

高中体育教学训练中对中学生运动兴趣的培养

史海峰

俄罗斯国立体育大学(科学与教学教育学院)

DOI: 10.12238/er.v5i4.4637

[摘要] 在高中体育教学训练中培养学生的运动兴趣,不单单有助于活跃课堂教学氛围,同时还有助于缓解中学生的学习压力。但是从高中体育教学训练的现状来看,其中依然存在着一些问题影响着高中生运动兴趣的激发。所以高中体育教师在开展教学活动的过程中,必须积极的创新体育训练的策略,促使学生对体育训练产生强烈的兴趣。基于此,笔者针对高中体育教学中培养学生运动兴趣的重要作用以及高中体育教学训练的现状进行了探析,并提出了具体的培养策略,希望有助于学生运动兴趣的激发。

[关键词] 高中; 体育教学; 运动兴趣

中图分类号: G8 文献标识码: A

The cultivation of middle school students' interest in sports in high school physical education training

Haifeng Shi

Russian state-run sports university (Science and Teaching Education Institute)

[Abstract] Cultivating students' interest in sports in high school physical education teaching training is not only helpful to activate the classroom teaching atmosphere, but also helps to relieve the learning pressure of middle school students. However, from the current situation of high school physical education teaching and training, there are still some problems that affect the stimulation of sports interest of high school students. So in the process of carrying out teaching activities, high school physical education teachers must actively innovate the strategy of physical training to promote students to have a strong interest in physical training. Based on this, the author analyzes the important role of cultivating students' interest in high school sports teaching and the current situation of high school physical education teaching and training, and puts forward specific training strategies, hoping to help stimulate students' interest in sports.

[Key words] high school; physical education teaching; sports interest

引言

受应试教育的深远影响,体育教学一直以来都是高中教学体系中不受重视的一门学科,这也在一定程度上阻碍了学生身体素质的提高。新课程改革全面实施以后,素质教育越来越受重视,体育在高中教学体系中的位置不断提升,高中体育教师必须认识到在体育训练中培养学生运动兴趣的重要作用,并通过不断的创新体育训练,持续的为学生参与体育运动训练提供动力来源。

1 培养中学生运动兴趣的重要作用

1.1 有助于活跃课堂教学氛围

在高中体育教学训练中培养学生的运动兴趣,当学生充满高涨的运动兴趣,课堂教学的氛围便会变得非常的活跃,学生的参与积极性便会更强,显然这是一个良好的体育教学循环。高中体育教师在开展教学活动的过程中,可以通过教学情境的创设、

多媒体设备的利用,调动学生参与的积极性。例如:高中体育教师在空间开展排球教学时,可以先组织学生在教室内开展理论教学,随后可以利用多媒体教学设备为学生播放运动员的标准动作,并为学生介绍各动作的要领。以此充分调动学生的视觉和听觉感官,促使教学活动变得更加有趣。在理论教学结束后,教师便可以组织学生来到操场进行实践训练。不管是在理论教学中还是在实践训练中,体育教师均需要与学生之间多展开互动,并注意增加教学的幽默感,以此促使学生产生更为强烈的兴趣,避免课堂教学氛围过于严肃,使得课堂教学氛围活跃起来。

1.2 有助于缓解中学生学习压力

现如今,体育已经成为高中教学体系中非常受重视的素质教育学科,通过体育教学训练的有效开展,不单单可以锻炼学生的身体,提高学生的身体素质,同时还可以培养学生的运动爱好,更为关键的是,对于高中阶段的学生来说,其面临着较大的学习

压力,情绪一般都十分的紧张。在体育教学训练中培养学生的运动兴趣,可以促使高中生全身心的投入到运动训练中,体会到运动训练的乐趣,有助于缓解学生的学习压力,让学生可以暂时忘记学习的紧张感,放松下紧张的情绪,这样更加有助于学生身心健康的发展。

2 高中体育教学训练的现状

在传统教育理念的深远影响下,大部分高中学校在开展教育教学活动的过程中,通常都更加倾向于文化知识的学习。再加之高中生即将面临高考,所以很多高中学生都没有对体育教学的开展引起重视,不管是课时安排还是教学资金的投入都较为有限,甚至存在主讲课占用体育教学时间的情况,严重阻碍着体育教学的顺利开展^[1]。正因如此高中体育教师自身对工作也比较懈怠,在开展体育教学活动时,往往都是机械化的传授学生一些体育运动理论知识,然后便组织学生进行训练,要么就是直接让学生自由活动。很难激发学生的运动兴趣,尤其是对于高中阶段的女生来说,其更难以对这样的体育训练产生兴趣,经常可以看到在自由活动中,三三两两的女生在操场边上聊天,甚至还有一些女生直接选择回到班级做题,体育教学效果并不是很理想,并未切实的实现段锻炼学生身体和缓解学生学习压力的目的。

