

快乐教学法在高中体育教学中的 实施策略

前言

我国政府教育管理部门逐步推行新型教学理念以及在改革政策的过程中，终身体育教学和健康发展理念已经被广大体育教师所接受。在新型教学理念的指引之下，广大教师必须要着重探索新型的课程教学策略，在探索多样化、个性化体育人才培养策略的过程中，培养高中生的肢体运动能力以及团队协作能力，带领学生参与趣味化教学活动，尽情享受体育运动的乐趣。文章将立足于高中体育快乐教学法的主要概念与定义进行分析，围绕高中阶段体育学科教学的原则与要求，合理探索快乐教学法的应用价值与教学方法，旨在进一步激发学生的体育运动兴趣，进一步提高学生的体育学习意识与能力，从而进一步健全高中体育学科教学体系。

关键词

快乐教学法；高中体育；教学；策略

1 快乐教学法概念分析

快乐教学法被广大体育教师称作“兴趣教学法”或者是“趣味教学法”，主要以高中生的独特兴趣点为主，将学生的学习兴趣进行拓展，围绕学生的兴趣点调整教学模式，丰富教学内容，转变教学思路，以便将学生的学习兴趣与高中体育教学内容相结合，为高中体育教学模式在未来发展指明具体的方向。与传统类型的趣味游戏教学方法相比，快乐教学方法将游戏教学方法的精髓提取出来，将传统的游戏教学模式转变为更加生动形象的快乐教学模式，不仅仅局限于游戏教学这一种传统模式，而是将游戏教学模式进行适当调整与优化，凸显游戏教学的独特之处，随后融入了更加多样化的快乐游戏教学模式。快乐教学法主张广大教师在开展高中体育教学活动的同时关注学生的兴趣点，结合不同学生

的兴趣点选择不同类型的教学模式与内容，引导高中生对高中体育教学模式产生浓厚兴趣，随后在学生认真学习理论知识的同时，传授具体的知识与技能，促进知识教学与实践技术教学的有效转化。

快乐教学法的实施过程相对简单，对教师的专业技术操作要求相对较低，它的独特之处在于要求教师在学生愿意接受体育教学模式的前提之下，推进更加多样化的体育教学方法，将多种类型的教学方法与理念进行深度融合，逐步形成独具特色的高中体育快乐教学体系。由于绝大多数学生日常学习压力与负担较大，课余时间相对较少，学生的体育运动时间相对有限，教师必须要在最大限度上提升自身的教学效率，避免浪费学生的体育运动时间，还需要积极采取多样化的教学措施，逐步提高学生的综合素质，尤其是体育学科

素质以及身体素质,引导广大高中生在较为开放的体育运动环境下,最大限度的学习理论知识,掌握体育运动的技巧与方法,在轻松、愉悦的教学氛围中享受学习的乐趣,感悟成功的乐趣^[1]。

2 高中体育教学中快乐教学法的重要价值分析

高中体育教学方法主要培养创新型人才以及应用型人才,在许多学生日常学习与生活中,均可以接触到各种各样的体育运动,获得参与体育运动的机会。面对此种情况,教师需要将快乐教学法与传统类型的高中体育教学方法进行区分。传统类型的教学模式主要对原有的体育教学知识进行多次的重复与练习,通过机械性练习,进一步提高学生的肢体运动能力,但是学生在参与机械性体育训练活动的过程中无法享受到体育运动的快乐,无法在轻松、自由的教学氛围中肆意挥洒汗水,导致许多学生感到身心疲惫。久而久之,学生便不愿意继续参与体育教学活动,导致高中生只是盲目地遵从教师的指引,无法找准自身的体育训练定位,也无法了解自身的兴趣点,并不具备自主运动意识与能力。首先,在快乐体育教学模式下,高中生学习知识或者是运用体育技能的过程中,均可以促进自身多方面学习能力的进一步发展,也可以提升自身的体育运动能力。在体育教学和训练过程中,学生可以与周围同学共同探讨体育运动的全新模式与方法,进一步拓宽学生的发散思维。总而言之,新型的快乐体育教学模式对于培养创新型人才而言具有非常重要的作用^[2]。

其次,从另一角度分析,快乐体育教学方法的主要教学模式相对宽松,教学形式多种多样,学生可以结合自身的学习需求以及能力发展需求,选择更加自由、多样的学习方式,体育教师也可以为班内每位学生构建专属体育教学体系。快乐体育教学理念,主张教师为广大高中生提供有效的教学指导与帮助,遵循构建主义理念,主张学生通过自主学习与探索的形式,打破学生的能力发展局限性,促使学生不断突破自我、勇于创新、敢于挑战。高中生在自由学习的过程中,可以从原有的被动学习转变为主动探索,可以由原有的机械性体育训练转变为自由性体育训练,这对于培养学生的主观能动性以及主体意识而言,具有无可替代的作用。传统“填鸭式”教学模式中的错误之处必须要得到彻底改变,而快乐教学法为广大体育教师提供了一个全新的教学思路,拓宽了体育教学与日常训练的途径。

最后,较为愉快且自由的教学模式,可以充分激发学生的学习兴趣。根据学习动机理论,学生在高中阶段已经具

备了一定的自主行为意识,并且表现出独具个性的自主行为倾向。充分激发学生的学习动机,立足于学习动机、研究视角,充分提高学生的积极性与主动性非常重要。在这一过程中,教师需要面向高中生细致讲解各种各样的理论知识,将理论教学与实践教学相结合,完成课堂教学任务之后需要考虑到学生兴趣点的变化情况,将学生的整个学习动机融入到课程教学的具体环节之中,为学生带来较强的感官冲击,在学生心中种下快乐学习与成长的种子。

