

小学体育课兴趣与习惯的培养

胡培霞 朱萍萍

(淄博市张店区铁路小学 山东淄博 255000)

摘要: 有兴趣的学习是上好每一堂体育课的根本,良好的行为习惯是强身健体的保障。因此,小学体育教师必须切实抓好小学生兴趣和良好行为习惯的培养,使每个学生都形成良好的道德品质和良好的行为。多年的体育教学让我们明白兴趣与习惯的培养对孩子未来成长的重要性。对于小学生来说,对体育课兴趣与习惯的培养是逐渐形成的,认识到这一点我们才能更好地完成这项教学。在互联网普及的时代,我们更应该变换教学方法和手段,更好地开展小学体育教育工作,让我们在实践中不断总结经验,反作用于教学实践,为小学生体育课兴趣与习惯的培养提供更多积极有效的教学指导。本文从创设情境、激发兴趣、创新方法三个方面阐述了在小学生体育课中如何进行兴趣与习惯的培养。

关键词: 小学体育 兴趣 习惯 培养

中图分类号: G622.0 **文献标识码:** A

DOI: 10.12218/j.issn.2095-4743.2022.12.016

我国著名文学家巴金先生说:“孩子成功教育从学习兴趣和好习惯培养开始。”可见,一个人学习兴趣和好习惯的养成是成人、成才的关键。尤其是在小学体育实践活动课中干扰的因素多,若学生没有良好的行为习惯就上不好体育课。可以这样说,兴趣和习惯的培养有助于促进学生和谐健康成长^[1]。根据教育部的相关指示,我们知道兴趣与习惯的培养是一项需要长期坚持的工作,在教学工作中,学习兴趣与习惯的培养是我国重视教育发展的一个基础条件,更是教学一线工作者坚持完成的的教学任务,为培养社会主义“四有新人”不断总结经验。

一、创设情境,营造和谐的教学氛围

(一)运用语言和表情创设情境

通过教师幽默的语言来描述体育教学活动,努力让学生积极参与,身临其境。

(二)运用图文结合的方式创设情境

在体育教学活动中运用图画和文字的形式标示出体育活动的方位及路线,再用挂图演示出活动内容的动作和活动过程,也可以在活动场地上画出“小溪”“池塘”等。

(三)根据学生的不同特点创设

上体育课的伊始,教师让学生模仿各种角色的动作,让学生动起来。小学生思维敏捷,富有想象力,当他们看到新鲜的事物时,就会情不自禁地进行想象,不时地会手舞足蹈。我们教师可以抓住学生好动的特点,让学生在教师预设的情境中活动。比如“找秋天”这个活动,让学生根据教师的引导,充分发挥想象力,创造出多种多样的动作。“夏天来了,

青蛙呱呱地叫起了”,学生可边叫边跳。通过这样的活动,培养学生的兴趣爱好,从中获得知识,不仅锻炼身体,培养学生的团队合作能力,也能考验教师对本节课的管理能力。新课改需要教师的思路更适应新思维的发展^[2],所以我们年轻教师更应该努力学习业务知识,把每节课都上得生动有趣,培养好我们的学生,让他们健康茁壮成长。根据每个学生的兴趣爱好、性格,让他们扮演不同角色。

(四)运用各种多媒体创设情境

利用影视、动画、配音的多种多媒体工具创设体育教学情境,这种教学情境可以让学生直接感受活动中的技术要点,比较形象地分析动作要领,让学生一目了然。

二、激发兴趣,培养学生良好的锻炼习惯

(一)常规纪律习惯培养

体育课同样离不开思想教育,加强对学生的思想教育,及时进行思想教育,有力地促进错误思想和行为的转变是体育课的重要任务,学校教育的目的是让学生在体、智、德、美等方面都能全面发展^[3],成为身心健康的社会主义新人。文化和体育又是相辅相成、协调发展的,上体育课的时候,要注重对学生的文化熏陶。体育课是学生们最喜欢的课堂,针对体育课堂上课的场所及初中生的好奇好动好玩的心理特点,体育课的纪律教育就显得尤为重要,怎样才能做到既让学生得到身心愉悦的锻炼又有一定规矩呢?这就要求教师课前做好充分准备,合理安排好课堂内容,同时课堂上让学生懂得哪些可以随意哪些不可以,这就要求学生要有集体荣誉感、守纪律、听指挥、讲文明礼貌,老师要通过严格训

练、严格检查来让学生加强这些意识，提高学生的自觉性。同时，教师在课堂上要做好表率，严格规范自己的一举一动，这样学生才会认真、信服。与此同时，要求学生听老师话不自己单独做事情，哪里不会不懂，和老师沟通，老师帮助解决问题。