3 高中体育教学训练中对中学生运动兴趣的培养策略

3.1 通过多样化的教学方法激发中学生运动兴趣

以往高中体育教学中存在的一个比较显著的问题就是教学方法较为单一、教学内容较为枯燥,所以学生的运动兴趣较低,教学效率和教学效果也不是很理想。为此,高中体育教师在体育教学训练中培养学生运动兴趣时,应该通过多样化的教学方法激发学生的运动兴趣^[2]。随着新课程改革实施以后,各种创新性教学方法不断涌现出来,高中体育教师平时一定要加强对这些新教学方式与方法的学习,像情境教学法、游戏教学法等,以此为学生营造一个良好的教学氛围,调动学生参与体育训练的热情与积极性。例如:高中体育教师在组织学生开展纵向分腿腾跃训练的过程中,可以根据男生和女生在力量上表现出的差异,将男生和女生分开进行训练,随后,教师可以再结合学生对这一运动技能的掌握情况,将学生划分为不同的小组,并以小组为单位组织学生开展运动比赛,在好胜心的驱使下,学生的运动兴趣和热情会更加的高涨,教学效率和教学效果更为显著。

3.2 加强对体育基础设施的完善

体育基础设施是影响高中体育教学效率与质量的一个重要因素,但是据相关调查了解,由于大部分高中学校对体育教学并不是很重视,在体育教学方面的投入较为有限,所以体育基础设施较为单一,这对学生体育兴趣的培养十分不利。为此,在新课程改革全面实施的背景下,高中学校一定要对体育教学活动的开展引起足够的重视,加大对体育教学的资金投入,完善体育基础设施,为学生创造一个良好的体育训练环境。高中体育教师则应该充分发挥自身的聪明才智,随机应变的充分利用这些体育基础设施。即便在体育基础设施不完善的情况下,也能够通过合

理的运用现有的体育基础设施,满足当前体育教学训练的需求,以此有效的培养学生的运动兴趣,为学生参与体育训练提供动力。需要特别注意的是,高中学校在购进体育基础设施时,一定要在保障安全的基础上,选择可以满足体育教学训练和学习运动兴趣激发的基础设施,避免其中存在的安全隐患威胁到学生的生命安全。

3.3 根据学生个体差异,因材施教地开展体育教学训练

对于整体学生来说,其身体素质水平往往存在着一定的差异。如果高中体育教师在开展体育教学训练的过程中,未考虑到学生之间的个体差异而采用统一的方式与方法组织学生进行体育训练,那么势必很难做到整体学生运动兴趣的激发^[3]。为此,高中体育教师一定要加强对学生实际情况的分析,并根据学生的个体差异,因材施教地开展体育教学训练。例如:高中体育教师在组织学生进行健美操训练时,可以按照学生的身体素质水平或者身高体型等将整体高中生划分为不同的层次,并针对不同层次的学生设计不同强度的健美操训练。另外,对于体育方面的后进生,教师一定要耐心的对其进行鞭策与疏导,逐步的促使其对体育运动产生兴趣。教师在因材施教地开展体育教学训练时,若想到更为理想的教学效果,就需要在平时多注意观察学生,并加强与学生之间的交流与沟通,以此准确的、全面的了解学生的实际情况和个体差异,从而更好实现整体学生运动兴趣的增强。

3.4 通过兴趣小组的组建培养学生的运动兴趣

在高中体育教学训练中,很多活动都属于集体活动。为了更好的培养高中生更的运动兴趣,教师应该尊重学生的自主性,充分凸显学生的主体位置,让学生按照自己的意愿自由组建兴趣小组,通过较为自由的方式开展体育训练,以此在提高学生身体素质的同时,促进学生可以身心健康的发展^[4]。例如:为了强化学生的合作意识和竞争意识,高中体育教师在开展体育训练时,可以让高中生自由的组建成不同的小组,并组织学生开展无人接力赛训练活动。为了获胜,学生需要在小组内通过商讨合理的布局各成员的先后顺序,在这一过程中,便可以很好的培养学生的友好交流能力,并且还可以增强学生的集体荣誉感。有助于学生的全面发展。

3.5 将课内课外教学有机融合在一起

虽然在新课程改革全面实施的背景下,高中体育教学的位置不断提高,体育教学课时数的安排十分的充足,但是毕竟课堂教学时间有限,高中体育教师若想更好的培养学生的运动兴趣,促使学生形成终身体育意识,养成坚持运动的良好习惯。高中体育教师应该将课内课外教学有机融合在一起,将课内教学向课外有限的延伸,以此达到更为理想的教学效果^[5]。例如:高中体育教师在组织学生进行足球运动训练的过程中,教师既需要在教学课堂上传递有关足球运动方面的理论知识,同时还需要传授学生足球运动技能,用于学生进行足球技能训练的时间十分有限,即便教师组织学生开展的训练活动如何的精彩,但是由于时间的局限,也很难达到理想的训练效果。为此,教师可以将课

