

体育课堂中学生运动兴趣激发策略的实践探讨

田德林 刘波

邵通学院, 中国·云南 昭通 657000

摘要:为解决体育课堂中学生运动兴趣不足的问题,研究采用文献研究与教学实践相结合的方法,系统剖析影响因素。基于多元智能、兴趣迁移等理论,从教学内容创新、方法优化、评价体系重构、环境改善以及数字化技术融合五个维度构建激发策略。通过将体育项目融入教学,运用游戏化、情境化教学方法,并结合教学案例验证策略有效性。实践表明,多元策略的综合运用显著提升了学生运动兴趣与课堂参与度,为体育教学改革提供了切实可行的实践路径与理论参考,对培养学生终身体育意识具有积极意义,促进体育教学的高质量发展。

关键词: 体育课堂; 运动兴趣; 激发策略; 教学实践

Practical Exploration on Strategies for Stimulating Students' Interest in Sports in Physical Education Classes

Tian Delin, Liu Bo

Shaotong University, China Yunnan Zhaotong 657000

Abstract: To address the issue of insufficient interest in sports among students in physical education classes, this study adopts a method combining literature research and teaching practice to systematically analyze the influencing factors. Based on theories such as multiple intelligences and interest transfer, a comprehensive strategy for stimulating interest is constructed from five dimensions, innovation in teaching content, optimization of teaching methods, reconstruction of the evaluation system, improvement of the environment, and integration of digital technology. By integrating sports projects into teaching, applying game-based and situational teaching methods, and verifying the effectiveness of the strategies through teaching cases, the practice shows that the comprehensive application of multiple strategies significantly enhances students' interest in sports and their participation in classes. This provides a practical path and theoretical reference for the reform of physical education teaching, has positive significance for cultivating students' lifelong sports awareness, and promotes the high-quality development of physical education teaching.

Keywords: Physical education class; Interest in sports; Stimulating strategies; Teaching practice

0 引言

体育教学中如何激发学生的体育兴趣,是我们广大基层体育教师面临的一项重要课题。体育教师要充分认识学习兴趣在体育教学中的作用。内容的选择还是教学方法的更新,都要关注学生的运动兴趣,只有激发和保持学生的运动兴趣,才能使学生自觉、积极地进行体育锻炼,才能不断提高体育教学质量和水平。教育不断改革创新及“健康中国”战略深入推进的大环境下,体育课对学生身心健康的发展起着极为重要的作用。但是现在体育课中学生对运动的兴趣不高,主动性差的问题越来越严重,无法达到体育教学的目标,也无法让学生有意识地养成终身体育的习惯。很少看到有关运动兴趣的直接或详细的实证性研究,而与运动兴趣直接相关的有效实践方式的研究还较少,本课题就是希望能够通过体育教育教学实践经验的总结来

获得行之有效的促进运动兴趣发展的途径和方法,从而从学生的身心发展出发,提高体育教学质量和体育教学工作的效率,推进体育教育创新的发展。

1 体育课堂中学生运动兴趣现状及影响因素分析

1.1 学生运动兴趣现状

在体育教学实践中发现,学生对各种运动项目的喜爱程度存在明显差异,如篮球、足球等活动相对来讲趣味性比较强,且竞争性比较强所以深受学生的喜爱;田径和体操类运动由于具有一定技能和难度要求,并且运动过程枯燥乏味等原因无法调动学生的学习积极性;另外一些身体素质较差或运动能力较差的学生,在平时的体育学习当中没有达到老师的教学要求就很容易产生厌学的情绪,对于体育运动也会出现抵触的思想,不愿意上体育课。

