

关于培养中学生学习体育兴趣的研究

李作峰

吉林市亚桥中学 吉林 吉林 132000

[摘要]“兴趣是最好的老师”，如果一个人对某事或某物索然无味，就很难深刻，甚至听而不闻、视而不见。体育教学也是一样，学生听得有兴趣、练得感兴趣，才能达到事半功倍的效果。激发和保持学生的运动兴趣，让学生更加积极主动地学习，自觉地进行体育锻炼，是我们体育教师共同努力和探讨的一个方向。

[关键词] 中学体育；兴趣；对策

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-627X.2021.09.1158

兴趣是指人们对事物的喜好或关切的情绪，从心理学的角度来看兴趣是指人们力求认识某种事物和从事某项活动的意识倾向。兴趣对每门课都有至关重要的作用，体育课也不例外，学生的体育兴趣将直接影响学生对体育课的学习情绪和学习成绩，长期以来学校体育教学存在的问题是单一的教学方式，从而导致了扼杀学生体育兴趣因素的产生，抑制了学生上体育课的积极性和主动性，而且是让学生从有兴趣到失望，失去了兴趣的情况，再次唤起他们的兴趣是很难的。因此，如何发挥体育课程专业面广、辐射性强的优势，加强中学体育教学对学生进行体育兴趣的研究和探讨有着十分重要的理论和现实意义。

一、在初中体育教学中培养学生兴趣的必要性

兴趣是最好的老师。只有学生对所学内容产生兴趣，才能发挥主观能动性，进而对学习产生动力。因此，教师在体育教学时，应该充分发挥学生的主体性，让学生喜欢体育、爱上体育，使体育成为学生发自内心的需要，由被动变为主动，从而积极主动地参与到体育活动中，帮助学生体育训练的同时，加强其身心的培养以及综合素质的提升。当学生对体育学科产生了相应的兴趣之后，就可以有效地推动学生提升自己的整体运动水平，并且将直接影响体育教学效率。此外，为了更好地稳定学生对体育学科的兴趣，教师需要根据学生的实际情况来制订相应的体育教学项目，从而避免学生可能会受到的伤害。开展体育教学，教师最重要的教育任务是帮助学生形成终身体育的意识，从而使学生能够在日后的成长过程中，重视体育锻炼并将体育活动坚持下去。

二、提高中学生体育课兴趣的建议

（一）创造和谐氛围

课堂气氛是学生培养兴趣的最佳因素，为学生创造宽松有趣的环境和良好的氛围能够促使学生对课程产生浓厚的兴趣，体育课也不例外。另一方面，教学要由浅入深，由易到难，有些体育项目学生是第一次接触，但是内心有着浓厚的兴趣，自己学习会比较难，教师要注意学生的兴趣，以基础教学为主，然后再根据掌握程度和兴趣程度进行深层次教学。对于已经有一定兴趣的同学要懂得进行高层次、有难度的教学，以满足他们的兴趣所在。

在体育教学中，中学体育教师要学会转变自身的观念，不能因为忌惮学生的安全问题而限制学生的课堂活动。更加和谐自由的课堂氛围会让学生对体育课更加感兴趣。譬如一些老师在按惯例进行完热身活动后会让学生自由活动，男生大都会去进行打篮球、踢足球等活动。但女生大部分会组团聊天，或是坐在一处看热闹，爱好学习的学生还会利用自由活动时间复习主课，这样一来，体育课的效用就大打折扣，教学目的更是无法完成。对于这样的状况，教师不能也采取消极的态度对待学生，或是以严苛的态度要求学生，忽视学生的个体性和个性化发展。教师要学会严中有爱，处处关爱学生，想办法调动学生的积极性。不能让学生有“体育课就是没用的课”的想法。对于体育不太好的学生，教师要给予关怀，了解学生体育素质差的成因，及时进行疏导和鼓励，或是采取一些针对性的训练，让学生有一个赶上平均水平的过程。教师不但要做学生的良师，还要做学生的益友，提高自身身体素质的同时采用多种教学手段帮助学生，把学生当成朋友，营造和谐的教学氛围。不要让学生认为体育离自己很远，而是要培养学生终生锻炼的体育意识。

（二）创新教学方式

中学体育教学无法得到学生青睐的原因之一就是上课内容太过于单一。大部分教师只认准体育教学大纲上的内容，在开展教学活动时也只是死板地根据大纲机械教学，所以教师要尽量改变这一现状，创新教学内容，让体育课堂变得丰富多彩，使教育内容逐渐丰富。教师不要让学生过多地重复一项内容，这样学生容易变得厌烦、产生抵触的情绪。其实教师如果想锻炼学生一个内容，有很多方法和途径。例如，教师如果想锻炼学生的耐力问题，不必只执于跑步这一种方法，教师可以用做游戏的方法，比如你追我跑的游戏，其实都可以锻炼学生的耐力。教师同样的教学内容用不同的教学方法，这样就会很容易的提高学生学习的兴趣，学习兴趣提高了自然上课效率也就提高了。教师也可以增加教学内容，让学生有更加丰富的课堂。重复的、单调的、乏味的体育锻炼让我们大人去上都会感到无聊，更何况是正处于发展中的青少年呢？且由于学生身体素质，运动能力和接受能力的差异，使得学生喜欢的体育