（二）意志力的培养

小学体育课内容很多，教师在授课时会对学生进行教育及引导，由于各个活动项目内容不一样，所达到的教育效果也不一样，在跳跃、障碍跑或者是支撑跳跃等的教学中，要努力让小学生有勇敢果断、不怕困难、不怕失败的精神。上课中我们会发现有几种现象阻碍影响学生成绩：一是学生平时对外界事物认识不到位，比如高度问题，平地运动学生都没有畏惧，高度向上升高一点点，心里恐惧就增加，对自己没有信心，对新生事物不敢尝试。遇到这样的问题，教师首先要帮助学生树立自信，告诉学生相信自己能行，同时，要把动作要领传达到位，在正确的理论指导下，循序渐进地逐渐加大难度，这就是温水煮青蛙效应^[4]，让小学生在不知不觉中攻克难关。如果比赛输了，老师判错了，怎么办？是生气，还是大度？比赛不断胜利时，是谨慎一点，还是骄傲自满？等等，这些都需要老师很好地总结和引导，来培养学生的集体主义精神，让学生具有勇敢顽强、互帮互助、友爱团结的思想品德。

（三）树立终身锻炼的意识和理念

教师应不断提高小学体育教育专业的素质。我虽然对新基础课程的教育理论学习和实际研究才刚刚开始，但是它对我的学习影响和作用却是深远的。我现在要学习的教育重点基础知识还很多，面临的体育教学能力问题还很大。但是我会沿着这个新的方向不懈努力，为我国小学生的体育教育发展贡献自己的微薄之力。

（四）培养学生的安全习惯

安全是天，要想培养学生的安全意识，首先就要培养孩子的安全意识。上体育课容易出现运动损伤甚至伤害事故，老师上课的时候可利用各种教学方法和手段培养学生的安全意识^[5]。比如，在教跳跃练习的时候让学生在剧烈运动之前充分做好准备活动，在器械练习的时候要检查一下器械是否牢固等，这些都是培养学生安全意识的有效方法。体育课上需要有目的地培养和反复训练。只有教师用自己的行为习惯对学生行为习惯进行培养，才能培养出一大批具有良好行为习惯的优秀学生。

三、创新教学方法，培养学生良好习惯

长期以来，我国体育的总体教学模式是“教师边讲解边示范，学生边听边看边练习”。这种教学模式比较呆板，阻碍了学生体育运动的健康发展^[6]。因此，要改变体育课堂教学这种老式观念，以适应学生心理认知的需求，创设较为有趣的体育教学情境，在有趣的体育教学活动中，既可以锻炼身体，又可以让学生圆满地完成学习任务。

（一）从合作学习入手，培养小学生良好的交流习惯

首先，教师要了解合作学习的类型。合作学习的类型有四种：生生合作、师生合作、所有成员合作以及分组合作。

第一种，学生之间合作学习。学生是学习的主体，也是合作式教学的主要研究内容，这种方式重视学生与学生之间的交流，以往的教学方式只有教师教、学生听一种方式，这种传统方式主要体现了教师在教学中发挥的作用，而忽略了学生才是学习的主体。新型的学生之间的合作学习针对这种弊端，重视学生与学生之间的互动合作，构建了一种生生互动为主要特色的教学模式^[7]，借助生生之间平等的关系，使学生在学习中能够认识到自己的重要性，满足学生的荣誉感，提高运动质量，达到活动目的，更锻炼了学生的协调发展能力。

第二种，老师与学生合作学习。以往的教学当中，教师 and 学生的地位不对等，而新型学习方式更强调了教师 and 学生的共同参与，在教学过程中，教师应该根据每个学生的特点调动学生学习的积极性，发挥学生的特长，培养学生的自主性和主动性。教师不仅是作为教学的身份，而要引导学生积极地参与课堂活动，做一名学生学习上的引路人。这样既能促进教师以及学生的发展，又使教师 and 学生在教学和学习中不断地改进教学策略和运动方法，从而提升自身的素质。

第三种是全员参与合作。全员参与合作学习是一种理想状态下的合作学习方式，它不仅包括体育课堂上的合作学习，而是把家庭教育、德育教育有机结合到一起。

最后，教师要根据具体情况进行科学分组。前面说过学生是有差异性的，小组划分是否合理直接影响到合作学习的质量和积极性，因此合作学习小组的划分应该坚持遵循“组间同质，组内异质，优势互补”的原则。首先教师要了解学生各方面的差异，比如思维方式、性格能力、性别以及家庭情况等，然后进行分组。其次，小组的划分不能是一成不变的，要根据在教学过程中出现的不同问题及时地做好调整工作。有一点需要重视的是，学生不同于军队，无论怎样划分