1.2 教师教学行为的影响

部分体育教师受旧有观念的影响,采用“填鸭式”教学法,课堂以讲授、示范为主,学生只能被动地模仿和练习,在课内缺少自主性的实践过程与创造空间,激发不起学生的学习兴趣。对于体育教学的内容而言,更多时候只是照本宣科,缺乏根据学生的兴趣爱好和身心发展特点来安排和组织相应的内容;并且由于没有认真考虑学生的具体情况而不能灵活调节。不能结合学生年龄、兴趣等特性对学生开展有针对性的体育教学,无法使学生受到锻炼,因此很可能造成学习基础较弱的学生缺乏成就感、对体育运动失去兴趣的情况发生。

1.3 教学环境与设施的制约

学校体育教学环境和设施会影响学生运动兴趣的形成,比如有些学校的体育场地不足、器材老化破旧,如篮球场地面破损、田径场跑道不平、缺少体育器材等,影响体育课教学开展;或者课堂氛围压抑、竞赛机制僵化、缺乏鼓励式教学氛围,对学生缺少运动乐趣的充分认识。

2 体育课堂中学生运动兴趣激发策略的理论构建

2.1 基于多元智能理论的策略导向

多元智能理论指出,每个人都有自己的智能优势,运动兴趣的激发应考虑到个体之间的差异性。我们可以在运动项目的设置上,根据学生的身体运动智能、空间智能、人际关系智能等特点设置相应的教学内容及活动,如:身体运动智能强的学生可以让他们参与竞技类项目;空间智能强的学生可以让他们多参加体操、武术等重视对空间感的把握的项目,让他们可以在自身擅长的事物中发挥所长,获取到成就感,从而有利于他们更愿意去参与更多的体育活动,使他们对自身的身体状况有更多的了解。

2.2 兴趣迁移理论的实践应用

兴趣迁移理论认为:学生已有的兴趣点可以作为迁移的基础,从而对其他事物产生兴趣。例如在体育教学当中,以学生喜欢的电子游戏,流行文化等为载体将体育和它们相融,例如设计“篮球电子竞技赛”中,把篮球技巧迁移到虚拟的游戏场景中;又比如采用热门歌曲把健美操或啦啦操的动作编排起来,从而利用学生对于游戏及流行文化的兴趣迁移到体育运动当中来,激发学生参与体育活动的积极性。

2.3 自我决定理论的指导意义

自我决定理论认为,自主性、胜任感和归属感对学生参与体育活动具有强烈的动机作用,在体育教学中为学生

提供自我决定权(允许学生自主选择运动项目、制定个人练习计划)可强化学生的自主感,分层教学、因材施教可以让不同水平的学生在体育课中获得成就感,和谐互助的教学氛围有助于培养学生交往的能力,提高学生体育学习中的归属感,从而诱发学生的学习内驱力。

3 体育课堂中学生运动兴趣激发的实践路径

3.1 教学内容的创新与优化

3.1.1 融入新兴体育项目

除了继承原有的体育教学内容外,还可以添加健美操、啦啦操、街舞、轮滑、攀岩这些符合时代潮流的新体裁,此类项目的特色是体态美、色彩美、节奏美、音乐美、造型美等,可使学生身心愉悦。如健美操是以动感的背景音乐为依据,编排可爱的舞蹈动作,在教学过程中教师可兼顾学生的身体协调性与柔韧度,也可感受运动的乐趣与美感。而啦啦操可以培养队员之间的合作精神及团队精神,在这中间有一部分的动作就是运用高难度托举、变换队形等方法培养学生的协作意识和创造性。

3.1.2 结合生活实践场景

关联体育教学内容与生活实际,创设贴近生活的生活化教学项目;开展“家庭健身计划”,教学生做仰卧起坐、俯卧撑、瑜伽等适合学生在家中锻炼的运动;开展“校园定向越野”,创设类似于生活中常见的导航场景和寻宝游戏等情境,让学生在活动中运用学过的技能,在潜移默化中学会运动,增加学生的体育锻炼实用性和趣味性。

3.1.3 开发校本特色课程

按照学校的地缘、文缘和资源优势研发校本特色体育课程。比如:沿海学校可以开展帆船、冲浪课程;山区学校开展登山、定向越野课程;民族地区学校结合地方文化资源特点,开展诸如竹竿舞、珍珠球等富有民族传统体育项目,更好地丰富和完善体育教学内容,提高体育教学吸引力,满足学生多样化运动需要。

