,不想错过任何学习的机会,所以每次室外课就假装不舒服,但是却坚持在一旁看老师的示范教学。初中的学生都特别顾及自己的“样貌”问题,时刻认定别人会对自己的一些行为产生一定的反应:嘲笑或者赞扬。由于生理和心理条件限制,学生自己会产生心里障碍,对体育课渐渐地失去信心。作为体育教师应注意抓住这些学生的特点,发挥他们自身优势,及时给予鼓励,让他们逐步树立信心,教会他们一些锻炼方法,就能起到积极效果。如身体肥胖的学生一般力量素质比较好,所以后来我让我班那个女同学在投掷课上出来做示范,让她看到自身的优势,从而增强自己的自信心,敢于在同学面前表现自己。

四、发挥自己的专业水平,不断提升自我

要想当好中学体育教师,自身素质一定要过硬。仅凭在大学里所受的正规教育学来的知识是不够的,我们必须在工作中不断地提高自己,加强思想文化和教学经验的交流,取他人之长补己之短,并通过自学、进修等途径提高自己的专业和文化修养。

首先,要有先进的教育思想和教育理念。思想和理念对教师具体的教育实践活动起指导作用,它以一种强大的内驱力激励教师全身心地投入到教育教学中去。专业化体育教师必须具有素质教育的思想和观念。

其次,要有多元化的知识结构。专业知识是体育教师胜任本职工作的基础,也是体育教师专业素质和水平的体现。为保证学生真正掌握体育基础知识与技能,形成较好的体育能力,体育教师必须系统地掌握本专业的知识与技能。体育教师还应不断更新自己的专业知识,了解本学科的最新研究成果与发展动向,并将新知识新观点运用到教学实践中去。还要在教学中还要不断的积累经验,不断的提高自己的教学技能。

参考文献

[1]周珂.中学体育教师职业认同研究[D].河南大学,2010.

浅谈体育游戏在体育课堂中的运用

赵娟娟

(内蒙古鄂尔多斯市东胜区万正小学 内蒙古 鄂尔多斯 017000)

[摘要]体育游戏对全面锻炼身体,帮助儿童认识客观事物,促进体力和智力的发展,陶冶美的情操,发展集体意识和个人才能,培养优良品德等都有特殊的作用。本文从教育学和体育学的角度,结合学生的生理、心理特点及体育教学实际,较系统地阐述了体育游戏在体育教学中的运用,对学校体育教师如何运用体育游戏,提高学生体育学习的兴趣,提高教学质量,有一定的指导意义。

[关键词]体育教学;体育游戏;特点;作用;运用

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-6288.2020.07.463

体育游戏是从游戏中发展和派生出来的,是体育活动的形式之一,是体育教学的重要内容,是以促进身心健康发展,提高基本活动能力和兴趣为目的,有鲜明的教育意义的特殊锻炼方法。体育游戏熔体力开发和智力开发于一身,集知识性、趣味性、娱乐性于一体,深受人们喜爱。通过游戏,学生能培养遵守纪律、团结互助的集体主义精神和勇敢、顽强、机智、果断等优良品质和作风。因此,游戏对体育教学起到了积极作用,在学校体育教学中占有十分重要的地位。

一、体育游戏在体育教学中的作用

1.集中注意力和提高兴奋性的作用。学习掌握一个动作,要花很长的时间和很大的精力,是一个反复练习的过程,而且这个过程枯燥和单调,学生注意力分散,中枢神经系统兴奋性降低,学习的积极性下降,最后影响到整堂课的教学效果。此时如果穿插一些针对性体育游戏,既刺激了学生的神经系统,又提高了学生的兴奋性,从而避免了学生厌倦情绪的出现,使教学效果得到了大大的提高。

2.热身和激发学生积极性的作用。在体育教学过程中,我们一般在准备部分都采用统一的模式:慢跑几圈,做一套准备操。虽然这种模式确实有热身作用,但是学生对于固定的模式往往会产生厌倦心理。所以,我们在准备部分就可以以游戏的形式展开,使学生很快就活跃起来,此时进行基本部分的教学往往会收到事半功倍的效果。

3.发挥学生主观能动性和自我表现能力的作用。体育游戏不同于循规蹈矩的教学模式,在游戏过程中常常需要学生自己动手和动脑来达到优胜劣汰的结果。所以,学生为了不想自己在游戏过程中被淘汰,往往会发挥主观能动性全身心投入游戏中,从而达到锻炼的目的。另外,学生都乐于自己的能力得到表现,在体育游戏愉快的竞争对抗中,能很自然地表现自己的体力、技能与智慧,从而满足生理和心理上的需要,来获得自我满足感。

4.放松作用。笑是一种特殊的全身运动,它具有缓解和消除疲劳的作用,使人心情愉快,在一节课的放松部分可设计一些能够引起学生发笑,运动量又小一点的游戏。笑声使学生全身肌肉放松,消除精神和神经的紧张,同时也会使学生产生一

种余兴未尽的感觉,有利于下一次体育课的开展。

5.健身作用。体育游戏同其他体育活动一样,是以身体运动的形式进行的,所以它同样具有其他体育活动所具有的健身作用。另外,由于体育游戏是一种综合性很强的体育手段,因此具有比较全面的锻炼效果。

二、体育游戏的运用

体育教师的首要任务就是上好每节课,使学生在每堂课中都有收获,身体各部分都得到锻炼和提高。为了避免学生在练习过程中出现各种厌倦情绪,我们就应该合理地运用游戏,把上课内容寓于游戏中,使学生真正体会到快乐体育。那么怎样合理而有效地将体育游戏运用于教学中呢?

1.准备部分中的运用。一节课的准备部分是整堂体育课的开端,好的开端是成功的一半。因此,在准备部分就可以安排一些游戏,从而提高学生的兴趣和积极性。在准备部分体育游戏的选择和运用是为了达到准备活动的目的,集中学生注意力,促进学生大脑神经系统的兴奋性,起到热身的作用,为上好基本部分打好基础。因此准备部分安排的游戏就应该是密度大而运动强度一般的游戏,在游戏过程中每个学生都能参与到其中使学生的生活活起来。

2.基本部分中的运用。基本部分是整堂体育课的重点,教师要传授的基本技术和基本技能都安排在基本部分。因此,一堂体育课质量如何,主要还是取决于基本部分的安排能否被学生接受,能否激起学生的兴趣和积极性。

在基本部分的教学过程中,我们所传授的是一些技术类项目或素质类项目,如果一直练习这些内容,学生就会感到枯燥,不会认真对待,所以在适当的时机安排一些跟本练习项目有关的游戏就会起到事半功倍的效果。例如课的基本部分内容是“篮球行进间投篮”,学生练习一段时间后,就会觉得单调、乏味。在大部分同学已掌握基本技术的基础上,我们就可以安排一个行进间投篮接力赛。根据学生的技术高低,人数情况,把学生分成力量基本均等的若干组。一组学生分成两组分别站在端线两侧,一名同学运球至篮下进行投篮,未投中继续投篮,投中后运球给另一侧同学进行接力。虽然这只是一般的竞赛型游戏,但是对于调动学生的积极性有很