

衔接,这样既可达到技术的整体提高,避免单一化,又可提高学生的热情,避免枯燥。

(三) 运球技术教学要创新教学法,重视组合练习

运球技术分类较多,控制球的脚法多变,单独练习一项内容,既枯燥又不利于学生快速掌握。因此,教学中可以根据脚触球部位及运球路线进行组合练习,如绕跨虚晃变向摆脱转身射门、胸部停球转身脚内侧或外侧传球后射门等练习。此外,在运球训练当中可以设计障碍,增加配合套路,如边路的高速运球,接二过一传球,再运球突破传中练习,适时的加以防守干扰,能使教学内容更具有目的性、更贴近实战,也有利于在运球教学中给学生灌输整体配合意识。

二、运球技术教学与足球意识培养

(一) 足球意识的培养

运球技术是个人和整体进攻联系的基础,每次运球动作的完成,都要和队伍的整体队形、接应队友的位置及防守方的运动状态结合起来,这是运球时必须有的足球意识。在比赛中能否熟练而又合理地运用运球技术是决定比赛胜负的关键。在教学中教师不仅要教会学生各项控球技术,而且应在教学比赛中合理地运用,启发学生在实战中充分利用时间差、方向差来调动对手的位置、抢球时间和方向,根据场上的变化选择最佳方法来完成一次有效的进攻。

(二) 无球状态下足球意识的培养

比赛中无球状态下的意识行为与运球技术是紧密联系的,只有通过合理的判断进行正确的跑位,以及队友的牵制和保护,来获取完成运球的时间和空间,才能顺利地进行突破、分球、射门。足球运动是一项集体项目,每名队员必须时刻清楚如何选位,如何跑动策应,充分发挥团队优势来赢取比赛。首先应注重团队精神,把个人利益与全队利益紧密结合起来,明确自己的跑动会给防守者带来压力,制造空当,为同伴创造传球、射门的机会。其次是无球意识运动中的跑、跳、停、转身、

晃动作都要根据场上情况进行判断、分析,合理运用。因此在运球技术的训练中,灌输合理的无球意识对培养学生的整体战术素养有着重要的作用。

三、运球技术与节奏感

节奏感是在运用个人技术过程中,将各动作的间隔时间合理安排于本人技术前后或与他人技术配合前后的一种行为方式,它是节奏意识驱使下的节奏行动。有一定节奏意识和技术水平的人,在运球过人或他人的技术配合时能显示出良好的节奏感。节奏感的培养和技术、战术水平的提高是互动、互进的关系,把两者结合起来,使平时的技战术训练中包含节奏感的内容,有计划、有目的提出各种情况下的节奏要求,才能把节奏感的培养落到实处。由于节奏感与运球技术有着密切的关系,所以苦练过硬的基本功,掌握娴熟的专项技术,加强观察能力、判断能力、配合能力和战术意识的培养对学生节奏感的形成都能起到良好的促进作用。

在足球比赛中,运球技术的运用在符合规则要求的同时,应尽可能做到协调、娴熟、轻松,并能充分利用空间、时间和节奏的变化发挥个人的体能、技能和特长。实践证明:运动员缺乏必要的节奏感,就不可能掌握精湛的运球技术,不可能在比赛中很好地运用个人技术,更不能保证技术的串联和战机的捕捉。在运球技术的运用过程中,节奏的变化主要表现在起动、跑动、急停、摆脱、踢拉球、停拨球、突破、射门等技术的熟练程度,以及速度的变化,技术的运用和衔接,假动作运用的时机等方面。如果这些技术节奏掌握得好,运用得合适、合理,就能发挥技术的最大威力。

总之,运球技术是贯穿足球教学的一个重要内容,也是教学中最复杂的一个环节,无论是在足球比赛中,还是在足球教学中,运球技术都既是重点又是难点,必须得到重视。因而在教学中教师对于学生存在的问题,须从提高学生自身素质入手,积极深化教学改革,认真地分析、总结,时刻学习、不断创新,用最佳的措施提高足球课程的教学效果。

如何有效地进行中考语文复习

叶玲

(南昌市新建区红林学校 江西 南昌 330100)

[摘要]中考复习,是争分夺秒的过程,所以有效的复习显得尤为重要,特别是语文这门宽、广、深的学科,更是要科学系统的统筹安排。我认为:首先复习计划与目标要明确,其次要让学生掌握应试技巧,再次复习的内容要有所突破,最后实施开放式复习。

[关键词]中考语文;目标明确;应试技巧;答题规范;内容;形式

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-6288.2020.09.971

如何让学生在很短的时间内,对所学的知识进行有效整合,去适应即将到来的中考。下面,我结合自己的教学实践谈谈自己的看法。

一、复习计划与目标明确。

复习计划的制定是以“课标”和“考纲”为依据,立足教材,结合学生实际,讨论制定复习计划,整个过程分三轮:第一轮全面复习。以本为本。着重于从课本入手,依纲扣本,在字、词、句、篇中夯实基础,特别是古诗文的背诵默写与阅读赏析,辅之以作文规范写作;重点是古诗文的复习。第二轮专题复习。根据《考试说明》和中考命题规律,打破学科原有顺序,将知识结构分门分类地进行整理并强化训练。重点进行现代文和作文的训练指导,辅之以基础知识的检测。第三轮总结检测、查漏补缺。全面总结复习情况,检查复习效果,模拟测试。重点进行考前作文指导,辅之以基础知识的检测。另外,中考语文复习课,目标要非常明确,就是让学生在很短的时间内,对所学的知识进行有效地梳理、整合。所以,我们每一堂课的内容要相对集中,可以围绕中考内容中的一个点或几个点展开。比如,语言运用题,可以分为病句修改,仿写,对联,句式转换,语言的简明、连贯和得体,广告标语,图文转换(图表类),图文转换(徽标、漫画类),新闻消息,学科渗透,材料探究,综合表述(设计类或观点表述类),名著推荐,诗歌鉴赏。

