

本版关注学校体育,凡是校园内发生的一切体育事件均是我们的报道范围。热切希望广大体育教育界人士、教师、学生提供新闻线索,事无巨细,来者不拒。

热线:010-67131582  
E-mail:schooltyb@126.com

## 灵活应用激励机制

山东滕州荆河街道中心小学 张雪源

现代教学论以为:学生的种种能力不是单纯地“教”就能培养出来的,教师的职责不仅在于“教”,更在于指导学生“学”,不能满足于“学会”,更要引导学生“会学”,课堂教学过程,应成为激励学生思维,探究成因,创造性解决问题的过程。

### 目标激励

教师可根据教学实践和学生实际需求,有针对性地激励学生在本阶段、本学年实现某些目标而努力。如教师在接力跑时,提出课的目标:“同学们!今天复习接力跑,目标是打破本年度4×100接力男子57秒2的纪录。”学生们听后个个摩拳擦掌,跃跃欲试。这一目标激励了学生的积极性和竞争意识,最后在竞赛中有多数组都打破了纪录,收到了良好的效果。

### 情态激励

教师的情态有手势、身体动作、面部表情、眼神等。例如,在分腿腾越教学时,教师以关切的目光,温和的微笑对待学生,他们从教师面部表情中受到感染,得到安慰和鼓励,从而减轻心理负担,产生“教师相信我,我能跳过去”的自信心理。当某个学生顺利完成动作时,教师应立即发出:“好,动作很舒展。”表示赞扬。当某个学生或一组学生经过辛勤努力取得了胜利,教师要面带微笑向他们鼓掌,表示祝贺。当教师的情态激励,满足了学生心理、生理的要求时,激发起学生的学习兴趣 and 积极性,将会营造出一个良好的学习氛围。

### 行为激励

“行为是一面镜子”,教学中教师严于律己,以身作则,一言一行从我做起,要学生做到的,自己率先做到。不论是严寒的冬季,还是酷热的夏天,都以饱满的情绪,提前到达操场,安排好场地器材,等候学生的到来。在练习过程中,教师率先示范,始终与学生打成一片,师生建立相互理解、沟通与和谐的关系,当学生练习疲劳或遇到困难时,教师幽默诙谐的语言大喊一声:“跟我来”。身先士卒地迎难而上,让行动去感染学生,给学生激情和力量。

### 奖励激励

如篮球教学一攻一防的投篮练习,投篮命中者可奖励一次进攻机会,又如排球的扣球、发球练习,成功者再奖励一次扣球或发球机会,这样的“物质奖励”形式,在教学中往往能起到促进教学的作用。

## 体育教学促进学生心理健康

江苏省扬州市邗江区新坝中学 廖延鹏

体育教学能协调学生的个性心理、意志品质、情绪情感、心理适应能力的良好发展,对学生心理健康产生积极影响。

### 一、学校体育教学促进学生智力发展

体育是一种积极、主动的活动过程。在运动过程中,学生的中枢神经系统得以改善,大脑皮层的兴奋和抑制得到协调,人体感知能力和观察能力得到发展。我国体育科学研究者对少儿乒乓球运动员进行观察发现,从小进行系统训练的青少年,不论在速度、灵敏性,还是智力上都优于对照组的学生。

### 二、学校体育教学能增强学生自尊自信

学生的道德评价最初是在别人评价的影响下形成的,在此后慢慢学会独立地对别人进行评价。体育是一项结合竞争与与合作的运动,运动中需要学生相互参与与合作,同时活动中需要密切配合,否则很难完成任务,从而提高了学生自尊自信能力。

### 三、学校体育教学有助于培养学生良好的意志品质

体育运动常常伴有竞争、对抗等特点,这就意味着在这一过程中学生要付出自己的汗水和努力。在运动过程中,学生要承受一定的生理和心理负荷,并伴随着情绪努力和意志努力,在此过程中,有学生能迅速而且正确面对遭受失败、挫折、疲劳等困难,及时采取办法解决困难,掌握和支配自己的行动。由此,体育运动有助于培养学生吃苦耐劳、勇敢顽强、果断进取、坚韧不拔的优良意志品质,有助于掌握丰富的运动知识和熟练的运动技能,同时使人保持积极向上的良好心态。

### 四、学校体育教学能培养学生合作与竞争意识

体育活动中充满了争强好胜,学校体育是培养学生竞争意识和团队精神的最佳课堂。一个集体运动项目中规则要求就是双方在平等的条件下进行生理和心理等方面的较量。这就需要学生摒弃个人私心,调动主观能动性,密切配合,相互协调,为自己的集体取得最终胜利努力。体育教学中还会有师生的互动,这能有效地激发学生自我意识,学生在合作学习中会学会倾听、分享,学会尊重他人,与人合作,提高交往能力。

