

# 漫谈新时期下高中体育教学示范功能策略

刘利平

(河北平山实验中学 河北 石家庄 050400)

[摘要] 体育课中适当的示范动作,不仅可以让学生获得必要的即时体验,提高掌握姿势细节的高效率,还可以增强学生的自学能力,激发孩子的主动性和自觉性。可见,教师的示范行为对于获得良好的学习效果具有非常关键的作用。

[关键词] 高中体育;示范功能;初步探索

【DOI】10.12252/j.issn.2096-6261.2021.07.1279

适当运用模范的力量,可以使学生产生一种蓄势待发的心理状态氛围,激发他们的自学能力。爱好使人对某事产生独特的贪欲,并积极发展该事的心理特征。适当的示范可以使学生感受到运动动作的形体塑造、范围之美、熟练程度和身心健康之美,同时获得满意的心理体验,从而达到学习和提高的效果。所以,老师的动作示范不仅要扎实,还要做姿势的楷模。

## 一、模范和独特的作用

教师向学生灌输专业知识、专业技能,只能根据“信息内容”的传递进行,而体育课程中“信息内容”的传递具有具体的示范作用。所以,演示一定要注意它的实际效果,否则会适得其反。示范是体育课程中最重要的教学方式,是学生掌握练习技术性、生成练习技能必不可少的环节。对于示范问题,权威专家会长期开展科学研究和实践活动。在一定的标准下,示范比其他方法更能促进姿势专业技能的学习和训练。示范性的有效性在于许多要素,例如模型的某个特征、模型的准确性以及何时给出模型。示范者有两种,一种是老师的示范,一种是同学的示范。在正常情况下,学生有能力跟随老师。同等标准下,教师的示范实效优于同学的示范实效。因为学生们坚信老师的专业水平很高,所以对学生的示范能力产生了怀疑。因此,教师在示范性课堂教学中普遍承担这一义务。其次,演示的实际效果取决于演示者的熟练程度。已经有比较精通科学研究的演示者和不精通科学研究的演示者的示范实际效果,发现在观察熟练教师的示范表现时,学生的学习效率更好。自然,换句话说,无论平面设计论文模型的真实身份如何,对学习技能的伤害取决于演示者的技术水平。体育课中演示技能对学生的直接影响是深远的,通常会致使学生过于关注自己的演示,这可能会损害从演示中获得的信息内容;熟练的示范也极有可能促进学生产生更高的学习兴趣,使学生渴望达到“优美”的示范技术实力。如果老师要求其他学生在课堂上进行不熟练的技术演示,一般达不到老师的演示实际效果。

## 二、合理的、示范性的科研对策

第一次示范要准确。正如上面课堂教学的摘录,老师为学生演示后,赢得了学生的认可。因此,“精准”是学生观察力的关键,也是示范应用标志之一。示范准确性是危及健身运动学习技能的直接决策要素,这在所有体育赛事健身运动学习技能的市场经济体系中非常关键。其次,同样的演示要根据课程目标的不同,让学生有突出的观察力,准确引导学生有效学习的指标值并不是唯一的。小编觉得同样的极其精准的演示很可能因为课程目标的不同而呈现出不同的效果。因此,需要根据课程目标的差异来设置演示。课程目标不同,示范功能也会出现。在不同的课堂教学环节,教师所表现出的标准化姿势都是一样的,但对于不同的环节,学生在课堂上的总体目标是不同的。例如,在大旋转中,规定不

能粗略地掌握姿势,只允许学生在地面上推动和旋转;而在进步与成长的环节中,学生观察的关键是姿势的细节程度,比如旋转的状态。旋转时,腿必须有一个笔直的整个过程等等。在自动化技术环节,要求学生注意观察姿势的节奏和逻辑。再次,还要关注对学生演示动作的掌握。示范机会是多样化的,不同的机会会产生不同的实际效果。因此,教师应根据示范效应选择合适的机会。大多数教师只在新的具体内容之前进行演示,不会利用有利的机会在学习和培训的间隙再次进行演示,应当说这种做法是不合理的。示范性机会大致可以分为两种:一种是最有可能在训练前给予受训者,使他们能够产生完美的运动现象。二是让受教育者先基于某种简单的语言解释进行试错训练,然后再进行示范。意思是首先让受过教育的人有基本的协调能力。无论任何时候的示范情况如何,关键还取决于技术姿势的结构和学生的理解水平。经常采用的方法是在训练前让学生观察动作示范,这也是一个更好的健身运动的机会。在倡导研究和自学的新课改阶段,第二次示范机会也有大量的科研成果。虽然课堂教学弯道较多,但学生可以亲身感受到健身操的技术功底是自己掌握的,记忆也会变得更深了。因此,最好将第一个示范性机会与第二个示范性机会紧密结合。解说与示范的结合,可以加强两个交流系统的和谐活动内容,有利于产生精确稳定的运动现象。如果注意技术姿势的结构和活动内容的方法,应以示范引导,辅助讲解,并在讲解时提醒注意要点。例如,在一些针对误导性姿势的体操训练中,如果重点学习和训练健身操的技术规律和基本原理,解释应该是引导、示范辅助、示范验证和解释。此外,示范还取决于体育赛事的需要。体育课程实践活动的示范方法在不同的体育项目和不同的课堂教学环节中是不同的。运动结构特点的复杂性、对人体生理结构的不同规定、新项目的一致性等等,也需要调整规定的示范性,才能进行复杂的运动。化解示范。对于那些在健身锻炼阶段逻辑性很强的人,应该要求详细的论证,在学生面前的示范应该是积极的。在不同项目的学习技能方面,也应该根据需要给出需求。

总而言之,模范是一种特定的方式来产生姿势的主要表现和意义,是最常见的体育文化教学策略之一。在体育课程中,示范占有重要的地位。它不是独立的。必须与口译、培训紧密结合,体现示范作用。虽然示范多由体育教师进行,但对学生的影响却变得。因此,在课堂教学中,必须注意课堂教学的独特阶段,这是不可忽视的。

## 参考文献

[1]王会新.新课改下高中体育教学思路与方法创新模式研究[J].教育界,2016,(28):184,186.

[2]宋统珍.普通高中体育教学资源整合的相关策略[J].时代教育,2014,(22):139-139.