

快乐体育理念在小学体育教学中的渗透

前言

在素质教育理念下,教师在落实体育教学的过程中除了向学生讲解体育理论知识,培养学生体育技能以外,更重要的还需要培养学生的体育运动意识,让学生认识到体育训练的重要性,提升体育教学的效果。所以在目前的体育教学中教师应该积极努力融入快乐体育相关的理念,这样才能让学生拥有一个轻松的学习环境,让学生可以积极参与体育运动,促进学生身心健康发展,也提高小学体育教学的效率。

关键词

快乐体育;小学;体育教学

体育运动是学生释放压力的一种重要途径,在素质教育背景下,体育学科越来越受到了重视。为了让学生对体育产生浓厚的兴趣和参与体育活动的积极性,全面的提升目前体育教学的质量和效率,作为体育教师要努力在课堂中融入快乐体育的理念,这样才能为学生创造一个轻松的学习氛围,从而提升学生参与体育运动的效果,让学生建立终身体育锻炼的意识,推动体育学科进一步的发展。本文针对快乐理念下小学体育教学的实施办法展开分析阐述。

1 快乐体育理念在小学体育教学中渗透必要性分析

1.1 快乐体育理念符合小学生身体发展特点

小学阶段的学生身体器官发展比较迅速,身高和体重每年都会发生很大的改变。另外小学阶段的学生肺活量还有血压以及心率和成年人相比都不是特别的稳定,在骨骼上面比较的脆弱,肌肉力量不足。所以在小学阶段的体育课堂不适合开展一些高强度的体育动作。作为小学体育教师需要考虑学生的身体发展规律和特点,在这个基础上为学生安排体育教学活动,这样才能让学生得到健康的成长。快乐体育的理念是符合小学生身体发展规律的,学生可以在运动过程中获得轻松愉快的感受,这样也可以在很大程度上降低学生参与体育锻炼的畏惧心理,发挥体育学科的优势,让学生的体能和体格都可以得到协调的发展。所以在这个基础上应该在小学体育教学中融入快乐体育的理念。

1.2 快乐体育理念符合小学生心理发展特点

在小学阶段,学生的记忆力还有注意力以及知觉等都处于迅速发展的阶段,他们在这个阶段开始获得对于事物清晰地认识,能认识到每个事物之间存在的一些关联性。但是这个阶段学生的注意力还不能长时间的集中,只能把注意力集中到自己感兴趣的事物上面。如果在体育课堂中可以有效地融入一些快乐体育的教育理念,则符合小学阶段学生的心理特点。教师可以来为学生设计一些他们感兴趣的体育项目和活动,这样可以在很大程度上调动学生参与体育运动的积极性和主动性,从而最大限度地提升小学体育课堂教学的质量和效果。而且在快乐理念的引导下学生会对于运动产生热爱,对体育学习产生热情,这样也可以帮助学生树立一个积极健康的心态,对于学生今后的发展和身心的健康成长都有着重要的意义。

1.3 快乐教育理念能获得理想的教育效果

在体育课堂教学中只有不断地增强小学体育教学的趣味性,学生才能专注地参与体育训练活动,那么体育训练才会达到一个理想的效果。因此在小学体育课堂中教师需要融入快乐体育的理念,这样可以有效地激发学生对体育的学习兴趣,培养学生美好的情感思想,引导学生互相合作和探究。另外快乐体育理念的融入也可以帮助教师进一步挖掘学生的潜力,培养学生良好的思维,对于实现学生个性化的发展有着重要的意义。

2 小学体育教学中渗透快乐体育理念的原则

2.1 遵循趣味性原则

在小学体育课堂教学中教师为了能更深入地贯彻落实快乐体育的理念,要注意遵循趣味性原则,在进行体育训练的时候要注意在训练活动中加入更多的快乐元素,这样才能借助趣味性来激发学生参与到体育训练活动中的自主性,这样才能让学生真正地体验到参与体育训练是快乐的,教师要坚持趣味性原则,让体育课堂教学的内容尽可能多样化和多元化,为学生创造一个生动活泼的课堂,达到教学内容和形式的相得益彰的目的,这样也可以为体育教学注入更多的生命力,帮助学生培养良好的体育运动习惯。