### 五、体育教学可提高学生社会适应能力

具有良好人际关系的人,应该具有开朗、豁达、热情、友爱等品质。在学校体育教学过程中体现的是学生个体和整体、个体和个体、整体和整体之间交互的关系。通过体育活动可增进人与人之间的交流和交往,有利于学生在活动中更好地学会处理各种各样的人际关系,并可丰富学生个体生活,有利于消除学生学习和生活中的压力和烦恼,消除当今社会家庭成成员少,学生有一定孤独感的负面影响,提高学生对于群体社会的责任感。

# 快乐是教学成败的试金石

江苏省南通市跃龙中学 朱芝

素质教育的最高境界,就是要让学生在快乐中全面成长。而体育课就是学生展示鲜活个性,迅速获取成就感,享受快乐的大好舞台。

1.学习的快乐有层次之分。学生对体育课相对宽松的组织、张弛有度的节奏,以及因体育活动本身的刺激性、趣味性等而产生的快乐,还是较低层次的;而对体育锻炼形成自觉习惯,主动通过锻炼身体寻求快乐则是较高层次的;只有为促进身心健康,通过意志努力从事各种锻炼,甚至形成了以苦为乐的信念,才是体育的最高层次快乐。因此,体育教师在教学中有一个重要的任务,就是要让学生的快乐不断“晋级”。例如有的同学在体育活动中兴趣单一,发展不够全面,这时,体育教师就要向学生展示各种体育运动项目的魅力,启发、吸引学生,在富有情趣的学习中,掌握运动技巧,体会运动的快乐。

2.体育课的快乐,因人而异。有的孩子喜欢轻松欢快的游戏,体会着与同伴之间的默契配合,斗智斗勇的喜悦;有的学生喜欢竞争激烈的球类比赛,感受着大汗淋漓后的欢畅。因此,体育课应尊重学生的个性特征,让学生有一定的时间支配权、项目选择权,以利于培养学生的个性,实现自我。事实上,我们不可能保证每一个学生对教学内容都感兴趣,这时,教师切忌过多地使用行政命令,让学生“强行入轨”,从而导致许多学生热爱体育运动,却讨厌上体育课的尴尬现象,而应开动脑筋,寻求教学的契机,兴趣的突破口。

试想,如果一节体育课让许多学生眉头紧锁,厌倦消沉,叫苦连连,那么这节课在教学内容的安排选择上肯定是有问题的,不是有违学生的身心发展水平,就是该内容的教学时机还没有成熟,也说明我们为了这节课的相关准备工作还不足,表现在学生认知水

平还不到位,兴趣激发还不够,学生还不愿意付出较多的意志努力。

3.体育教学的快乐,还应该是双向的。在学生快乐学习的过程中,教师也应是快乐的、轻松的,这就要求体育教师有较强的驾驭课堂的能力,其中,教师经常换位思考、身体力行是必不可缺少的。只有充分尊重了学生在课堂上的主体地位,才能让体育课焕发出应有的生机,这也是新课程给我们体育老师提出的最基本的要求。只有这样的课堂教学,才能使师生关系和谐融洽,师生情趣相互感染,使教学气氛热烈而又理智。如果教师的课自己上得都感觉很累,很死板无生气,那么,这样的课绝不是好课,一定我们需要总结和反思的东西。体育课在带给我们快乐之际,也是课堂效率提高之时;体育教学不再是逼迫而是诱导学生去学,才能让学生回归常态。



近日,浙江上虞市华维文澜小学开展以奥运为主题的校园游戏活动,使学生在快乐健身的同时提高对奥林匹克运动的认识。图为学生在玩自编的游戏“舞动的五环”。

## 课改试验田

# “合作学练”实施三途径

浙江省象山县第三中学 戴坚士

合作学练是指在教学过程中,在教师指导下参与下,两个或两个以上的学生或群体形成学练小组,利用教材的互动因素,为了达到共同的目的而相互在行动上配合进行学练的过程。这一学练过程是通过学生相互评议、相互交流、相互帮助来培养学生的自主探究、自主学练、自主解决问题的能力,更进一步增强学生合作学练的意识和能力,培养其自主性、独立性,发挥其创造精神,并在合作过程中体会成功感,促进人际关系和谐发展。

### 一、合作学练的教学设计

从运动动作形成规律上看,动作形成过程分为:分化阶段、泛化阶段、巩固提高阶段和运用阶段。依据此规律教师可按5个流程设计:引入学练,激发学生自主探究学练化过程;尝试学练,验证自主探究学练,泛化动作技术形成动作表象;合作学练,学生相互对动作进行巩固、改进、提高;评价学练,让学生运用探究动作体验成功喜悦,进行养成教育;

