

快乐教学法在高中体育教学中的实施策略探析

陈婷婷

(温州市艺术学校 浙江 温州 325000)

[摘要] 顾名思义,快乐教学法的教学重点在于“快乐”,要让每位学生乐于学、乐于练,因此在高中体育教学过程中,需要精简教学内容,引领学生直击要点地学习某项体育运动的核心技能,满足兴趣需求,并且需要创设若干游戏活动,在寓乐于教中学习体育运动技能,在这种情况下,才能满足快乐教学法的要求,有利于提高体育课程的教学效率。

[关键词] 快乐教学法; 高中体育教学

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-6288.2021.05.2224

引言

基于新课程改革的要求,越来越多的课程教学开始注重学生的情绪、状态变化,关心学生的兴趣高低情况,因此在展开高中体育教学的时候,可以充分运用快乐教学法,给学生带来诸多的乐趣,促使其能够增强积极情绪,提升学习状态,有利于促进学习。

一、快乐教学法在高中体育教学中的作用分析

(一) 有利于释放学生的精神压力

从快乐教学法的定义来看,乐于学、练是该方法的核心,需要调动学生内心的快乐情绪,若将此方法应用在高中体育教学中,会充分发挥体育活动的娱乐性,有利于释放学生内心的精神压力,使其可以从中感到快乐,从而促进其积极成长。

(二) 有利于培养参与体育课程的兴趣

在往常教学体育课程的时候,有些学生会用不认真的态度对待体育学习,有些学生会借机请假、偷懒,说明对体育课程欠缺足够的参与兴趣。因此,需要利用快乐教学法转变学生的态度,逐步地提升参与兴趣,既会有助于开展体育教学,又会有助于学习体育运动。

二、快乐教学法在高中体育教学中的实施策略分析

(一) 运用多媒体教学

在快乐教学法中,强调利用环境的力量促动学生学习,并且在新课改的内容中,说明要用信息技术改进教学手段,这就可以转换教学阵地,从多媒体着手,利用多媒体资料教学体育课程,一方面可以讲述较为专业的体育运动动作要领,另一方面可以传播体育运动中的精神品质,促使学生在多媒体环境中充分享受,逐步地增强兴趣意识。例如,在多媒体帮助下,可以展开体操的教学,在屏幕中可以用若干图片分解各个体操的动作,同时讲述做动作的要领。另外,可以利用多媒体播放一些宣扬体育精神的视频,如电影《夺冠》,表现了我国女排坚韧不拔、自强不息的体育精神,既会让女生体验观影的乐趣,又会慢慢地形成健康的精神品质。

(二) 精简教学内容

在很多时候,学生欠缺兴趣的原因在于总学习耗费较多时间的体育运动技能,不能直接体验某种体育运动的核心技能,并且由于课时的限制,许多体育运动技能都无法在有限的时间内教完,最终都随着学期的结束不了了之。因此,在快乐教学法的指导下,应当更为重视学生的个体需求,精简体育教学内容,可以根据每部分学生的需求,展开不同运动姿势的教学,同时直击要点,培养其核心技能,这会有利于提高兴趣意识。例如,当在教学篮球运动时,可以根据性别分成两部分,女生部分可以教学基础的投篮姿势,如在投篮时应当掌心朝向篮筐,双手自然张开,头球时手腕稍稍后仰,将球放于下巴的位置,双腿内扣,膝关节相靠,大小臂呈90°曲折,投球时双脚脚尖发力,向上蹬起,小臂快速向上推球,掌心下压,保证球会沿着一条抛物线掷出。对男生部分而言,在练习投篮姿势

时,应当单臂曲折呈90°,将食指放在球的中间位置,手掌偏右,左手轻轻扶住球的左侧,两只手的大拇指近似T字形,在举球投篮时,应将球放在头的上方位置,两只手近似V字形,投篮时两脚脚尖正对篮筐,两膝稍弯曲,右手手肘、手腕、肩部都呈90°。当在教会每部分学生基础的投篮姿势后,可以分别展开投篮练习,使其渐渐地熟悉投篮动作,提高投篮命中率。

(三) 运用游戏活动

在快乐教学法的要求下,体育课程应当加入游戏活动,以此带动所有学生积极参与,增强体育课程的娱乐性,会在课堂中逐渐形成愉悦的轻松氛围,有助于缓解学生的精神压力。因此,可以根据教学内容,提前设计某项体育游戏活动,在教学是引领学生参与,边玩游戏边学习某项体育运动,既可以培育兴趣意识,又可以提高学习效果。例如,在教学排球的过程中,可以展开“转圈接球”的游戏活动,根据学生人数拿出若干排球,给每人分发1颗,先进行热身操,随后两学生整齐地站成排列,互相间隔1米左右,教师会作为发令人,当吹响1次口哨时,每位学生需要向上抛球,再原地旋转一圈后,双手接球,当连续吹响2次口哨时,需要向上抛球,同时在原地旋转一圈,再拍手一次后接球,其间教师会任意吹响哨声和次数,需要学生仔细聆听,在该种游戏中慢慢练习接球动作;在教学田径运动的过程中,可以展开“带着报纸快快跑”的游戏活动,会给每人1张废旧报纸,将所有学生分成若干小组,每组包括5人,设计200米长的直线跑道,左端起点线每组会站有3名学生,右端终点线每组会站有2名学生,当听到指令后,需要左端的第一名学生先出发,将报纸放在胸前奔跑,保证在过程中不掉落报纸,若掉落一次算作一次失误,在跑到终点线后,右端的小组成员继续用胸部顶着报纸出发,最终会计算每组在奔跑接力过程中掉落的报纸次数,次数越多名次越靠后,会对后两名的小组予以惩罚,如绕圈跑等,在该游戏中会让女生了解快跑、慢跑的区别,有利于提高快速跑的能力。

三、结束语

综上所述,在快乐教学法之下,体育课程应当突破传统教学的限制,既要重视教学的多样化,又要重视学生兴趣的培养,促使其对参加体育课程具有较高的积极性,从而有助于教学体育运动。

参考文献

- [1] 张维兵. 高中体育课堂中实施“快乐教学”的研究[J]. 新课程, 2021(18): 84.
- [2] 陈焕夫. 如何在高中体育教学中实施快乐体育[J]. 田径, 2019(09): 3-4.
- [3] 赵中锋. 快乐教学法在高中体育课堂中的运用[J]. 教学管理与教育研究, 2021, 6(04): 22-23.

作者简介:

陈婷婷,女,1984.02.24,浙江平阳,汉,单位:温州市艺术学校,中学一级,本科,研究方向:体育教育教学方向。