3.2 教学方法的多元化创新

3.2.1 游戏化教学法

融合体育技能训练和游戏,设置趣味性强的游戏活动,让学生在“玩中学、学中玩”,比如:短跑项目设置“接力赛跑”“追逐游戏”;球类项目设置“投篮闯关”“足球射门大赛”等游戏,使学生可以在游戏的过程中学会并掌握运动技能,提高学生的运动兴趣。

3.2.2 情境教学法

创设生动有趣的教学情境,增强学生代入感,在武术课上设置古代武侠情景教学,学生化身“侠客”学习武术,

可让他们动起来,学起来;在耐力跑中设置“野外探险”情境,让学生闯过“森林”“河流”等,让简单的枯燥的跑动练习变成一项项挑战有趣味的活动。

3.2.3 合作学习法

把学生分成若干小组,组织学生一起开展体育活动,锻炼学生的合作意识、团队意识。让学生在啦啦操编排、篮球战术配合、拔河比赛等体育活动中分组合作练习,每组同学在一起商议,共同制定训练方法和计划,共同练习集体动作,在小组长的带领下共同排练和相互学习、鼓励共同克服挑战,激发学生参赛的积极性。

3.3 教学评价体系的重构

3.3.1 多元化评价主体

打破单一的由老师评教的传统方式,实行教师自评、学生评教、家长评教等多种形式相结合的多元评价体系,如让学生对自己的学习过程及学习成果作出总结和反思,评出自己的进步与不足;让同学互相监督进行互评;评出家长督促子女进行课外体育活动情况及学生的完成度等。

3.3.2 过程性评价导向

重视对学生学习的过程性评价,既要注重结果,也要注重态度、用功与否以及进步了多少。做好对学生的课堂表现、学习技能习得过程、团队合作等状态的记录工作,并且及时予以表扬鼓励,激励他们的信心,让他们把更多的精力投入到有效学习上来。

3.3.3 个性化评价标准

结合学生个体差异性制定不同标准。针对运动能力较强的学生可以设立较高的目标与挑战,促使学生不断提升自我;而对运动基础较弱的学生,也要多注意对其基本的身体素质的要求,不要太高、太难,强调对他们体育锻炼后取得的进步与认真地态度,调动学生锻炼身体的积极性,让学生能够感到自身的锻炼得到了老师的认可。

3.4 教学环境的优化与保障

3.4.1 硬件设施的完善

大力投入体育设施,完善教学硬件,新建或者改造运动场地、铺设塑胶跑道、修建标准篮球场和足球场、更新体育器材(充足球类、体操器械等),给学生提供一个安全、舒适的学习锻炼环境。

3.4.2 课堂氛围的营造

教师应以教师为主导,营造民主、平等、活泼的学习环境,尊重学生的个性与想法,鼓励其大胆尝试,创新思维;运用激励语言肯定学生点滴的进步和优点长处,使学生产生成就感,增强自信;多组织一些小组赛、展示赛以

及合作表演等比赛性活动,使学生有敢于展现自我,参与竞争的欲望,在愉悦的学习过程中享受运动的乐趣。

3.4.3 校园体育文化的浸润

开展丰富多彩的校园体育活动,形成浓厚的校园体育文化氛围,定期举行运动会、体育节、体育社团展演等比赛活动,号召全校师生积极参加;设立体育荣誉奖项,表扬在校体育表现好的同学、班级;利用校园广播站、宣传栏进行体育知识及运动明星事迹宣传教育,让学生爱上体育运动。

4 体育课堂中学生运动兴趣激发的保障机制

4.1 教师专业发展机制

构建完善体育教师专业培训体系,定期组织体育教师参加相关专业知识的学习以及体育教学专业技能培训和研讨交流等活动;邀请高校专家或体育一线优秀教师做专题讲座及工作坊,与体育教师分享运动兴趣激发的教学方法与经验、体育课程的设计与开发思路及新体育项目的教学内容,促进体育教师的专业发展。

