

浅谈体育教学中如何持续激发学习兴趣

长兴县雉城中学 沈健燕

在现代教育体系中,体育教学不仅是为了提升学生的身体素质,更是培养学生形成健康生活方式、养成团队合作精神的重要途径。体育课效果的好坏,直接影响着学生的身心发展,也影响着学校体育工作的有效进行。那么如何持续激发学生对体育的兴趣,让学生爱上体育课,爱上运动呢?这要求学校转变体育教学观念,改变传统体育教学方式,提高体育教学硬件水平。

多样化的课程及活动设计非常有必要。首先可以引入新颖的体育项目。除了传统的田径、球类运动外,还可引入攀岩、徒步、露营、定向越野、游泳、腰旗橄榄球等多样化的运动项目,让学生在挑战中体验成功的喜悦,增强自信心和团队协作能力。其次要设计趣味性强、挑战性强的活动。趣味性比较强的体育项目可以激发学生的活动兴趣,可通过趣味运动会、团队接力、打擂台等游戏化的方式设计体育活动,让学生在玩耍中感受运动的乐趣。还可融入当地的文化元素,将传统体育文化与现代元素相结合,设计具有地方特色的体育活动。以湖州市长兴县鸳鸯龙为例,鸳鸯龙是李家巷镇的省级非遗项目,由十几名男女队员们舞动雌雄两条龙,演绎各种姿态。李家巷小学把舞鸳鸯龙引进学校,除了平时训练,还会在学校或者校外文艺活动上演出,在锻炼学生身体素质的同时让学生体验传统文化的魅力。

在日常教学中增加与学生的互动,鼓励学生积极参与。体育教学对象是不断变化的,现在的学生成长条件优越,好奇心强,喜欢上体育课,但他们不愿参加比较剧烈的体育活动或者是难度比较大的体育项目,不愿意在体育活动中受到太多约束,这加大了体育教学难度。在日常教学过程中,老师的肯定和鼓励对学生很重要,教师应鼓励学生积极参与体育运动,给予他们足够的展示机会,并在这个过程中发现他们身上的闪光点,让学生感受到自己的价值。通过小组合作学习的方式也非常有效,在提升运动能力的同时,也在互相学习和帮助中提升团队合作能力以及沟通能力。此外,学校也应积极组织学生参与省市县各类体育竞赛活动,拓宽视野,增加经验,让学生们在竞赛中感受体育的魅力,提高他们的综合素质。学生都有争强好胜的心理,在日常体育教学中,还可尝试组织一些适合体育课上进行的体育游戏,可设置两个班级进行比赛,在游戏中培养学生的竞争意识,激发他们参与体育运动的热情。

随着教育政策的调整和社会对健康教育的重视,体育课从“辅助课”转变为“必修课”,体育老师因此成为了学校教育中的“主力军”。他们不仅教授体育技能,还在课堂上培养学生的分析、交流、合作等多方面的能力,对学生的全面发展有着重要的影响。此外,体育

老师在课堂上的互动和活动组织,有助于增进师生之间的了解和信任,形成积极的班级文化。而他们通常负责组织和指导学校的体育活动和比赛,不仅提升了学生的体育技能,也增强了凝聚力和荣誉感。总体来说,体育教育通过体育教学和课外活动,对学生的身体健康、心理健康和社会适应能力产生了深远的影响,是学校教育中不可或缺的一部分,学校应重视体育教师群体,肯定他们的付出和努力。此外,体育教师也要完成角色转换,从传统的讲授者转变为引导者,有针对性地改进教学模式,增加与学生的沟通,了解其兴趣点,注重学生个性的发展。

灯塔效应不能忽视,讲述体育名人的励志故事可以激发学生昂扬奋斗的精神和追求卓越的意识。在长兴,体育界名人很多,比如女排奥运冠军、世界杯冠军、亚运会冠军周苏红;先后获得省、国家、国际比赛金牌十余枚,被浙江省人民政府授予“一等功”一次、“二等功”两次的残疾运动员吴云龙等。在学生面前展示体育名人的成就和荣誉、讲述体育名人、体育强人的故事,邀请体育名人来学校上课,让学生与偶像近距离接触,进行互动和交流,可增加他们参与体育运动的热情。

体育器材是教学目标的纽带,没有体育器材的体育课是不完整的体育课,没有充分应用体育器材的体育课是不完美的课堂。体育器材关系着体育目标的达成,是激起学生体育兴趣的“助

推器”。学校应不断完善体育设施,提高设施的舒适度和安全性。有条件的学校可以引入与现代科技相结合的体育器材,如智能运动器材、VR运动体验器材等,增加运动科技感,提升学生参与体育运动的积极性。

学生体育兴趣的培养和身体素质的提高离不开老师引导,也离不开家长的支持。家庭是孩子成长的第一课堂,对于体育教育的重视程度,直接影响着孩子对于运动的兴趣和态度,因此,家庭和学校之间的合作至关重要。家庭能够为学校提供更多的信息,通过了解学生的家庭环境和兴趣爱好,学校可以更好地制定教学计划和选用教单料,以满足学生的需求。家长的运动习惯直接影响学生的运动习惯,引起家长的对体育的重视可以为学生营造更好的运动环境。此外,体育教学课后作业也需要家长的监督和指导。所以,应加强家校之间的沟通与合作,共同关注学生的体育发展需求,鼓励家长参与到学校的体育教学活动中,为其提供相关的体育教育指导,帮助他们更好地理解和支持孩子的体育兴趣。

通过以上诸方面的工作落实,可有效激发学生的运动兴趣,让他们在快乐中成长。同时,学校也需要不断总结经验,不断完善和优化教学方案,寻求更多、更有效的教学手段,促进学生全面发展健康发展。