总结学练,使学生身心机能恢复相对安静状态,老师总结课堂情况。

### 二、合作学练的实施途径

合作学练在教学时,把时间让给学生,并不是“放羊”式教学,而是通过全体学练,培养学生自主探究、自主学练、自主解决问题的方法和能力,培养其合作学练的能力和创新能力,使学生在每堂课中都有新鲜感。教师在教学中,有以下三条途径来达到教学目的:

1.“扶”与“放”相结合。“扶”是教师在教学中,一扶动作重难点的突破,二扶安全要求,三扶身心恢复;“放”是一放动作探究,尝试的自主性,二放迁移提高,三放体验成功。另外要注意在低年级重视“扶”得及时、全面,放得有序。中高年级“扶”得有重难点,放得活。二者要注意过程中达到学练目的。

2.“体”与“赛”相结合。学以致用,是学习的根本目的。只是一味地学练,学生就会

失去兴趣与学练动机;只是一味地赛,学生的动作技术就达不到标准要求。所以,应遵守人的认知规律:先练后赛,然后在赛中赛,在赛中赛,这样学生就可更容易巩固知识,提高基本技术、能力,同时培养学生的各种学习能力和精神品质。

3.“评”与“创”相结合。“评”是学生的相互交流、相互评议,是师生的评议和师对生在课堂上的肯定;“创”是学生在教师的指导下,运用已有的表象,借助评议结果和学练形式,进行有目的性的提高。低年级应以动作技术的模仿进行创造性学练,教师语言肯定评价;中高年级应以动作技术的相似性进行创造性学练,教师示意肯定评价。这样依据学生心理、生理特点、思维方式由具体到概括,再过渡到抽象,分析能力不断提高,行为逐步变得有意识。

合作学练能有效地促进学生主体性发展,培养学生的责任感和合作精神,激发学生成功动机和创造意识,学生能够相互配合、取长补短、相互理解。通过教师少而精的讲解示范,引导学生去发现问题、探究解决问题,激发学生自主学习,把时间和空间留给学生自主学练、相互交流,留给学生评议问题的余地,让学生在有一定难度的问题上再展开合作、交流,促进学生更加全面地理解基础知识,掌握基本技术和技能。

# 想学生所想

广东省汕头市实验学校 黄锐辉

每个学生都有自己的特质,生活在不同的学习氛围以及不同的家庭环境中,都不可避免地带有属于自己的习性,都有自己的优点与弱点。我们应该考虑学生真正的心理需要,兴趣特点,给学生多点耐心,多点鼓励,多点宽容,想学生所想,与他们一起成长,才能体验“教无法,而学须得法”的融融情景,寓教于乐。

### 一、想学生所想,满足一点需求

故事一:六年级(4)班是全年级最让老师们头痛的一个班级,调皮、好出风头、行为散漫的男生占全班人数的三分之一,所有任教该班的老师都有同感,在体育课堂上“兴风作浪,搞些低级趣味,发出一声怪笑”的事经常发生。有一段时间,令我束手无策。由此

我反思教学的方方面面问题,经调研之后,终于解开部分男生经常在课堂上“捣乱”的症结,原因是他们不喜欢活动前做徒手操、广播操、学武术,喜欢跑步和球类,并且每节课都要求老师安排他们喜欢的活动项目。基于该班这种特殊情况,我做出了一个大胆的决定,每节课都安排慢跑作为身心适应性练习,然后安排篮球、足球、排球、健身球、羽毛球等,让学生选择活动,教师点拨引导,满足他们一点心理需求。正因为这一决定,六年级(4)班的体育课课律发生了意想不到的转变,仅有个别男生偶尔扰乱一下,却引起其他学生的不满。学生们因为我想他们之所想,给他们之所给,促使他们的行为有了很好表现,我也由此少了一

点操心,多了一分开心。

### 二、想学生所想,增添师生情谊

故事二:六年级(5)班男生陈昊、女生陈蔚都是品学兼优的学生,喜欢一起活动,每节体育课,请老师多为他俩准备一付羽毛球拍或一个篮球,让他俩能够比一比谁投篮准,打羽毛球球胜局多,我尽可能满足他俩的需要,毕竟关注每个学生的心理需求是新课程的目标要求,做法是好的,我一直这样做。有时,我也与他俩一起做活动,也招来一些男生女生与他俩一起打篮球,避免他俩与同学疏远,渐渐地形成了一个有七八人的活动群体,他们在活动之中,纯洁的友谊与日俱深,也带动了另一个女生活动群体的形成,他们积极参加活动,合作学习。通过体育骨干带动,促进了师生、生生互动,以球会友,相互学习,增添一份友谊。我也深受该班学生的尊敬,每节课都是乐呵呵的,每项活动都有骨干带领,不用操心。



