

浅析提高中学体育学困生学习兴趣的实践研究

赵春森

吉林市亚桥中学 吉林 吉林 132000

[摘要] 体育教学的手段和方法是否合理,是影响学生学习兴趣的重要因素。体育教师不能因为自身教学经验丰富而死守老日的教学方法。这就要求教师认真研读教材,掌握遵循学生的心理和实际情况,转变传统的灌输式教学方法,因人而异地灵活运用教学手段,最大限度地激发学生的学习兴趣。

[关键词] 学困生; 学习兴趣; 研究

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-627X.2021.09.1165

总听说每个人都是被上帝咬过一口的苹果,而有缺陷的人是上帝偏爱的苹果,被多咬了一两口,学困生也是被上帝偏爱的苹果。体育教学同语文、数学、外语教学一样,也有学困生。所谓体育学困生是指体育品德和运动能力等方面的发展水平与体育教学不相适应、对体育活动缺乏兴趣和激情、不能自主参与体育活动、完成不了体育学习任务的学生。这些学生大多数学习态度不够端正,练习行为、练习效果不符合教师的要求或者没有达到预定的练习效果。

一、中学体育教学中学困生产生的现状

因为体能和运动技能较差,难以完成体育学习任务的学生通常被称为体育学困生。初中生处于青春期,其生理和心理正处于剧变时期,这个时期学生的内心是矛盾和叛逆的,往往情绪波动较大,再加上日益增加的学业压力,社会阅历尚浅的初中生,一旦出现心理困惑得不到及时的引导和帮助,很容易造成心理问题,给个人、家庭和社会带来消极的影响。初中体育学困生是初中生中的一个特殊的群体。

(一) 家庭环境影响

1. 家庭自然结构缺损、破坏,使学生缺少父爱或母爱,心理缺乏安全感,容易出现心理障碍,变得孤僻、冷漠、粗暴和内向等,极易出现心理偏差,沦为学困生。

2. 家庭期望过高,超过了学生身心所能够承受的限度,学生心理压力过大,反而出现抑郁、焦虑、紧张、偏执等心理障碍症状,从而导致注意力、记忆力、思维力等方面水平下降。家庭教育期望过低,对待子女的学习就会相对淡漠,不重视家庭教育,不关心子女的学习,一旦出了问题,开口就骂,动手就打,子女不会有学习兴趣,常常把学习当成是一种苦差事,教育期望出现负效应。

3. 家长教养方法不当,一种是专制型教养方式:家庭不理解子女的需要,有时不和子女商量,独断专行,常用命令和指责强迫子女服从,过多采用批评、惩罚的方法,使子女感到恐惧和压抑。另一种是保健型教养方式:家长对子女采用放任自流的态度,把教育的责任全部推给学校,过分宠爱,只重视在生活上给子女吃好、穿好、玩好,尽量满足子女的物质需要,使学生养成好逸恶劳,不吃苦的习惯。

(二) 学生思想认识不到位

由于室外体育课的特殊性,尤其有一些女同学意志品质比较薄弱,缺乏毅力怕苦怕累,对持续时间较长、单调的项目(如:长跑)难以坚持。缺乏勇气,担心练习中出现伤害事故。不愿进行练习或很少练习,认为上课偷懒没什么大不了的,形成了无所谓心理。还有一部分同学学习态度和目的不明确,认为体育课是副课,缺乏体育学习的动力,怕影响文化课学习,态度消极,上课时对教师的要求讨价还价、偷工减料,甚至逃课,久而久之,与其他同学的差距越来越大。

(三) 学生生长发育方面的不足

1. 智力原因。包括特差型和特好型,智力特差的学生接受能力低下,学习动作时障碍多,练习时退缩,不积极。相反,智力特好的学生思维敏捷,反应快,不愿听讲,超前行动,傲慢,随便。

2. 体能原因。因为身体过于矮小、肥胖或瘦弱等而产生自暴自弃的想法,如:体弱多病,体型过胖、过瘦、过矮小或者身体有缺陷等,他们对自己的信心不足,对运动产生厌烦心理。

二、提高中学体育学困生学习兴趣的实践研究

(一) 激发学困生学习动机

体育上的学困生,会表现为对体育活动不感兴趣,消极对待体育课堂,教师要及时激发他们的学习动机。比如在实心球投掷教学中,教师可以根据学困生的不同动机情况,采取不同教学方法,以激发学习动机。教师可以运用情境和游戏的方法导入新课,并说明该课的基本目标和三个层次学生的分层目标,运用赏识教学法,鼓励学生大胆尝试,勇于创新,激发学生的潜能。当然对学习动机较弱的学生,教师可以运用抽出学生示范练习、分组练习的方法,培养竞争意识,从而调动学生的学习兴趣。让他们从“要我练”转变为“我要练”。比如,对于初中生来说,实心球的直径较大,具有一定的分量,同时它还是软的。同时学生手型因人而异,手指有长短、指力有大小,训练时可以适当调整。学生有了训练的动机,就能充分体会手指乃至指尖对球的控制感觉(因为实心球是软的)。在练习过程中,教师要注重观察,发现问题,及时指导、纠错。同时,引导学生互教互学,共同提高,不失时机的鼓励学生,以实现人人都有收获。

