

小学体育课中教师教学示范艺术的重要性

张立改

(河北省石家庄市藁城区梅花镇屯头小学 河北 石家庄 052160)

【摘要】示范法是教师以具体的动作为范例,使学生了解所学动作的形象,结构,要领和方法。在体育教学过程中,可使学生的感性认识上升为理性认识,所以正确的示范可使学生建立正确的动作形象,还可提高学习兴趣,激发学生的学习欲望。因此,示范是最形象生动的,它是任何其它教学手段所无法代替的,它是体育教学中最常用的一种直观教学手段。

【关键词】体育教学; 教学示范; 教学艺术

【DOI】 10.12252/j.issn.2096-6261.2021.09.1174

体育教学是实现学校体育目的任务的基本途径,也是当前实施向素质教育转轨的重要方面。它是指在体育教师和学生的共同参与下,通过运用适当的方法,指导学生掌握体育和卫生保健知识,基本的运动技术和技能,增强学生体质,培养体育能力和良好的思想品德的一种有组织的教育过程。体育课区别于其它学科课堂的特点是:在一般情况下学生处于动态的大环境,并主要地以身体练习与思维活动作为教与学的手段和方法。教师如何教,学生就如何学,而示范是教师和学生沟通的桥梁,又是体育教师传授基本知识、技术、技能最重要的、也是最基本的教学手段,是体育教师必备的基本功。同时还是使学生建立正确技术概念的基本途径。所以,教师示范的水平与能力如何,直接影响体育教学的效果。在体育教学教程中,为了让学生掌握正确的技术动作,教师的示范要使学生看得清。本人在体育教学实践中,深刻体会到教师示范艺术的重要性。

一、教师示范的教学目的要明确

示范的目的是使学生了解某种动作的形象,它告诉学生这种技能的结构是什么样子的。所以,教师在教学中每一个动作都要目的明确。示范什么?什么时间示范,怎样去示范,在示范的过程中对学生提出什么样的要求等等,要根据这节课的教学任务,步骤和学生的实际情况而定。如初学教材,为了使学建立完整的动作概念,应先做完整技术动作示范,再根据教学要求讲解示范,对关键技术动作要重复示范,示范前教师必须向学生讲清观察示范的方向、部位和时间,使学生尽快地明白如何根据自己完成动作的情况观察教师的示范,达到抓住重点,突出难点的目的。在示范过程中要求学生观察动作技术的结构,观察用力的顺序,动作技术的幅度,速度,节奏等。例如:在教学“小足球”运球时,教师应突出示范步幅小,频率快,重心底的动作要领,要求学生注意观察教师示范时人与球的位置关系,并告诉学生这样有利于运球急停,变速和变向的比赛需要,还要强调运球的触球动作是推拨式的触球,有助与运球时能在力量,方向上对球的控制。这样就更容易学生直观效仿,便于加深对动作的理解。另外,教师的示范动作要务求规范、连贯、完整、优美。实践证明,教师准确、熟练、轻快优美的示范可消除学生的心理障碍,激发学生兴趣,调动学生的学习积极性,这对促进学生建立正确动作要领十分重要。这样才能使学生在观察中做到有的放矢。

二、教师示范的位置和方向要正确

示范的目的是要给学生作范例,这就得让全体学生都听得见,看得到。因此,教师的示范不仅要规范,还要特别注重示范的位置和方向。在教学过程中,示范的位置应根据学

生的队行,动作的结构特点以及安全的因素来选择最佳示范位置。一般来说示范者应该站在学生的正前面,距离的远近以全班学生看清为准,有的时候根据动作的变化还需要适当的移动自己的示范位置和示范方向,显示动作的正面和背面以及左右移动的动作,采用正面示范,如足球中的守门员移动步伐以及扑球动作等。如教学篮球的“三步篮”动作时,为了显示“三步篮”的步伐以及出手动作,而需要采用侧面示范。再如,在教学武术套路时,如动作的方向,路线变化较为复杂时,采用背面示范则有利于示范者领做和学生模仿。一般简单的动作,则采用镜面示范,示范者的动作和学生相反,如广播体操,徒手操等。如果教师示范的位置和方向选择不当,会影响部分学生因看不清完整的动作或是正确的动作,对动作的连贯性产生错觉,形成错误的技术概念,就失去示范的作用,直接影响教学效果。除此之外还要考虑阳光,风向以及场地的因素等外界环境的制约,避免学生迎风站立或是面向阳光,还要避免让学生受到外界复杂因素的刺激而使注意力分散,这样同样影响示范的效果。