日前,河南省南阳市第四小学的学生们来到该市卧龙区敬老院,向居住在这里的一百多位老人表演了他们精心编排的节目。身怀绝技的学生还教老人们学练刀术。

付海厚 刘力果摄

# 组织教学一分钟

黑龙江省哈尔滨市阿城区南城乡小学 黄胜江

良好的开端是成功的一半。教师抓好课前一分钟,就为这一节课的成功打下了基础。学生在课间充分释放情感,情绪上属于玩乐状态,上课一开始马上展开教学则不符合学生的心理发展规律,因为学生从一种状态过渡到另一种状态需要一定的时间。因此,教师应当用一分钟的时间组织教学,让学生尽快从玩乐情绪转入到积极的学习情绪中。在这一分钟里,教师可以走到队伍前,用专注的目光环视全体学生,用眼神察看每一个学生的精神状态,用眼神提醒每一个学生做好上课准备,使学生感受到老师的等待,从而静下心来准备上课。在这一分钟里,教师还可以让学生闭上眼睛深呼吸几次,待心情平静下来后开始上课。组织一分钟用得恰当,往往能收到“以静制动,无声胜有声”的效果,教师不要吝啬这一分钟的“空白”,正所谓“磨刀不误砍柴工”。

## 纠正错误动作五方法

河北省玉田县林西中学 张建富

纠错是体育教学的一个重要环节,有效的纠错能使动作正确、规范,而正确、规范的动作更符合人体生理结构,从而让学生更快地掌握技术动作。所以对纠错必须引起足够的重视。下面就自己的教学经验谈一谈如何有效的纠错。

### 一、纠正错误存在的误区

1.有些不用纠正的错误。有的错误动作是在运动技术阶段必然存在的,学生已经意识到了自己的错误,他在练习过程中在不断地纠正、克服,随着时间的推移,这种错误运动就会自动消失,因此老师没有必要大张旗鼓地去纠正。

2.为纠错而纠错。特别是在公开课上,老师为了突出表明自己在纠正错误,在形式上已经有了纠错这一环节,往往只是只言片语地提示学生,并没有起到很明显的效果。

### 二、纠正错误的方法

1.擒贼先擒王。有的动作错误具有普遍性,老师在所有同学中要找一个最具典型的错误动作来纠正,他代表了所有同学的错误动作,纠正时具有典型作用。

2.欲擒故纵。在初学阶段出现错误动作是正常的,此时,可以允许在一定范围内犯错,不要急于把他揪出来,可以先放他一马,否则有可能适得其反。这些动作可能会随着学生的不断重复学习而逐渐消失,当经过一段时间的学习,如果发现还有学生仍不能改正,老师就可以进行指正,因为,此时学生在这个学习过程中对该动作有了一定的经验,所以,此时老师稍微一点拨,学生就会心领神会,很容易改正。

3.反客为主。学生有技术动作错误老师来指正只是体育课堂墨守成规之事,只是作为客体被动地接受,不利于充分发挥主观能动性。如果把老师与学生的角色转换,让学生成为主人,学生的错误由老师来承担,老师把错误动作重新演练,学生指出错误,“好挑剔”的学生一眼就能发现错误,纷纷给老师指出,这种反客为主的方法能让学生更好地理解错误产生的原因并迅速改正之。

4.动口不如动手。错误动作纠正光靠嘴说不一定奏效,学生很难理解老师的话,如果老师伸出手来稍一帮助,他可能马上就能体验正确动作与错误动作的明显差别。如原地前滚翻,有的学生不低头、团身不紧,老师只要按住头,托其臀部给点助力,他就会准确地完成动作,这个学习效果比他听老师讲有效得多。

5.团结就是力量。错误动作的纠正光靠老师一个人力量是非常有限的,面对学生往往顾此失彼。如果充分发挥学生的力量,让学生帮助老师完成这项任务就会既省时又省力。比如学习集体舞时,每教完一个动作,可以两人一组,一人做,另一人指出错误,然后再轮换,这样,学生既有学习别人的机会,又能给别人找出错误,同时也提示了自己不要犯同样的错误。

纠错方法还有很多,需要教师根据课的情况临时选择最适合、最有效的方法,才能提高课堂教学质量。

## 运动口诀

# 做好一节投掷操

天津市鞍山道小学 阎善重

一节投掷徒手操,投的全程体现到。前举下垂向后移,形成满弓再投掷。发力迅猛出手快,先后手莫颠倒。反复练习至熟练,基本动作要牢靠。操要求务严格,实用效果才会好。大小场地练投掷,全能用上这节课。



日前,河南省南阳市第四小学的学生们来到该市卧龙区敬老院,向居住在这里的一百多位老人表演了他们精心编排的节目。身怀绝技的学生还教老人们学练刀术。

付海厚 刘力果摄