4.2 家校协同育人机制

发挥学校和家庭联动优势,构建家校育人合力。采用家长会、家长开放日、线上交流平台等多种途径方式宣传体育教育重要性及培养学生的运动兴趣的方法,让家长认识到体育的重要性,并得到家长的支持和配合,使其能够配合体育教师督促学生加强锻炼。积极动员家长参与到家庭体育锻炼计划的制定中来,与孩子一起参与到亲子活动中,营造良好家庭体育氛围,提高学生锻炼兴趣。

4.3 教学督导与反馈机制

建立体育教学督导组,对体育课堂教学进行定期督查、评价运动兴趣激发策略的执行情况,并及时发现教学中的问题,提出改进性指导建议;建立学生意见表达渠道(如意见箱、问卷调查等)并收集学生的相关意见和建议,针对收集到的信息及时调整体育教学策略,不断优化体育教学。

5 数字化技术赋能运动兴趣激发

5.1 虚拟现实(VR)与增强现实(AR)技术应用

运用VR、AR技术给学生带来沉浸式运动体验,在雪地滑雪、海浪冲浪等受限于空间地点的教学当中,可以通过VR设备进行运动环境的构建,仿佛身临其境地感受雪山、海浪带来的运动刺激和快感;在武术、体操的教学中,通过AR技术将分解后的人体运动轨迹直接投射到实际环境中,使学生可以更直观地看到动作线路和要领,强化学生的学习效率以及学习的兴趣和新奇感。

5.2 运动类 APP 与智能穿戴设备辅助教学

借助运动类 APP 及智能穿戴设备来开展个性化的运动指导以及运动数据监测,学生可在 APP 中制订运动计划,记录运动数据,参加在线运动挑战;借助智能手环、运动手表等智能设备可实时监测学生的心率、步数、运动距离等运动数据,教师根据学生收集的数据信息为学生提出个性化的运动指导与建议;同时,利用社交类运动 APP 可以使学生产生互促共赢的效果,在这种形式下能够很好地达到锻炼目的。

5.3 线上体育课程资源整合与利用

充分整合各类优质线上体育课程资源(如微课),补充课堂教学内容,选取合适的教学视频,在课堂上进行播放讲解,增加课堂教学内容和形式;课后,学生可以在网络平台上根据自己的喜好自主选择学习自己感兴趣的运动项目,拓宽自己的学习空间;同时还可以开展线上体育教学活动,比如体育明星直播课、线上互动教学活动等,引导学生主动参与到体育锻炼中来,激发学生的运动热情。

6 结语

激发学生在体育课堂中的运动兴趣是实现体育教学目

标、促进学生身心健康发展的关键环节。本研究通过对体育课堂中学生运动兴趣激发策略的实践探讨,构建了涵盖教学内容、方法、评价、环境以及数字化技术融合等多方面的策略和保障机制。未来,学生运动兴趣的培养仍是一个长期且复杂的过程,教育工作者要持续探索创新,紧密结合时代发展和学生需求,不断优化教学策略,继续激活体育课堂中学生运动兴趣,为学生终身运动习惯的养成和全面发展奠定坚实基础。

参考文献:

- [1] 季浏. 中国健康体育课程模式的构建 [J]. 北京体育大学学报, 2017,40(11):89-97.
- [2] 毛振明, 于素梅. 体育学科核心素养的界定与表达 [J]. 北京体育大学学报, 2016,39(07):106-114.
- [3] 王健等. 基于核心素养的中小学体育与健康课程改革的思考 [J]. 体育科学, 2016,36(07):3-10.
- [4] 周登嵩. 体育教学论 [M]. 北京: 人民体育出版社, 2019.

基金项目: 基于数字化教学视域的体育教育训练实践教学路径创新(课题号 2412202755)。