项目也不同,比如男生更喜欢活动量大竞赛性强的活动,如篮球,武术等;女生更偏向于对运动量小,姿态优美的运动,如体操,健美操等。所以教师要根据这些个体差异制定更适合的教学计划,在教学过程中不断地进行总结,创新出新的教育模式,用丰富的教学内容去吸引学生、用新的教学方法去引导学生,让学生保持对体育的兴趣。

体育运动场地、器材和设施对激发中学生的运动兴趣和有效地进行体育锻炼起到事半功倍的作用,也是一个体育教师上好体育课必不可少的条件。这些硬件条件是许多学生所向往的,有的对未知的器材充满兴趣,有的对已经掌握的体育器材有兴趣,想进一步通过锻炼提升自身能力。一方面要充分利用学校已有的硬件设施,另一方面也要投入资金进行改善。硬件作为学生最为直观、能直接感知的东西,是培养学生学习兴趣的重要法宝,也是体育课区别于其他课程的特点之一。

(三) 调动比赛兴趣

每个人都有好胜心,青少年的好胜心尤其强烈。所以教师就可以利用学生的这一特性,在体育课上积极开展竞赛等活动,调动学生的兴趣,让学生可以主动参与到课堂活动中。因此,教师可以改变以往的教学模式,突破传统,采取游戏教学的方式,在中学体育教学中积极开展体育竞赛,调动学生参与体育教学的积极性。例如,教师在上课时可以举办篮球比赛或者是足球比赛等各种竞赛都可以。比如中学生常常会玩的两人三足比赛。教师在课下要准备好要用的器材,上课时教师可以将学生分为几个组,教师要首先给学生讲清楚比赛规则,为学生做示范,让学生可以正确比赛,不易受伤。比赛开始时,要求两个学生为一组,将两个学生中间的两条腿绑住,号声一响,两个学生一起走向终点,中间如果绳子掉落或者断掉,就必须重头再来,最终第一名走到终点的两个人获胜。这个游戏不仅可以锻炼学生的合作能力,也可以培养学生上体育课的兴趣,同时也达到了教学的目的,提高学生的体质。此外,对于学生不喜欢的运动项目,教师可以同样运用这种方式来引导学生,让学生产生广泛的兴趣,防止其发展过于片面,促进学生综合性发展。

(四) 融入信息化设备

初中生的好奇心、探索能力较强,教师可将体育课堂的主动权交给学生,让学生以小组探索的模式进行某一体育训练项目。如“4*100接力”的体育教学中。首先,教师可将所有学生分成4人一队的学习小组,引导学生自行使用信息化设备探索接力赛跑的规则和技巧。其次,教师需引导学生以小组的形式初步实践,在实践中发现接力跑的跑步技巧。学生们通过自我探索,总结出了在接力中怎样才能不掉棒,怎样才能更快速

进行传交接力棒,并通过反复试验验证了接力的跑步技巧。此时,教师应要求学生以团队的形式进行竞争,在比赛技术后总结胜利或失败的原因,有利于激发学生的探索欲望。最后,教师可引导学生观看相关奥运赛事、包括跨栏、100米、跳高、4*100米/4*100米接力赛事情况。通过引导学生观看运动员的跑步姿势、跳跃姿势,从而提升了学生昂扬向上的品质,也逐渐增强了学生的体育意识。总之,教师可利用信息化设备设立合理的教学情境,引导学生在此情境中进行实践探知,逐渐培养学生的主动性意识。

(五) 鼓励表扬激励学生

在体育教学过程中,教师应该时刻铭记学生的主体地位,帮助学生找到自己的位置,并认真地去感受每一个学生的情绪,在了解学生各自的兴趣点后,帮助学生最大化地激发自身的兴趣着力点。在实际的教学过程中,教师要善于发现学生的闪光点,并积极地去给予学生鼓励和表扬,任何人都需要他人的称赞,尤其是处于成长中的学生更需要。所以,教师要准确地表扬学生,帮助学生解决困惑,并带着耐心去引导学生自主努力。在这个过程中,教师不仅是学生学习上的引导者,还是学生的朋友。只有善于发现学生身上的优点,并帮助其树立自尊自爱的信心,才能在赢得学生信任的同时,得到教学工作中的真实反馈,从而更好地帮助自身协调课程内容,这样才能在体育教学中从容应对,设计合理的问题引导学生,从而激发学生的运动兴趣。

综上所述,在初中阶段培养学生的体育兴趣,对于增强学生的身体素质以及锻炼自身意志等都发挥着非常重要的推动作用。但是,在实际教学中,教师发现部分学生存在身体素质不好、意志不坚定以及教学内容或者方法过于单一的情况,而且学生缺乏实际的认知,从而导致学生的整体学习兴趣并不高。为此,教师需要对教学中的训练方式有所创新,并且强化学生的思想教育,并给予适当的关心与支持,从而真正帮助学生激发对初中体育学科的兴趣。

参考文献

- [1]安华标.中学体育教学过程中学生兴趣的培养探讨[J].文学少年,2020(26):1.
- [2]李勇.初中体育教学中学生体育兴趣的培养策略探讨[J].读天下:综合,2020(15):1.
- [3]曾鑫.合作学习对高中生体育学习兴趣的影响[D].南京师范大学,2019.
- [4]龚秋红.运动教育模式对初中生体育学习兴趣的影响[J].体育科技文献通报,2019,27(5):3.