

快乐体育教学法在中学体育教学中的应用

龙娟

(江西省九江市修水县第四中学, 江西 九江 332400)

[摘要]“双减”政策落地, 如何让学生快乐学习成为各学科教师不得不思考的教学问题。虽然体育教学多是以运动实践为主, 很少涉及繁重的理论学习, 但初中生受升学压力的影响, 往往承担着较大的学习压力, 初中体育教学需要让学生在体育课进行良好的释放及放松, 强化对学生的情感、兴趣、个性和能力培养, 从而达到新课程标准提出的“增进学生身体健康和心理健康”的重任。笔者通过对体育课堂上学生具体表现、学习行为的观察, 从初中生体育学习入手, 探讨如何发挥快乐体育教学法的作用让学生体会学习乐趣, 并提出相应的策略, 以供各位同仁参考。

[关键词]快乐体育; 中学; 体育教学; 应用

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-6261.2021.06.937

素质教育实行下, 体育在初中教育阶段的课程地位不断上升, 是促进初中生身心健康、全面发展的重要课程。快乐体育教学法, 以学生为主体、以快乐为中心, 契合新课程生本理念及初中生身心特征, 有着能充分调动师生积极性、营造优良教育气氛、引导学生享受运动乐趣的优势。因而, 在初中体育教学中应用快乐体育教学法, 既能带给学生生理、心理上的满足, 让学生在体育教学中体会运动乐趣, 又能对学生兴趣、兴趣、个性、能力等各方面进行有效培养, 助力初中生全面、健康发展。

一、规范课堂教学内容, 丰富课堂教学形式

将快乐体育教学法应用到初中体育教学之中, 教师要突出学生的主体地位, 以学生为主体设计教学内容, 在上课前针对教学内容制定详细的教学方案, 灵活运用信息化手段、游戏化措施, 增添课堂的趣味性, 切忌放羊式、随意授课; 其次, 整合体育教育思想、教学内容以及游戏活动, 以创设轻松、愉悦学习环境为导向, 引入各种教学方式, 如角色扮演等, 提升教学的多样性, 进而激发学生体育学习兴趣, 产生强烈的学习欲望; 最后, 还要在课堂收尾之际, 引导学生回顾课堂所学内容, 渗透体育教学精神, 让学生形成优良的思想观念, 达到体育教学促进学生身心健康发展的目的。

例如, 在广播体操教学中, 传统的教学方式过于枯燥、乏味, 为激发学生学习广播体操的兴趣, 在授课之前教师要从广播体操的来源及发展、作用入手, 制定详细的教学方案, 并设计广播操小组竞赛活动, 以小组为单位, 针对学生广播体操学习情况、集体做操状况展开竞赛, 让学生在组内合作、组间竞争中, 收获体育运动乐趣。课堂上, 从准备活动开始, 让各小组组长指导学生练习广播体操, 教师负责查漏补缺, 促使学生在互相指导、互相帮助中积极参与教学活动, 从而调动其学习积极性。

二、选用合适的音乐, 引导学生舒缓情绪

音乐这种文化艺术形式, 具有营造气氛、陶冶情操、舒缓压力等作用, 对于很多初中生而言, 一边听音乐, 一边进行运动锻炼, 能让其身心愉悦、很好地舒缓学习压力。因此, 为了让初中生快乐学习体育, 切实增添体育学习的乐趣, 初中体育教学还要结合教学内容以及初中生对各类音乐的喜好程度, 选择合适的乐曲, 在体育课堂上引入音乐元素, 让学生在轻松、愉悦氛围中学习体育的同时, 有效地调节学生心理情绪, 实现提高学生身体素质、促进学生心理健康发展的教学目标。

一方面, 教师可根据教学内容, 选取具有代表性、激励性的音乐歌曲, 如在篮球教学中可使用篮球比赛音乐、CBA赛场的dj背景音乐, 让学生快速进入学习状态, 在音乐的刺激

下积极参与篮球练习; 另一方面教师则要基于学生喜好, 在课前播放一些舒缓、优美的音乐, 让学生在体育课前舒缓、释放不良情绪, 如在体操教学中使用《触电》、《OH!》《why me》歌曲, 以更好的心态参与体育活动。在引入音乐元素之时, 教师需要先对学生近期状态、学习情况、音乐喜好展开调查, 并结合体育教学内容, 把握好音乐播放时机, 从而更好地激发学生学习热情, 让学生主动、积极参与体育项目, 落实快乐体育教学理念。

三、设计体育游戏活动, 丰富体育学习体验

日常体育课堂上, 想要调动学生学习的积极性、自主性, 教师在应用快乐体育教学法时, 要结合初中生的兴趣爱好、个性特点, 选择学生能接受、比较喜欢的授课形式, 并规范教学内容, 使得整个课堂教学有序、高效。游戏, 是最能吸引学生注意力、让学生体会学习乐趣的手段。将快乐体育教学法应用到初中体育课堂之时, 教师要根据教学内容、联系学生生活实际, 设计各式各样的体育游戏活动, 有目的、有意识地选择游戏形式、扩展游戏内容, 从而调动学生学习的积极性, 产生强烈的体育运动欲望。

因而, 初中体育教师要在课前, 做好体育游戏的组织工作, 讲解好游戏形式、规则、要求, 从而维持好教学秩序, 发挥体育游戏的正作用, 让学生在比赛中明确教学内容、完成教学任务; 在课堂教学中则要强化学生的主体地位, 通过游戏的引入激发学生学习热情, 为学生体育学习创设优良的教学情境, 以角色扮演、小组竞赛的形式使得学生发挥自身的作用, 体会体育运动的魅力与乐趣; 课堂教学结束后, 教师还要针对游戏教学作用展开评价与反思, 借助游戏评价方法了解初中生对各种游戏的关注度, 从而在下一节课上及时改进, 有效地发挥体育游戏的作用。

结语

综上所述, 快乐体育教学法契合“双减”政策核心理念, 有利于减轻学生学习压力, 促进学生健康成长、全面发展。因而, 初中体育教师应根据学生身心特征, 活用快乐体育教学法突破传统教学模式的限制, 让学生在体育学习中释放压力、舒缓心情、体会运动乐趣, 以提高初中体育教学效果。

参考文献

- [1] 谢兆志. 关于快乐体育教学法在中学体育教学中的应用[J]. 当代体育(3): 1.
- [2] 王文山. 快乐体育在中学体育教学中应用的若干思考[J]. 哈尔滨体育学院学报, 2007, 025(004): 87-89.
- [3] 刘梅. 快乐体育教学在中学体育课堂教学中应用的探讨[J]. 科技资讯, 2011, 000(028): 211-211.