青少年空手道运动发展现状与优化策略

天台县少体校校长 徐威武

空手道原名“唐手”,是一项起源于中国、盛行于世界的武道项目。经国家体育总局批准,中国空手道协会筹备委员会于2006年5月29日正式成立,这标志着中国官方正式把空手道列为国家开展的体育运动项目,空手道在中国的普及和推广也由此步入了正轨。2016年,空手道被列入2020年东京奥运会正式比赛项目。现今,全球习练者超亿人,涵盖五大洲200多个会员国家与地区,是世界上最受青少年喜爱的武道项目之一。

追溯空手道的前世今生,其发展历史、文化渊源,与地处东南沿海的台州紧密关联。我省空手道运动虽起步较晚,但不论是“省队市办”的发展模式,

还是“体教社”融合发展的路径,都给空手道运动在中国的进一步发展提供了新思路。在此过程中也涌现出不少空手道精英。其中,我省自主培养的李巧巧更是在杭州第19届亚运会空手道比赛中获得女子组手-68公斤级冠军,实现了浙江选手在空手道项目上亚运会金牌零的突破。空手道项目成功入选2020年东京奥运会、2022年杭州亚运会。在国内,空手道项目也于2017年第一次进入全运会并于2019年进入《运动员技术等级标准》项目名单,2021年空手道项目正式被列为体育单招项目,为青少年空手道运动的开展增添了生命力,推动了青少年空手道运动在我国各

省市的迅速发展。

然而,青少年空手道运动虽然近几年在我国迅速发展,但仍然存在着很多缺憾。首先是师资力量薄弱,专业教练紧缺,当前我国学校空手道运动并没有形成优势教育资源。同时,部分青少年队伍教练并非专业空手道教练员,导致其有关空手道项目的科研水平有限,训练理论体系不完整,在训练上明显存在与科研脱钩现象。此外,大部分运动队存在以下问题:一是没有科研教练。二是空手道方面的科研成果较少,当然也没有科研成果反馈在训练实践上,教练员还是依靠经验训练,这些都严重制约了青少年空手道运动的高质量发展。

三是虽然裁判员执裁水平逐渐提高,并不断增加新鲜血液,呈现稳定壮大发展的态势,但部分新裁判员水平仍然有限,在一定程度上影响了青少年空手道运动员比赛场上的技战术的运用和创新。部分裁判员对比赛规则不能够充分地、正确地理解,并且大部分的裁判员没有大赛经验,对赛场上的一些案例无法进行正确地判罚。

目前,须加强对裁判员专业执裁能力的系统、正规培训,提高我国青少年空手道裁判的整体执裁水平;通过新闻宣传等方式,使越来越多的青少年了解并投入到这个运动项目之中,推动我国青少年空手道运动高质量发展。

素养立意下小学体育课的变革与创新

杭州市萧山区高桥金帆实验学校 胡娟 遂昌县实验小学 朱贤锋

为改善现阶段“学生喜欢体育活动却不喜欢体育课,上了6年体育课却一项运动也未掌握”的尴尬教学形态,学校对体育课堂形式进行创新,实施KDL体育与健康课程内容,以“知、行、乐”三方面确定课堂教学评价,打破传统的重教学、重练习、轻体验、轻竞赛的教学模式,逐步改变体育课堂和教学方式,将学生培养成为懂(运动)文化、有(运动)能力、热衷于运动的人。

学校首先确立“KDL教学一体化”建设的整体思路,结合对KDL教学一体化体系的文献资料、前期理解、调研分析和数据收集,锁定小学体育课堂教学形态的改革和创新主要困境为传统教学形式根深蒂固,明确改革应指向“运

动能力、健康行为、体育品德”三大核心素养。之后,通过“学、练、赛、评”的实施策略和“知、行、乐”的课堂评价进行多机制的联动实践形成教学一体化。学校体育教研组采用集体研修的应用模式进行体育课堂形式的改革,完成教材分析、学情分析。随后在集体备课组层面整合完成任教的单元教学计划设计、目标落实、教学策略的使用。此外,就小学体育课堂形态由KDL模式取代传统的体育教学模式,学校在优秀班级及期末优秀生考核制度、学生体育期末考核等方面制定了支撑“知、行、乐”有效运行的评价制度和政策。在运行制度的保障下,KDL课堂教学形态的改革通过体育课堂的“学”,大课间的“练”和

各种校园文体活动中的“赛”,形成了“浸润式”的联动机制。

本项研究成果经过1年的实践,经历了“点线面”三个阶段的推进。每堂体育课为“点”,以“知、行、乐”为核心理念的课堂教学作为实验研究的初期试点,把课堂结构以1:2:1的比例划分为学练、赛、体能,探索KDL课堂体育教学形态的局部构建。从满足学生个体差异的需求出发,根据教学内容的项目特点设计个性化的教学策略,融入知之、行之、乐之的育人方式实现教学和课程向好的蜕变。突出运用比赛制的单元设计,以每个教学内容的单元设计为“线”,KDL课程把每个学段的的教学划分为初阶、中阶、高阶三个单元,每一个单

元都有针对性的整体设计,让学生能系统地学练一项运动项目,达到熟练地掌握该运动项目。为了落实KDL-课堂改革实施的覆盖“面”,研究小组通过课堂教学学生的“学”、大课间的“练”、各种体育活动的“赛”三大块内容对班级进行体育考核。多种形式的考核与评价,呈现KDL课堂形态改变的实践研究,探索在改革过程中课程的育人价值。

经过一年实践的KDL结构化教学,把体育教学划分为围绕技术的基础练习、技术学练比赛、相关专项体能练习三部分。这种结构化的教学不仅激发了学生学练的主动性和积极性,更增加了练习密度,让学生的身体和大脑都能真正地跃动起来。