都不可能做到整齐划一，所以小组之间的交流必不可少，务必使他们相互扶持，共同进步。最后一点，明确的组员分工也是合作学习取得成功的前提。无规矩不成方圆，否则这个合作学习就会成为一盘散沙，虽然热闹但没有效率。第一，一个小组要有负责组织学习的小组长，一般来说要由有组织能力的同学来负责，第二，要设有学习纪律监督员，主要负责对小组成员学习纪律的监督。应当由责任心比较强、自律能力好的同学来负责。第三，要设小组学习标兵，这个职位不一定要由学习成绩优秀的学生来担任，而是应当由每一个学习阶段学习成效比较好的同学担当。当然所有的职位并不是一成不变的，每一个职位都应该是每一阶段表现良好的同学来担任，这样将职位进行轮换，可以刺激学生的荣誉感，让其在学习中产生动力，从而引导其更好地进行学习。小组应当积极地组织开展探讨活动发表自己的意见和建议，并达成统一的意见。

（二）穿插智力游戏，激发学习兴趣

做游戏是孩子们最喜爱的活动，但要把游戏贯穿在教学中，寓教于乐，这就需要我们教师动一番头脑。首先，我们设计游戏要符合学生年龄特点，要根据教学内容设计游戏。其次，要考虑游戏的安全性、可行性。第三，在游戏中，我们贯穿的教学内容是什么？让学生在比赛中掌握技能、本领。第四，在游戏中，要体现学生的创造力、观察力、分析问题和解决问题的能力。最后，情感教育价值也非常重要。体育课中的体育健康，寓意就是体魄和内心的共同健康。所以，一堂体育课，我们的目的不仅仅是身体的锻炼，更应在健身的基础上培养更高的道德品德素养。教师可以给学生讲英雄烈士，老一辈翻雪山、过草地的不易，增强学生的爱国热情，这样做学生们热情都很高。游戏让学生在心灵上受到了爱国情感的熏陶^[8]，产生了友情，或者加深了友情，体验着快乐，享受着成功。总而言之，学校体育课是很重要的，对学生发展身体、培养情感、锻炼意志都不可缺少，教师要抓住机遇，提高效率。

四、关注个体差异，培养学生的自信心

随着社会的发展进步，学生越来越聪明，不少孩子逆反心理严重，每天都和父母及老师对着干，这时作为老师的我们就应当成为学生的知心朋友。可是怎么做才能赢得学生的心，与他们成为朋友？

首先不要当众指责。现在孩子自尊心都很强，最受不了别人当众指出错误，所以我们要考虑一下孩子的自尊心，把

他们的错误在没有其他人的时候指出来。把所有的问题一个个地都列出来，再行之以理，动之以情地指出来，学生们还是比较容易接受这样的批评的。我们深知伤害一个学生的的心灵会给孩子带来怎样的痛苦，所以不当众指责这一点我觉得也很重要。

其次是不可急于求成，都得慢慢来。在孩子出现思想问题的时候，我们千万不要着急，要一点点导入，然后再把问题摆出来，并且把问题深度剖析，让他自己意识到哪里做错了，而不是我们说“你错了”，指出问题和主动承认错误解决的效果是不一样的。因此，我们要变成主动的那个人，让孩子们自己说，这样才能达到事半功倍的效果。

人们常说“百年树人”。小学生的体育课兴趣与习惯的培养，不是一蹴而就的，需要各方长时间、不间断地做出努力。这一过程中，更需要我们每一个一线教育工作者，在学校及校外的教学与课外体育活动中，科学指导孩子，帮助他们树立终身锻炼的好习惯。

参考文献

- [1] 焦现伟. 将少儿趣味田径引入小学体育课的理论分析及实验研究[J]. 辽宁体育科技, 2012(06): 11.
- [2] 张秀珍. 试论《新课改》下小学体育课教学内容与方法[C]. 江苏省教育学会 2006 年年会论文集(体育专辑), 2012.
- [3] 李佳谕. 教育公平视域下辽宁省辽阳县地区农村小学体育课程实证研究[D]. 沈阳体育学院, 2013.
- [4] 王卫权. 绍兴市小学体育课中民族体育开展现状的调查与分析[C]. 浙江省体育科学学会学校体育专业委员会第十一届论文报告会论文集, 2012.
- [5] 王世旭, 李景芬. 探究农村小学体育活动如何开展[C]. 中华教育理论与实践科研论文成果选编(第4卷), 2013.
- [6] 吴悦. 北京市高校参与小学体育发展实施情况的调查研究[D]. 北京体育大学, 2019.
- [7] 泮永梅. 小学体育有效课堂教学方法与手段的方式与途径研究[C]. 新课改背景下课堂教学方法与手段的有效性研究科研成果集(第十三卷)暨第十三届中国智慧工程研究会基础教育“十三五”规划课题会议论文集(议题五: 教育与教学), 2017.
- [8] 宋青. 运用新理念, 营造体育新课堂——小学体育开放式教学初探[C]. 浙江省体育科学学会学校体育专业委员会第十一届论文报告会论文集, 2018.