2.2 坚持互动性原则

在小学体育课堂教学中渗透快乐教育的理念,教师必须坚持互动性原则,教师和学生需要共同创造出一个温馨并且健康和谐的课堂学习环境,争取让学生可以以最放松的状态参与到体育课堂的训练活动中,有效地提升课堂的趣味性,更进一步强化教师和学生以及学生之间的互动,打造一个合作的教学氛围。小学阶段的学生认知能力还没有达到一定的水平,但是对事物基本有了自己的判断力,在体育训练活动中,教师要给学生更多的关爱和肯定,帮助学生掌握技巧和方法,提升学生认知力和运动力,教师要善于主动表扬学生,挖掘学生潜力,为学生创造一个和谐民主的课堂氛围,提升学生的体验感和参与感,这样才能提升教学的有效性。

2.3 坚持针对性原则

为了能在小学体育课堂中全面地渗透快乐教育的理念,教师必须要遵循针对性原则,让体育训练拥有一个明确的导向,全面地落实素质教育,提升学生的综合能力。小学学生个体意识强烈,比较好动,教师在授课的时候就需要把握学生的这个特点,为学生设定针对性的教学目标和方案,引导学生可以真正地把自己的天性释放出来,开发学生的童心,这样学生在实际的训练中真正地感受到体育运动是快乐的,从而愿意去互动,这样针对性的教学才能提升体育教学的质量和整体的效率^[1]。

3 快乐体育理念在小学体育教学渗透策略

3.1 在小学体育课堂中开展体育游戏活动

在小学体育课堂中为了更好地渗透快乐体育的理念,学校还有教师可以在体育课堂教学中融入一些体育游戏活动,这样可以大大地提升整个课堂的趣味性,让学生在一个快乐的氛围中进行体育训练,增强学生体质,让学生身心

得到健康的发展。而教师在创编游戏的过程中要明确体育教学具体的任务和教学的内容,要为学生选择适合他们的游戏活动,这样可以满足学生锻炼需求,开发学生智力,提高学生身体素质,提升体育教学的整体质量和效果。教师在选择体育游戏的材料的时候一定要注意突出游戏材料的趣味性和娱乐性,让学生可以以最放松的状态参与到体育课堂中。明确体育游戏的规则,这样也可以很好地培养学生的规则意识。比如在学习篮球这项运动项目的时候,教师就可以为学生设置游戏活动,让学生通过运球夺物的游戏来进行运球训练,这样的训练融入了一定的游戏情境,可以有效地提升学生参与到游戏活动中的积极性,而且也可以让学生在玩游戏的过程中掌握运球的技巧和动作,提高学生的运动技能。当然在应用游戏活动的过程中教师也要多鼓励学生自己完成游戏的创编,自己结合教师教学的内容分组设计游戏活动。通过引导学生自己创编游戏可以进一步让学生体会快乐体育的内涵,能培养学生的创造力和想象力,让学生在整体体育课中变得更加的积极和主动,从而有效地提升整个体育课堂教学的质量和效果。所以快乐体育理念的落实和体育游戏的实施是密不可分的^[2]。

3.2 结合学校的实际情况融入快乐体育理念

教师在体育课堂中实施快乐体育教育理念不能一味地照搬一些已有的经验,必须要考虑到自己学校的实际情况。只有这样才能真正发挥快乐体育理念的价值,让体育课堂变得充满趣味性,丰富体育课堂教学的内容。教师在体育课堂中融入快乐体育理念的时候要注意结合教学的内容制定一定的规则和制度,要体现出快乐体育的理念。教师必须要考虑学校的训练场地还有整体的布局情况,在选择教学内容时候考虑学生的情况,选择他们熟悉并且感兴趣的体育活动,这样才能充分调动他们的主观能动性^[3]。另外为了突出体育课堂教学内容的特色化和本土化,教师可以在体育课堂中加入一些当地的民间体育游戏或者活动,融入民风民俗,但是在加入的时候需要进行改进和创编,要结合学生的情况来择优选择民风民俗,保证这些新加入的内容可以锻炼学生身体,同时让学生了解当地文化,提高学生对于自己家乡文化的热爱之情,在落实教学的时候坚持学练融合,有效地提升学生的意志力和控制能力。这样学生可以掌握整个体育课堂中的主动权,培养学生良好的运动和学习习惯,从而确保学生可以取得身心健康的发展。

