

在体育课融合学科常识提高课堂效率

汪福存

(铜仁市万山区仁山学校 贵州 铜仁 554300)

[摘要]在体育课中融合体育学科基础知识来提高学生对体育的思想认识,以知促行,提高体育课堂效率。融合体育学科基础知识包括体育课堂常规、知识技能技术、师生意识(知行能力)三个方面来进行融合。培养学生终身体育意识,从而激发学生积极地参与体育锻炼,向学生教授体育的基础知识,让学生掌握体育的基本技术并形成一定的运动机能,是发展体育综合素质与能力和提高身体健康水平的一种基本形式。

[关键词]体育课;常规;基础知识;素养提升

【DOI】10.12252/j.issn.2096-6288.2021.03.797

在体育课中融合体育学科基础知识来提高学生对体育的思想认识,以知促行,提高体育课堂效率,以课堂常规入手、把锻炼身体和掌握知识技术手段结合起来,切实在提高自身教学素质上下功夫。培养良好的锻炼习惯提高学生锻炼习惯的认识,在体育课堂上培养良好的锻炼习惯,对提高教学效果,培养学生终身锻炼,促进学生身心健康发展具有重要的意义。

(一) 体育课堂落实课堂常规(体育基本常识的应用)

(1) 体育教师必须提高自己的意识形态,严禁出现学生跑两圈步热身,做热身运动,然后自由活动,这样的教学违反体育教学规律。要培养学生良好体育课堂学习习惯,要先从体育教师的一言一行做起,做到言传身教。规范自己的教学行为,认真对待每一节课,课前做好准备,提前到达上课地点做好场地器材的清理,为课堂安全有序进行做好准备,课堂教学中关注学生个体差异,及时制止同学间嬉戏打闹违反课堂常规的行为,引导学生养成遵守课堂常规的习惯。教师要重视自己的言谈举止,控制自己的情绪,关心关爱学生,尊重学生人格,当出现违反常规的现象时针对学生的差异给予正确的教育。常规行为习惯开学第一课开始抓起,形成制度,常抓不懈,形成常规行为习惯。

(2) 落实体育课堂常规从习惯养成教育入手。对学生来说,同学们的习惯养成是一个长期反复的过程,特别是同学们体育课堂中的行为习惯,受课程安排课次的影响,一个周三次课,习惯的养成需要每次课都严格执行才能形成,杜绝出现朝令夕改、一曝十寒的情况出现这样对课堂常规习惯的养成是难于超越的鸿沟。良好习惯的养成需要1-2年日积月累来形成。

(二) 以知促行,培养学生终身体育意识,把锻炼身体和掌握知识、技能、技术结合起来。加大课后记录课堂回顾总结反思,探索处理课堂中各种现象的方法,方式,提高对课堂教学主导能力。

(1) 教学内容。①各项内容合理搭配,以“健康第一”为指导思想做到全面、科学,符合学生学情。②每节课中要安排一定的时间与一定的比例进行身体素质练习。③练习方法形式多样,把知识技术技能融合,学生增强体质提高锻炼意识掌握技能技术。④教学的设计从学生的生理、心理特点出发设计形式多样教学环节来培养学生练习的兴趣,调动积极性,提高体育课的效果。

(2) 教学环节。①学习掌握知识技术及锻炼身体的组织教法,根据教学对象的差异选择合适的方法,在体育课堂中做到精讲多练。②合理组织课的各个部分注重准备热身和调整放松,促进学生身体的健康发展。③采用什么样的教学方式来达到本次课的教学目标。在教学中,要精讲多练,指导学生采用什么方式来突出重点、用什么方法突破难点,要对动作质量和规格严格要求,加强指导注重个体差异,保证学生练习次数及学习的效果。要使教、学和练很好地配合起来。在教师纠错指导重复练习中使锻炼身体和掌握知识、技能、技术融合起来,根据学生差异情况有所侧重。

(3) 运动负荷方面。①注重个体差异,针对不同学生有不一样的标准,注重态度积极性。②采用多种方法重点加大

练习密度,调节练习强度。③课的运动负荷在增强体质同时让学生掌握知识、技能、技术。

(三) 提升教师核心素养

加强教师专业素养,从理论到实践、反思,总结再回归到体育课堂,千锤百炼重复分析总结形成自我的教学风格,这样才能提高对体育课堂的把握促进学生健康发展,才能把基本的体育知识技能技术融入体育课堂,提高教学效率。我们可以以下几个方面来提高教育教学能力:

(1) 思想态度:教师体现对体育教学事业的满腔热和对学生的关爱,认真严格地进行体育教学工作。积极参与培训、观摩学习的机会,主动加强与同行的经验交流,向经验丰富的前辈请教,向具有创新拼搏精神的青年教师学习。在培训学习中及时把自己遇到的教学难题借助平台提出,向专家请教更好的方法策略。

(2) 备教材备教学对象:熟悉教材具备过硬的专业知识,吃透各年级同一内容,了解学生特点创立学生档案对所教授班级学生的身体健康情况、性格、优点、兴趣及不同阶段的生理、心理变换和内外因素可能导致学生情绪的变化和压力作全面的了解和记载,在教学组织中,根据学情设置适应学生健康发展的设置合适的重难点。课堂教学前,检查运动器械和场地确保体育教学安全有序进行。

(3) 教学中,加强学生安全教育,提高学生对预防伤害事故的认识,加强对学生自我保护能力的培养,正确地掌握一些常见运动损伤的处理方法。教师需具有很强的观察能力,视野开阔、目光矫捷及时掌握学生情绪、压力、心理状态及时有效地进行调节,及时发现及时解决。注意培养体育骨干和分组练习组长发挥学生优点,有目的地培养他们的小组团队主人翁的意识,授人以渔,小组为单位,设置学习的目标,小组分组练习,组长及时记录反馈本组学习情况,教师根据学练的情况有针对性的给各小组指导。提高课堂的效率。

(4) 综合素质:具备良好的应变能力,处理方法灵活,保护学生练习热情和自尊心,正确处理不同问题和偶发事项,针对不同对象采用适当的方法,让学生在心理上接受,在合理解决意外事故的前提下,努力维护课堂秩序和教学的进行。

(5) 教学观念的转变:学生是课堂的主体,创造轻松、有序,团结协助的教学氛围,注重因材施教、采用启发式和讨论式的教学手段,教师教授知识方法,采用合理科学的技术手段来突出重点突破难点。教学组织以小组合作的形式开展,充分发挥小组成员的优势,体育骨干领先,成员分工学练指导,评价,合作鼓励,共同进步。教师对各组练习的情况给予进一步的学练指导和要求。

参考文献

- [1] 王守龙《初中体育课堂教学中存在的主要问题与对策研究》,课程教育研究,体育·美育,2019(44)
- [2] 张华,《课程与教学论》M.上海教育出版社,2000.1
- [3] 胡卫平,《关于体育实践课中穿插体育理论知识教学的研究》,新课程。