

在体育课中 促进男生改变学习方式的实践研究

李彦杰 上海民办杨浦实验学校 张言磊 上海民办兰生复旦中学

摘要:随着体育课程改革的不断深入,在体育课中需要渗透新的学习方式和学习方法,以促进学生全面发展。男生天生好动,处于身体迅速发育的时期,需要跃动起来,以满足自身成长的需求。但体育课中男生被传统的教学模式所束缚,没有充分“发泄”出来自己的能量,这就要求我们去研究探索怎样转变教学模式,吸引学生,激发学生的学练兴趣;怎样转变传统的学习方式,提高学生的学习积极性,进而提高课堂效率。新的学习方式的实践应用给以后的教育学会带来积极的作用,为以后的教学打下良好的基础。

关键字:体育课,促进,男生,学习方式

1、前言

转变学生的学习方式是体育教学改革的重要目标,课程改革也提出了完善学习方式,促进学生发展的思路。新的学习方式特别要提倡多种、自主、探索与合作的学习方式,让学生成为学习的主人,使学生的主体意识,能动性和创造性不断得到发展,发展学生的创新意识和实践能力。

美国教育家布鲁巴克认为:“最精湛的教育艺术,遵循的最高准则,就是让学生自己提出问题。”培养发现问题和解决问题的能力是探究性学习的重要目标。合作学习在体育课中有很多的体现,这也是学生进入社会必须要掌握的一项技能,只有合作才能有集体的成绩,才会有自己更大的收获。

2、研究目的

初中升学体育加试中耐力跑是必考内容之一,在平时体育课中耐力跑也是学生最不愿意练习的项目,如何激发学生的积极性,变“要我学”为“我要学”。如何让学生在学中乐,在乐中提高成绩,值得我们探讨。

3、研究方法

文献资料法

在研究本文的过程中,查阅了有关青少年心理健康、体育锻炼方面的书籍,中国学校体育等书刊,通过中国知网查阅一些有关青少年生理发育、体育锻炼等的文献资料,为本文提供一定的理论基础。

访谈法

上课过程中和课后对部分学生进行面对面的交谈,了解他们在课中的真实感受,以便及时地调整课堂教学方法手段,让学生在学练中乐此不疲。

4、研究结果

相信自己可以做到

在初一上学期中,课程内容涉及到耐力跑,并作为期末考核的内容,很多学生听到考核就变了脸色,尤其是男生中的小胖胖。所以在学习耐力

跑之前,我先访谈了几个身体素质好点的学生和素质相对弱的学生,问他们真实的想法,大部分学生说是不怕跑,担心的是跑完成绩不好同学取笑,还有的学生说自己不用跑也是最后一个跑完的,我在小学里长跑没有跑完过,更没有及格过……很多学生的想法也是情理之中,他们没有想到从小学到初中,自己的身体素质会有大的进步,他们处于青春发育期,很在乎别人的眼光,男生更是在乎身边女生对自己的嘲笑。了解了他们的心理,我又找来一些练习耐力跑的方法集锦,发现很多方法不适合现在的学生,于是我针对自己学生的特点,制定了本学期耐力跑的课时计划。第一节课,我先告诉学生只要你按照要求跑完相应的距离,就是成功。当然,第一节课的距离是每个人都能轻而易举跑完的;下课时一起做了总结,告诉他们自己已经进步了,给自己鼓掌激励一下。

以比赛促进学练积极性

第二次课,距离相应地增加了,可我还是告诉他们,这样的距离对已是初中的他们更是容易做到的,因为你们每个人都是充满自信的,都有“我能行”的心理,先给他们鼓劲。练习结束后他们每个人脸上那么开心,还有学生问到,“老师,我们下次耐力跑怎么上啊”。下课后我也做了反思,针对学生的状况,如果第三次课还是这样上的话,学生的积极性可能会受到影响。于是我采用比赛的形式进行。单纯的比赛可能会比较乏味,我就加了接力棒,这次手中有东西,他们会尽力为自己的组争光。到实践课了,我把比赛的规则讲给学生,他们听后也有反应,备课时已经预料到他们会嫌弃某某,于是我让学生安静下来,利用2分钟的时间,我把每组的人员分配好,至于前后的次序,我就不管分配了。在比赛当中,每个组的队员都会给他们的队员加油助威,个个跑得很带劲,以前不认真的学生,听到队员的加油也类似的跑起来。一节课下来,获胜的一组可以少做一组上肢力量练习,输的组要多做一组。比赛有规则,愿赌服输。所以他们还是很认真地完成了惩罚。

奖励的方式多样化

这次课后,我找了几个学生,让他们说说耐力跑完后真实的感受,有的学生还是会说很累啊。其实付出了肯定会有收获,收获的背后肯定会有各种感受,但他们高兴的是老师会用不同的方式让他们不再畏惧耐力跑,内心不再抗拒耐力跑。我想他们自己也感觉到,只要有信心,坚持到底,自己的潜力是无穷的。三次课后,我给他们放松了一次,“篮球比赛”,这可是他们盼望已久的,这是给你们的奖励,因为很多男生已经战胜了自己,以后的成绩肯定会有进步。在篮球比赛中,强调的一点是,可以分几组比赛,但是每个男生必须都要参与进来,不会的跟着会的,适当的时候教不会的一些传球技巧,投篮时机等。看完他们的比赛,我收获不小,原来他们需要这样的“发泄”,每个学生大汗淋漓,意犹未尽。一位老师也说过,男生就是需要这样的“疯”,把在教室压抑很久的能量发泄出来,让精神放松,因为男生天生的运动细胞就比女生多,男生喜欢冒险,喜欢一身力量的感觉。他们的体育活动不能少,而且要丰富,适合他们现在成长的需要。

5、研究结果

在新的教学形式下,合作学习和探究学习,多种学习的学习方式渗透在体育教学中,这里教师的职能不再仅仅是传递、训导、教育,而要更多地去激励、帮助、参谋;师生之间的关系不再是以知识传递为纽带,而是以情感交流为纽带;教师的作用不再是去填满仓库,而是要点燃火炬。教师就是激发他们的学练兴趣,兴趣是最好的老师。有了它,学生就会累并快乐着,因为他们进步了,因为他们发现从内心里自己已经战胜了自己。

其实在体育教学中,只要认真观察,勤于思考,善于总结,就会有各种新的教学方式和不同的教学方法脱颖而出,促进男生的学习。这些形式和方法通过实践的证明和磨练会越来越受学生的欢迎,让学生从传统的教学形式中解脱出来,满足学生的发展需求,进而提高课堂的有效性,提高课堂效率。