三、教师示范要形式多样且准确优美

示范动作要建立在准确,熟练,优美的基础上,还要快慢得当,要根据学生的实际情况,作重点完整示范,分解示范以及正常速度的和放慢速度的示范。这样不仅有助与学生掌握动作,还有助与提高学生兴趣,达到鼓舞士气的作用。如对新知识的讲授时,教师就该先用一般的正常的速度完整的示范一次,这样先使学生有个初步的了解动作的技术结构,然后在依据课的内容顺序用慢速的分解示范,使学生理解动作要领,要求等,在学生的脑海里建立完整的动作表象,最终达到“动力定型”。如在初学少年拳时,先以正常的速度完整的示范给学生看,然后在分解示范。另外,还可以利用电教手段,如录像等。以弥补示范的不足和增加讲解的实效性。倘若教师的示范不正确,不优美或是示范的速度千篇一律,快慢不当,就会使学生对动作技术观察理解不够透彻,甚至使学生掌握错误的动作概念,很容易形成错误的“动力定型”。还可以把动作掌握的比较好的和比较差的在一起进行示范练习,教师加以分析,比较,这样学生会预防错误动作的再度出现,从而提高训练水平。

教学方法的多样化,是活跃课堂气氛、培养学生浓厚的学习兴趣的重要因素。在教学过程中,体育教师只有灵活运用教学手段,不断改革创新教法,寻求更适合学生心理和生理特征的教法进行教学,才能更好地调动学生内在的学习积极性,创造和谐的课堂气氛。教学方法的选择,既要符合教材特点和学生实际,又要新颖有趣、易难适度、富于变化,使教学气氛轻松愉快,使学生乐学、活学。如在准备

运动中,运用简单轻松的游戏或器械操等作为课的开始,可以激发学生的兴趣,使他们积极主动参与。从而使学生尽快进入到运动状态之中。又如在基本部分的练习中,可采用游戏、竞赛、学生自主选择练习方法等方式进行,使练习的形式多样化,学生活学巧练,达到自我锻炼、自我体验乐趣的目的。充分发挥学生各自优势和特长,有利于激发学生的学习兴趣。再如结束部分的放松整理运动,可引用韵律操或舞蹈等形式进行,让师生在优美的旋律中跳起来、舞起来、笑起来,并在欢快的气氛中调节肌体、放松身心。使学生在欢乐、团结、成功的喜悦中结束课堂教学。这样,整个教学过程都围绕学生进行,使学生真正成为学习的主人和能够享受到运动带来的乐趣。这样的体育课才是名符其实的快乐体育课。

四、教师示范要与分析讲解相结合

在体育教学中,示范是让学生感知动作的外部形象,而讲解是让学生了解动作内在的联系,二者结合运用可以让学生在最短的时间里认识技术动作。所以在做示范的同时应根据教学的需要,适当的结合讲解,还会收到启发学生的积极思维的效果。例如,在学习前滚翻成蹲撑时,教师示范使学生感知了动作的外部结构,然后在通过讲解,使学生了解技术动作(手撑垫,屈膝蹲,蹬地低头,抱紧小腿成蹲撑)。去掉了冗长的不必要的程序。此外,在教学过程中为了加深学生的记忆,还可以使用重复示范,指出重,难点;或是先示范后讲解,边讲解边示范等方法。实践证明,把二者有机的结合所取的感知效果要比单独运用的效果要好。

众所周知,学生对事物感到新颖而又无知时,最能激起求知欲,对符合本人运动水平的活动容易产生兴趣。因此,教材内容的搭配要适合学生的年级水平的特点。教材难度过小,不能引起学生的学习兴趣。教材难度过大,会减低学生的学习兴趣。在同一活动中,常因学生的素质和技能上的差异而造成不同的结果,致使他们产生学习兴趣的程度不一。教学内容与学生学习的积极性有密切的联系,符合学生年龄特征、富有游戏性和竞赛性的教材能激发学生学习积极性;不符合学生的年龄特征,单调乏味的教材则会降低学生学习积极性。如学生上球类课时,学习兴趣远远超过其它项目,而这项运动对发展学生灵敏、协调、弹跳、速度、力量等各项身体素质和培养学生集体主义观念以及团结协作精神等起到非常大的作用。因此,教师在教材内容的搭配、分析讲解和教学示范时应考虑的以下四点:(1)教材内容的搭配,要以大纲为主,结合本校实际,由浅入深、由易到难。同时强调教材的合理性、科学性和创新有趣性。(2)从教材的选择到挖掘教材的内涵,不只考虑具体教材的动作本身,而是考虑教材背后所具有的特性和内涵。充分挖掘体育教材所特有的教育功能、社会功能、美育功能、娱乐功能等,强调教材与个体需要、社会需要相结合。(3)教材分析,充分认识和理解教材纵向衔接、横向联系和知识的系统性、层次性。(4)教学目标的确立是建立在教材分析、学生情况分析和具体实际的基础上,强调合理性、具体性、可操作性。

