

高中生体育兴趣培养的困境与对策

许文浩

(江西省丰城中学, 江西 丰城 331100)

[摘要] 体育课作为学校教育的重要组成部分, 在学生学习和掌握体育知识及技能方面发挥着重要作用。目前高中教学侧重于文化课的学习, 忽视了学生的体能锻炼, 很多学生对体育课也缺乏兴趣, 甚至会产生抵触心理, 这种现状对于体育课的开展极为不利。因此, 教师要认识到体育对高中生长和发育的重要作用及意义, 结合学生身心发展特征, 通过转变教学内容以及方法提高高中生体育学习兴趣, 从而发挥学生学习的积极主动性, 提升体育教学的质量与效果。

[关键词] 高中体育; 兴趣; 对策

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-627X.2021.07.1474

一、高中生体育课教学的现状

体育课作为素质教育体系中重要一环, 已经成为高中时期必不可少的一门学科。虽然现在体育课越来越受到重视, 但是实际教学中仍然存在很多的问题, 体育教学现状不容乐观。

首先, 对高中体育课重视不足。在应试教育的大背景下, 很多学校更注重学生文化课的培养, 依然认为文化课学习是学生的主要任务, 轻视了体育课的开展, 认为体育课是可有可无的学科, 甚至占用体育课程开展其他教学, 剥夺学生上体育课的权利, 体育课“名存实亡”, 学生们也缺乏学习体育的动力。此外, 有的学生天生不爱运动, 对体育课提不起兴趣, 甚至产生抵触的心理。

其次, 教学方式有待改进。目前很多高中体育课教学内容比较枯燥单一, 课堂上老师习惯于机械地要求学生重复学习一些动作, 有的体育教师只是一味让学生围绕操场跑圈来锻炼学生的体能, 导致学生对体育课失去兴趣, 认为上体育课和文化课没有太大的区别, 缺失了体育课应有的活跃氛围。

最后, 缺少体育活动场地。高效的体育课离不开一定的运动场地与器材, 但是目前很多高中学校都缺少配套的体育设施, 尤其是体育场地、体育设备的质量不达标, 直接影响了体育教学的效果, 自然也会降低学生学习体育的兴趣。

二、提升高中生体育学习兴趣有效性的重要性

(一) 可以帮助调动学生们学习的积极性

有学者指出, 兴趣是学生主动学习的基础, 学生只有以兴趣为前提能够在学习中更加积极。当学生们对于体育学习有着浓厚的兴趣, 才能独立自主地参与到体育活动之中, 集中注意力学习体育知识, 认真学习体育动作, 掌握体育相关知识与技能。因此, 提高学习兴趣, 才能使体育课可以顺利开展, 教学效率也会大大提高。

(二) 有助于学生们的体能提升

健康的身体是学生进行学习和生活的前提, 体育课是高中生增强体质的主要方式。一定的体能锻炼活动既可以缓解紧张的学习压力, 也有助于学生体能的提升。特别是有的学生由于考前过于焦虑, 缺乏体育锻炼, 导致身体状态较差, 直接影响到考试成绩。因此, 高中生体育学习热情的提高, 可以促进他们在日常增强锻炼, 提高身体素质, 从而更好地进行学习和实践。

三、提升高中生体育学习兴趣有效性的策略

(一) 加强体育知识和健康知识的渗透

高中体育课是让学生放松心情的一门课程, 与其他文化课有所不同, 由于不是高考必考科目, 很多学生对体育课不感兴趣。因此, 为调动学生的学习兴趣, 教师可以采用情感教育, 在体育课堂教学中对学生们加强体育知识及健康知识的渗透, 或者借助体育明星的运动事例, 调动学生的学习积极性, 指引

学生明确体育榜样。让学生了解体育运动对身体素质的重要性, 同时认识到拼搏、不服输的精神, 更加全面地理解体育的作用和价值, 从而焕发出他们对体育课的学习兴趣, 养成自觉锻炼身体的良好习惯。

(二) 科学划分学习小组

每个学生对体育运动项目的喜好不同, 而且因个体差异导致对体育技能掌握程度也有差别。小组合作学习也是目前教学解决上述问题的有效方式之一。它不仅能够调动学生的学习积极性, 还能增强师生之间的互动。通过小组之间的合作使学生们更好地进行课堂中的实践活动, 而小组之间的比拼也可以成为学生体育学习的有效动力。因此, 教师可以根据学生们特点, 把他们科学地划分成许多学习小组, 根据学生的兴趣成立兴趣小组, 选择自己喜欢的项目进行学习, 每个小组都包含体育成绩优秀和体育水平不够强的同学。教师可以引导学生们互相帮助, 然后定期地对学生运动技能的掌握情况进行评比和检验。同时小组成员之间可以进行互换学习, 学习掌握新的体育技能, 通过成员之间相互的学习和传授。不仅能培养学生的自主学习主动性, 还能促进全体同学体育水平的提高。

(三) 平等教学与因材施教相结合

学生都存在个体差异。因此, 身为体育教师要关注每一个学生的体育学习情况, 平等教学, 让每一个人都能很好地受到体育教育的培养。教师依据不同学生的个体差异性, 在培养学生学习兴趣的过程中要注意因材施教, 区别对待, 根据学生不同的爱好特点、学习能力, 安排不同的教学内容。

(四) 组织开展趣味体育活动

体育是一项灵活性和运动性较强的学科, 课堂上单纯依赖教师的讲解, 无法激发学生的学习兴趣。因此, 教师在课堂教学中, 通过采用游戏、休闲活动等方式与学生开展互动, 要力求新颖和多样化, 可以充分地调动学生的学习兴趣。比如在学习排球垫球训练时, 如果单纯让学生两人一组不停地垫球重复一个动作, 学生会感觉很单调、枯燥。因此教师可以尝试采用以下方式: 一是将对垫与自垫动作结合起来, 动作要领就是在接到对方垫球后自垫一次再垫给对方。二是采取分组隔网对垫的动作, 要领就是将学生分成四五人一组排列纵队隔网与另一组学生实行对垫练习, 每人垫一次后回到本组队尾。从而调动学生对体育的学习兴趣。通过这些活动, 学生们对课程的兴趣可以得到极大地提升。

参考文献

- [1] 冯明春. 试论初中体育教学中学生主体地位和主动精神的培养[J]. 科学大众(科学教育), 2020(1): 39.
- [2] 修万松. 新课改下高中体育教学思路与方法创新[J]. 课程教育研究, 2018(41): 207.