（二）培养自我锻炼习惯

习惯是一种得到巩固的行为方式。在培养中学体育学困生养成良好体育锻炼习惯的过程中，学生处于主体地位。只有设法将学生从被动锻炼中解放出来，外因通过内因起作用，变学生被动锻炼为自觉主动锻炼，培养学生的自主意识，才能达到培养学生养成良好锻炼习惯的目的，增强学生的自觉性和自控能力。体育教师不仅要严格执行课堂规定，并以身作则，给学生一个良好的榜样，而且对学生循循善诱，晓之以理，动之以情，在锻炼中激发学生顽强的意志。教师要根据体育学困生的实际情况制订具体切实可行的个人练习计划，同时督导学生积极锻炼，脚踏实地，持之以恒。只有提高学生积极参与体育锻炼的自觉性，才能使学生养成良好的体育运动习惯。

（三）用尊重化解心理障碍

自尊心和自信心是学生在学习体育知识的基础，教师在学生学习过程中要对学生的学习充满信心，尤其是对心理素质比较弱的学困生，教师更要对这些学生多一些鼓励和关心，当学生在学习的过程中遇到不如意的事情之后，教师一定不能对学生进行责骂或者是讽刺挖苦，而是要耐心地帮助学生找出问题存在的根源，帮助学生纠正学习过程中遇到的困难。当学生通过自身的努力完成相关的体育任务之后，教师也要及时对学生进行鼓励，让学生能够注意到自己的进步，这样学生学习体育知识的信心就能够得到提高，最终逐渐喜欢学习体育知识。

例如：教师在体育课上让学生进行立定跳远的练习时，可以重点关注学困生的练习情况，当他们通过自己的努力跳出比较好的成绩时，教师一定要对学生进行及时的鼓励，让学生能够感受到教师对于自己的关注，从而促使学生更加积极努力地完成相关的体育任务。

（四）不同学生进行个别辅导

不少体育学困生在完成教师布置的动作任务时，不能够抓住动作的要领，每次完成任务都会出现各种各样的问题，这个时候教师不能够轻易对学生进行指责，也不能够轻易放弃他们，而是要为学生分析动作要领不到位的原因，然后对学生进行相关的辅导工作，最好是针对学生的学习采取针对性的措施，这样进行有的放矢的训练，能够让学生的学习信心得到提高。教师也可以让一些优秀的学生对于学困生的动作进行指导，有的时候学生之间的帮助要比教师的教学效果要好，学生之间本身就有深厚的感情，交流起来也会更加方便。例如：在进行跳绳比赛训练的时候，教师可以对学生进行帮扶性的分组，让体育学习能力比较强的学生，带领体育学困生进行练习，这样学生之间就会互相进行指导，再加上教师对学生的辅导，相信学困生的学习能力一定会得到有效的提升，最终也会变得喜欢学习体育知识。

（五）用游戏形式增强参与意识

体育游戏的内容和形式多种多样，既可以在室内开展也可以在室外开展，可以参考学生的人数，制定规则和玩法，让学生在轻松自由的学习氛围中自觉接受体育教学。比如，在篮球课上，需要通过篮球对传一一练习提高学生的传球技能，为了避免练习形式过于单一使学生产生厌烦心理，最好采取竞赛游戏的方式，把学生分成几个小组，规定传球次数，传球无误的小组获胜！如果第一轮比赛结束后，没有达到教学目标，可以进行多轮比赛！同时要注意的是，在课堂教学的不同阶段，选择的 game 也不同！在第一课时阶段，改用“捕鱼”等大家都爱玩的游戏，就会充分调动学生们的兴趣，达到吸引学生注意力和舒展肢体放松肌肉的目的。

（六）团队合作中转化学困生

在初中阶段进行团队合作的教学有利于建立学生之间的感情，让学生在体育活动的过程中进行互相帮助，共同提高。很多体育项目的训练需要发扬学生之间团队合作的精神，单靠学生一个人的能力是不能够达到好的学习效果，尤其是对于学困生的学习。在团队合作的过程中，学生们需要互相鼓励，每次取得比赛胜利的时候，学生之间都能够感受到努力学习而取得的快乐，最终增强学生学习体育知识的精神，调动学生学习体育知识的积极性。例如：在进行拔河比赛的时候，教师可以对学生分组进行练习，让学生通过小组合作感受到每个人通过努力所取得成功的喜悦，这样学困生的学习积极性也会在小组成员的带领之下得到提高，最终变得对于体育知识的学习产生自信心，积极主动地学习相关的体育知识。

在初中阶段学生存在学习体育困难的情况并不奇怪，教师需要根据学生学习的情况查找具体的原因，帮助学生制定有针对性的措施，促使学生有针对性地参加各种体育活动，这样学生学习体育知识的信心就会得到提高，学生学困生转化的效果也会得到提高。相信通过教师的耐心教导和学生坚持不懈的练习，学困生一定能够得到很好地转化。

结语

体育运动关系学生身体素质，更关系整个社会的未来，上好体育课是教育发展的必然要求，因此体育教师必须认真对待每一节体育课，让每一个学生在体育课上都能获得身心发展，并且关注每一名体育学困生的发展情况，最终实现学困生转化。

参考文献

- [1]沈明娟.初中体育学困生转化策略浅析[J].中学课程辅导(教学研究),2018.
- [2]温宇蓉.初中体育学困生心理健康状况与个性特征研究[J].青少年体育,2020.
- [3]许维英.初中体育合作学习模式中学困生自信心的培养[J].试题与研究:高考版,2020(24):2.