五、教师示范要因材施教分层指导

小学体育教学中教师的示范要因材施教,分层指导。在学生当中,确实存在着运动水平和从事体育学习的兴趣与动机、追求目标、个性心理、学习的方式方法等差异。教师只有最大限度掌握学生的实际情况,因材施教,积极指导学

生参加体育活动,才能取得良好的教学效果。传统的“一刀切”教法,不利于学生的全面发展,容易造成部分身体素质好的学生“吃不饱”和部分身体素质差的学生“吃不了”的现象,因此,在教学中应采用因材施教和分层指导的方法进行教学。具体方法是:将学生按身体素质和运动技能的强弱不同分为男女A、B、C各三个小组,根据学生技能的差异分别制定不同层次的教学目标和练习要求,实行区别对待、因材施教。让每个学生在各自的基础上“学有所得,学有所成”。又如在短跑的练习中,要求学生按A、B、C组的顺序分别在第三、二、一跑道上跑。这样,让素质好、技能强的学生跑外道增加距离和难度,提高要求;让体质和技能稍差的学生跑内道缩短距离,降低要求,使大家几乎同时完成练习任务。通过这样的分层教学,让不同层次的学生都能完成自身能够完成的练习内容。同时给予每个学生更多的发展机会和施展才能的空间,充分发挥和挖掘学生的个性潜能,调动他们的积极性,使他们都能学有所得并获得更多的成就感。

体育课中,同一教材在不同课时中重复练习的难度要求是不一致的。如一年级投掷教材第一次课的要求是教会学生投掷方法;第二次则要求学生初步掌握投掷方法,通过多次的重复练习,使学生进一步掌握投掷方法等,每一次重复练习的难度都有所提高。对此,教师在教学中对同一教材的重复练习如果每次都采用同样的组织教学方法,学生自然会感到枯燥无味而分散注意。因此,对于同一教材的重复练习,教师必须根据“动型”规律逐步提高动作难度,适当改变组织教学方法,激发学生的学习兴趣。

教师根据学生差异进行合理的分组、制定的各层次教学目标,学生可根据自己的教学目标,根据自己的学习潜能和认知结构,对所学内容自主选择,完全不受传统教学的“一刀切”约束。实施分层教学的调控和指导,随时检查学生掌握动作的情况,解决学生学习过程中的疑难问题,对学生进行个别化示范指导,有效地保证了同步教学中分层施教的教学进程,避免了由于分层教学带来的各组之间的相互干扰,有效地进行不同层次的目标学习。学生学习了新的内容后,要把获得的新知识加以巩固、加深,才能达到预期的教学目的。在分层练习这一环节中,教师根据学生之间的差异,从学生的知识掌握的程度,设计了A、B、C三组形成性练习,由学生按照自己的学习基础、学习兴趣来选择适合自己水平的练习,巩固所学知识。

分层指导,避免了传统的单一练习的问题,同时,在分层指导中,教师不是硬性规定某一层学生要做相应的一层练习,而是设置学习的“阶梯”,为学生提供前进机会,鼓励学生在掌握完成本层次目标的同时,选择高一层目标,使学生在过程中看到自己的进步,从而促进其个体的发展,实现向高一层目标靠拢的目的。为促进学生学习进行深入的思考,提供了一个友好、生动的练习环境。

综上所述,示范是体育教师所必备的基本功。教师能否正确的将示范艺术运用到体育教学中去,直接影响着学生的学习和教学质量的高低。所以教师必须正确的运用示范艺术,始终贯彻“精讲多练”的原则。才会产生良好的教学效果,提高体育教学质量。

参考文献

[1]高金昌.“内外兼修”提升体育教学动作示范技能[J].体育教学.2017,37(7).17-18.