二、答题技巧要掌握

在认真解读《考试说明》,强化目标意识,潜心钻研中考命题,探讨预测命题方向的基础上,我们着重提高复习的有效性。

(一) 积累与运用

按照中考说明的出题模式,语言基础包括:语音文字、词语运用、病句的辨析与修改、古诗文默写等。语文实践包括文学名著、语言的表达、联想仿写、筛选概括、图表分析、解说评价、综合性学习等。复习以课本为主,按考标要求进行知识点的梳理,归纳、总结,辅之以精当的练习。如常用词语的书写与读音复习,先整理好六册教材词语,然后抄写听写二遍,及时批改进行订正,注重书写质量。特别要记住一些自己容易读错的音,容易写错的字,如:荫庇(yìn)、翘首以望(qiáo)、自怨自艾(yì)。再如:谈笑风生(生)、眼花缭乱(缭)、迫不急待(及)。古诗文的背诵默写复习,要时时“温故”。可采用学生互背与默写相结合的方法,不但要求能背诵指定篇目,字字落实,还要“会理解、能运用、善归纳、懂迁移”。名著知识复习,针对考点要求先整理好十几部名著的相关知识要点,然后打印出来阅读。以上三块知识的积累,重在于积累与识记。对于词语使用、语病、标点、图文解读、口语交际和综合性学习的复习,一方面采用专题形式,先精选中考试题练习实践,后发现规律,归结理论与做题方法技巧,最后再针对考点要求编写好巩固练习;另一方面,在平时阅读与写作复习中深化这些考点。对于成语应用中的“基本义、比喻义、褒贬义”,病句中的“歧义现象”是比较难掌握的,要重点突破。针对阅读部分的试题还需要我们老师和学生一起一题一题地研读题干,教会学生审题。比如“在作者看来,……”(暗示应该用原文回答);“请根

据原文进行概括”(暗示可先在文中找到依据,然后再概括);“有哪些”(暗示答案不止一点,至少两点,而且应根据题目的分值判断有几点)等等。

(二) 要教会学生会答题规范

比如,阅读中遇到“赏析”类题目,就应从修辞手法和写作方法以及句式等几个方面思考。如果用了比喻的修辞,那么可以套用“此句用了比喻的修辞手法,把……比作……,生动形象的写出了……,表达了作者……的情感。”的句式。如果用了对比的写作方法,可以套用“运用了对比的写作手法,把……和……进行对比,从而突出了……,表达了作者……的情感。”的句式。像这样的一些公式还有很多,养成良好习惯,注重平时训练。在平时的写作训练、课后练笔中养成良好的习惯,如审题构思的习惯、拟写作提纲或打腹稿的习惯、反复修改的习惯、一题多写的习惯等。写作训练必须从审题、选材、立意、构思、拟题、行文、修改等方面多下苦功夫。

三、复习的内容有所突破

在《语文课程标准》的指导下,初中语文教材多是以一个个专题变成一个教学单元。组成每一个单元的几篇文章都是从不同角度,用不同的文学方式对“这个专题”进行表达。所以我们可以利用“中观”理论,打破课与课的界限,单元与单元之间的界限,甚至是册与册之间的界限,把一些相关的内容组织在一起进行复习。我们可以从文章的主题思想角度选取对比点、从人物的角度选取对比点、从文章的语言角度选取对比点、从写作手法角度选取对比点。让学生对教材有一个立体的、更为深入的理解。

四、开放式复习

把更多的时间和空间还给学生,实施开放式教学,即让学生自主选择复习的内容和形式,自己总结复习的方法。而教师的任务就在于课堂上的“宏观调控”,把握复习的方向和进度,进行适时地引导和点拨等。如:复习生字:你认为哪些字比较难记,难写,应重点复习哪些字;可以反复练,可以合作听写,也可以出一份自测题。复习阅读部分:自己从课外读物中找一篇自己喜欢的文章,想想能提出哪些问题,这些问题该怎样回答,然后在小组内交流。这样的开放式复习,学生自身受益,全班其他同学受益,教师也了解到更多的学生信息,使指导更具针对性,更有效。

总之,要想提高中考语文复习效率,就要从整体把握教材,扣本抓纲,采取合适的复习形式,关注学生的自主发展,使学生通过主动参与、合作探究,达到对语文知识的深入把握和综合能力的有效提升。

参考文献

[1] 胡洲. 教师教育者及其自我研究:提升教师教育质量的新途径[J]. 教师教育研究, 2012(05)

作者简介:

叶玲(1984.8—),女,汉,江西南昌,本科,中小学一级,研究方向:中学语文。