3.3 在体育课堂中设定情境,融入快乐体育理念

为了能在体育课堂教学中更好地融入快乐体育的理念,

教师应该在课堂中融入一定的情境,通过情境激发学生学习的积极性和主动性,教师要结合体育教学的内容为学生设计一个充满了趣味性的体育教学氛围,让学生原因参与到体育运动中,可以在轻松的情境下获得体育知识,掌握体育技能,教师在进行情境创设的过程中就可以融入一定的快乐体育理念,而且结合学生的特点来设置情境,这样才能让学生真正地融入体育课堂学习中^[4]。比如在学习立定跳远的时候,教师就可以设置一个情境,把草场模拟成池塘,让学生自己假设自己是青蛙,然后播放《小跳蛙》歌曲,教师提出问题:小蝌蚪在变青蛙的过程中是先长出后腿还是前腿呢?小蝌蚪跟妈妈要学习哪些本领呢?然后引导学生双手背后,做半蹲动作,然后教师再告诉学生小蝌蚪跟妈妈学本领需要先蹲跳,然后掌握蹲跳技巧和动作要领,最后小蝌蚪变成了小青蛙,就会连贯的蛙跳动作。教师让学生上下肢协调配合,上臂摆直立,下手臂摆半蹲,让学生在提前准备好的荷叶上跳,模仿跳池塘。通过这样的情境可以很好地激发学生学习的积极性和主动性,让学生在情境中感受到体育的趣味性,提升学生学习的质量和效果。

3.4 结合学生特点针对性实施教学活动

在小学体育教学中教师开展体育教学的目的是能更好

地让学生获得体育锻炼,但是一些体育项目学生并不能很好地提起兴趣,所以参与训练的积极性不高,导致很多学生并不愿意参与训练,会对一些体育运动产生排斥。主要是教师没有真正地考虑学生的需求和想法。进入到小学阶段,学生也有了自己的想法,教师为学生安排了他们不喜欢的运动,自然不能调动他们的积极性,这样会影响到训练的效果。快乐体育理念就是要让每一位学生都可以感受到体育训练的趣味性,所以教师必须要考虑学生的情况,比如男生和女生的喜欢项目不同,或者学生的喜好不同等等。那么这时候教师就要结合学生的年龄和性别、性格等来落实教学活动,让每一位学生都在快乐中学习体育知识。

4 结语

快乐体育教育理念在小学教育中的实施,既能满足新课改的需求,又能满足小学生身心健康发展的需要,是素质教育背景下提高小学体育课堂质量的重要举措。把快乐体育的教育理念渗透到小学体育教学中,可以有效地提升学生学习的积极性,实现教师和学生更有效地互动,创建充满趣味性和快乐的课堂,实现快乐体育教学目标。同时学生在课堂中的主观能动性得到充分的发挥,提升综合能力。

文/朱婷婷(浙江省舟山市定海区小沙中心小学,浙江舟山 316000)

作者简介:朱婷婷,女,浙江舟山人,小沙中心小学二级教师,研究方向:小学体育。

参考文献:

- [1] 刘红. 新课改背景下小学体育与健康教学设计研究——评《小学体育与健康教学设计》[J]. 新闻爱好者, 2020(5):99-100.
- [2] 熊怡妮. 基于提升学生体质健康水平的小学体育教学内容优化设计[J]. 当代体育科技, 2018, 8(33):128-129+131.
- [3] 因地制宜打造快乐体育“灵动从常态中来”西城区小学体育教学研讨会在西城区黄城根小学召开[J]. 青少年体育, 2017(6):12-13.
- [4] 张方青. 快乐体育理念在中学体育教学中的渗透[J]. 当代体育科技, 2020, 10(7):248+252.