内教学延伸到课外。同样,高中体育教师可以让学生根据自己的意愿组建成不同的小组,并选出各组的小组长,由小组长在课下组织本组成员进行足球技能训练。在下一期开展教学活动时,教师可以自己担任裁判组织学生进行一场足球比赛,并未获胜的小组颁发奖励,以此更好的培养学生的运动兴趣。

3.6 通过多方激励,给学生留下良好的印象

当学生步入高中以后都会对高中的学习与生活产生新鲜感,很多学生都会有“重新开始”的感觉,高中体育教学训练累不累、具有趣味性都是其比较关注。为了更好的培养高中生的运动兴趣,教师可以通过多方激励,给学生留下一个良好的印象。一方面,教师可以利用体育明显对学生进行激励。很多体育明星之所以会取得辉煌的成绩,与其坚持不懈的努力付出是脱离不开的,并且在体育明显成长与发展的过程中会有很多的轶闻趣事。教师平时可以通过与学生之间的交流与互动了解学生比较喜欢的体育明星,并借助学生比较喜欢的明星对学生进行激励,以此促使学生也可以逐渐的喜欢上体育运动,并可以努力坚持进行体育训练。另一方面,高中体育教师还可以借助网络平台,多了解一些体坛趣事,并将体坛趣事融入到体育教学训练中,以此使得体育教学训练更具趣味性,可以促使学生更为积极的参与其中,从而更好的实现提高学生身体素质水平和培养学生运动兴趣的体育训练目标。

3.7 多维度实施体育教学训练

高中体育教师在教学中培养学生运动兴趣的过程中,一定要多维度的实施体育教学训练。首先,教师一定认真的做好备课,转变以往自身具有一定威严性的教师形象。而是利用教学训练促使学生更为信服自己。为此,在体育教学训练中,教师一定要始终保持亲切自然、面带微笑的表情,体态要端正、衣着要整洁,并认真的挖掘每一名学生身上的“闪光点”,同时对学生的“闪光点”进行激励与赞许。另外,教师还应该学会包容和理解学生,一视同仁的对待整体学生。其次,科学的选用教学方法,有效的培养学生的运动兴趣。教师在开展体育教学训练时,一定要根据教学内容选择恰当的教学方法,并且需要注意不同一直沿用同一教学方法,以免学生感到枯燥、乏味,从而影响学生兴

趣的激发,一定要注意教学方法的变换。最后,高中体育教师一定要精心的设计体育教学训练,注意增加体育教学训练的趣味性。而且教师也需要同学生一起参与到体育训练中,以此拉近与学生之间的距离,深化与学生之间的情感,促使学生逐渐的喜欢上自己,这样学生也会爱屋及乌的喜欢上体育训练,在潜移默化中培养学生的运动兴趣。除此之外,高中体育教师还需要注意不断的进行自我提高与自我完善,不断的学习体育知识与运动技巧,以此不断的提高自身的运动水平与运动技能,这样在开展教学活动的过程中,才能够促使学生感觉到教师不仅有学问,而且还掌握有丰富的运动技能,从而更为积极的参与到体育训练中。

4 结束语

综上所述,现如今我国在发展教育事业的过程中,更为关注学生的身体素质水平,而体育学科则是整个教学体系中可以很好训练和提高学生身体素质的有效途径。因此高中体育教师在开展体育教学训练的过程中,一定要认识到体育教学训练中培养学生运动兴趣的重要性,并通过多样化的教学方法增加体育教学训练的趣味性,将课内课外教学有机融合在一起,以此更为全方位的培养学生的运动兴趣,促使学生逐步的形成终身体育意识。

[参考文献]

- [1]张学成,赵鑫.体教融合视角下高中体育业余训练现状及对策研究[J].青少年体育,2022,(03):67-68.
- [2]赵新宇,赵鑫.新高考、新课改背景下高中体育选项教学模式创新研究[J].青少年体育,2022,(02):115-116+59.
- [3]郎秀花.探析高中体育教学中培养学生终身体育意识的对策[J].科幻画报,2022,(02):275-276.
- [4]陈龙.学生发展下的高中体育趣味课堂的构建策略研究[J].学周刊,2022,(04):159-160.
- [5]吕凤雄.对微课教学与高中体育教学有效整合的探讨[J].智力,2022,(02):28-30.

作者简介:

史海峰(1994--),男,汉族,河南驻马店人,俄罗斯国立体育大学博士在读,研究方向:体育教育训练学。