3 快乐教学法在高中体育教学中的实施策略分析

3.1 巧妙选择教学内容,传授体育运动技巧

灵活选择高中体育教学内容,进一步优化教学流程,可以帮助学生明确高中体育教学的重要性与必要性,有效减轻学生的学习压力及身体负担,避免学生过于疲劳。高中阶段体育教学活动要求培养学生的体育运动能力以及竞技精神,还需要培养学生良好的身体素质以及专业学科素质。体育教师可以结合学生的性格发展特点以及心理发展特点,选择适合于学生的学习内容,着重讲解体育运动的主要技巧与方法,适当调整内容的编排形式,及时优化教学流程,简化教学步骤,提升教学效率。灵活选择体育学科教学内容,从根本上凸显快乐教学法的重要价值与作用,在体育学科教学环节中充分体现快乐教学元素,促使每一位学生可以充分彰显青春活力,显现生命的鲜活色彩^[3]。

3.2 转变体育教学理念,充分激发学生斗志

在高中体育快乐教学过程中,教师需要采取更加新颖且科学的教学理念,对学生的体育学习方式进行分析。一部分学生在参与体育教学活动的过程中,并未充分意识到体育教学的重要价值以及核心地位,导致许多学生行动缓慢或者是组织懒散。教师在指导学生转变学习理念之前,必须要转变自身的教学理念,制定新型的教学计划、方案,在充分考虑每一位学生的个性化学习需求之后,制定较为个性化的人才培养计划,真正贯彻落实新课改教学要求。

在教师转变教学思维与理念的过程中,也要为后续的课程教学活动以及体育训练活动奠定坚实基础,需要培养学生艰苦奋斗、吃苦耐劳的精神。虽然体育训练需要耗费学生的精力与体能,学生可能会感到身体疲惫、逐渐懈怠,最终放弃体育运动,但是教师依然需要不断为学生加油打气,引导学生全身心投入到体育教学环节之中,在学生逐渐失去斗志之后,教师需要鼓励学生参与集体活动,通过同学之间的团结协作,鼓励学生在与同伴共同参与体育活动的过程中,

享受团队竞技的乐趣。对于身体素质较好的许多学生而言,体育教学的最终目标不仅仅是提高学生的身体素质,而是保持学生热爱体育的热情,在此过程中,教师需要在场地安排以及课程安排这两方面进行适当调整,教师需要为学生提供特定的训练场地,保证学生充足的运动时间以及运动量,采取循序渐进的方式,逐步提高学生的运动量。在保障学生身体安全的前提之下,合理搭配体育训练的内容与项目,以便全体学生可以斗志昂扬、精神饱满地参与体育训练活动,避免学生逃避日常体育训练。

3.3 充分调动学生的积极性与主动性

教师在高中体育教学环节需要以课堂教学为阵地,以体育训练为基础,灵活多变地调整快乐体育教学模式,鼓励学生发自内心地热爱体育运动,全身心投入到日常训练环节之中,深刻感悟体育教学的重要价值与作用。同时,教师也需要建立良好和谐的师生关系,以便学生可以跟随教师的指引,参与多样化的体育训练活动,营造良好的师生互动氛围。在某种程度上,体育教师对学生的鼓励与帮助,可以充分激发学生学习兴趣,改变学生对于体育教学的看法与见解。在高中体育日常教学环节中,教师可以灵活展现自身超高的体育运动能力,逐步吸引学生注意力,在日常训练过程中适当为学生展示体育运动技巧,亲自指导学生学习体育运动技巧,端正学生学习态度,转变学生的学习理念与思维。

此外,教师需要严格控制体育运动量,体育运动量较

大可能会加重学生身体负担,可能会对学生的身体健康产生一定影响。高中体育教师在控制体育运动量的过程中,需要采取循环往复的形式。一般情况下,学生训练10~15分钟之后需要休息2~5分钟,在学生自主休息期间,教师可以与学生进行深度沟通,指导学生放松肌肉,调整心态;或者是了解学生对于快乐体育教学活动的看法与见解。在学生参与日常训练活动的过程中,教师需要考虑到学生身体素质方面的差异,灵活调整运动量^[4]。

例如,在足球训练过程中,教师可以为学生展示“环绕颠球”“倒挂金钩进球”“踩单车进球”“身后切球”等足球技巧,充分激发学生的兴趣与热情。随后需要教师适当传授一部分比较简单的足球运动技巧,避免学生受伤。如果学生对进球技巧比较感兴趣,教师可以反复指导学生调整腿部肌肉与足部肌肉的发力方式,传授多角度进球技巧,引导学生尝试自主进球。学生进球之后,需要教师肯定学生的学习成果,帮助学生积累自信心以及成就感。

4 结语

综上所述,快乐教学法对于提升体育教学效率、推动体育教学模式转型而言,具有关键作用。广大教师在充分意识到快乐教学法重要作用的同时,也需要围绕学生群体的学习需求进行灵活分析,在积极促进高中体育教学模式改革与创新的同时,逐步提升课堂教学整体质量,传授体育运动的具体技巧与方法,提高学生的基础运动能力及身体素质。

文/梁胜邕(广西百色田阳高中,广西百色 533600)

作者简介:梁胜邕,男,广西百色人,广西百色田阳高中一级教师,研究方向:快乐教学的应用价值与教学方法。

参考文献:

- [1] 师晓军. 高中体育快乐教学的指导措施[J]. 当代体育科技, 2022(23):65-67.
- [2] 张新喜. 快乐教学法在高中体育教学中的实施策略探析[J]. 田径, 2021(9):73-74.
- [3] 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.
- [4] 赵中铨. 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(4):22-23.