

小学体育与健康教学方式探讨

王叶情

江西省抚州市南城县实验小学

[摘要] 体育课堂教学方法是决定学生是否喜爱体育课的关键因素之一, 笔者从转变传统的教学观念出发, 以学生为课堂主体, 在合理设计教学方案的基础上, 根据小学生的身心特点, 在促进他们积极主动参与体育活动的基础上, 指导学生初步学会自主、合作和探究学习, 使他们从小形成良好的学习习惯。

[关键词] 小学体育; 体育发展; 身体健康; 教学

【DOI】 10.12252/j.issn.2096-627X.2021.09.803

新一轮体育课程改革实施两年来, 为体育教学改革带来了无限生机。体育教师的教育观、课程观、教学观、学生观、职业观发生了深刻变化; 学生学习体育的积极性、主动性和创造性得到了充分发挥; 新型的师生关系正在形成。因此, 树立“以学生发展为中心”的教育观念, 采取有效的教学手段和方法, 是体育教学必须考虑的问题。在体育教学中, 充分调动学生学习的主动性和积极性, 培养参与体育活动的兴趣, 吸引更多的学生参与体育活动, 使体育课堂变得有利于学生身心健康发展, 有利于学生个性张扬, 更适应于现代社会教育, 适应于未来社会的发展。从实际出发, 实践和研究如何优化小学体育教学的效率, 是非常必要的。

一、激发学生的学习兴趣, 调节学习气氛

兴趣是学习的初始动机, 也是有效的保证。1. 场景模拟法。教师把训练场地布置或用语言描绘成一个特定的场景, 让学生置身其中, 利用小学生好奇、爱新鲜的心理特征, 激起他们训练的热情。例如在齐步走的训练中, 教师可以利用多媒体出示国庆大阅兵的场面, 让学生感觉自己就是一名光荣的解放军战士, 教师用语言激发他们的激情, 用口令来指挥他们的行动。2. 游戏竞赛法。每个人都希望在竞赛中取得胜利, 小学生的好胜心更为强烈, 在游戏中获胜是学生参与活动最重要的动力, 因此, 涉及一些竞赛性的游戏也是队列队形训练的有效载体。例如在“集合——解散”的训练中, 教师可以把全班分成几个小队, 围成几个简单的图形。在解散状态下, 听到集合哨声时, 比一比哪个小队集合的速度快、队列整齐, 评选出“优秀小分队”, 予以表扬。这样不仅提高了学生学习的兴趣, 而且使学生身体的智慧得到了锻炼。

教师要使学生充分认识到体育运动不仅对体育健康有益, 而且对心理健康和智力提高也有益。身体健康是人生最大的“本钱”, 人只有加强体育运动锻炼, 才能有健康强壮的身体, 才能实现自己的远大理想和抱负。

教师要发挥学校体育中的多种体育活动途径的优势, 做到课内外结合, 让学生在校外活动中自觉按照一定的体育规范要求进行, 实现课内与课外的有机结合, 让学生在校外活动中自觉按照一定的体育规范要求进行, 实现课内与课外的有机结合。

教学方法兴趣化, 教学手段多样化。低年级的学生好动、好奇、好新鲜, 厌烦过多的简单重复练习。因此, 教学方法比较枯燥, 教师可采用拍手走、听音乐走等形式来完成走步的教学训练。

二、指导学生养成良好学习习惯

要使学法指导进行有效, 必须培养学生良好的学习习惯。良好的学习习惯是学生掌握有效学习方法的前提条件和必要保证。培养学生良好学习习惯可从以下几方面做起: 一是制定计划。有了计划就有了学习目标, 也就有了学习动力和努力方向。教师要指导学生制定一个“跳一跳, 才能够得着”的长远目标, 还要让学生学会根据不同课型确定每节课

或每一个单元认知小目标, 让学生不断受到目标的激励, 积极主动地学习, 提高学习效率。二是课前自学。重点应指导学生了解体育教材的知识结构和教科书中许多名词、概念, 帮助学生弄清其内涵和外延, 找到最易理解和记忆的方法, 让他们知道教材的重点和难点。指导他们边阅读、边思考、边比划, 使学生对体育实践内容有一个粗略的印象。三是形成良好的课堂常规。

三、指导学生掌握纠正错误动作的方法

技术动作的学习, 不可能一步到位, 尤其是小学生更会出现这样或那样的错误, 所以指导学生掌握纠错的方法很重要。在学生出现错误动作后, 首先要帮助学生分析产生错误动作的原因, 从根源着手, 由内及外地寻找解决问题的方法。其次, 要指导学生积极寻找和运用辅助手段, 通过辅助练习逐步纠正错误动作。如教学投掷垒球时, 学生掷出的角度很低, 在练习中可以投掷前方设置高2~3米的横绳, 要求学生掷出的球必须越过横绳, 通过练习逐步纠正出手低的毛病。最后, 运用正误动作对比的方法。在教学中请掌握动作正确与错误的学生进行示范对比, 让学生通过直观的手段感受动作的要领, 明确动作的关键, 从根本上解决问题。

四、创新体育教学内容, 为学生创造良好的体育环境

内容的创新能够让学生对体育与健康的教学内容感到新奇, 让学生对该课程产生学习的兴趣。教师在内容创新的时候, 要注重结合学生的兴趣和爱好, 以此为出发点对内容进行改进, 从而让学生从全新的教学内容中获得益处, 提升学生的全面素质。教师在进行内容改进的时候, 还可以结合有趣的教学方式, 让学生对体育与健康教学有一个全新的认识, 提高学生对该课程的学习和参与兴趣, 带给学生欢愉的学习氛围。体育活动是我们生活中经常接触的活动方式之一, 培养学生对体育活动的认识和爱好对学生的成长来说具有深远的影响和重要作用。教师在教学过程中还要培养学生终身体育的思想, 让体育活动陪伴学生一生, 伴随学生成长, 让体育活动成为学生一生的好朋友与好伙伴。同时, 教师也要让学生在体育活动中养成敢于探索、勇于创新的精神, 让体育精神在学生身上发扬光大。

总之, 我们应该确定“以人为本”“因人制宜”从学生的兴趣出发, 到运动技能学习、到体验运动乐趣、再到形成体育价值观, 这个完整建构体育知识和运动技能的心理过程为体育教学, 然后, 帮助学生了解体育运动的健身价值, 指导学生学会体育运动健身的基本方法, 最后引导学生通过对体育项目的学习和体验, 逐步懂得终身体育与自己人生幸福的关系。

参考文献:

- [1] 袁凌丽. 浅谈小学体育与健康教学中的素质教育[J]. 现代交际, 2008(9)
- [2] 谷世春. 小学体育与健康教学问题剖析[J]. 当代体育科技, 2010(13)