

浅析体育教学中构建良好心理气氛的探讨

夏宏伟

河北省张家口市张北县第一中学

DOI:10.32629/er.v3i6.2894

[摘要] 良好的课堂气氛,是一种有感染性的催人向上的教育情境,能使学生在感化和熏陶中,产生情感上的共鸣。良好的课程气氛的营造,关键在于体育教师的主导作用和学生的积极参与。

[关键词] 课堂气氛; 体育教学; 心理气氛

1 构建和谐课堂氛围

和谐的气氛能够使学生的脑皮层建立起适中的兴奋状态,便于接受新知识,掌握新动作,并能在此基础上进行创造性的学习锻炼。相反,课堂气氛沉闷,师生之间存有隔阂,学生的心理状态就会出现不均衡,脑皮层的兴奋性就会降低,甚至会处于抑制状态。因此,我觉得要创造一个良好的课堂气氛,必须建立融洽的师生关系。教育心理学的研究表明:“师生间无时不在进行着微妙的情感交流,学生的情感自始至终都伴随着教学的各个阶段。”因而教师在教学过程中的每一个细节、表情或一个眼神,一句话都直接影响和谐的气氛。如学生畏惧新动作或练习动作失败时,教师要用亲切的语言,信任的目光,反复的示范与鼓励他们,去帮助他们找出症结所在,增强他们完成的动作的信心。如当他们完成动作有进步(即使是很小很小的)都要及时给予肯定,那怕是点点头,学生的精神上都会感到满足,提高他们上体育课的积极性,增强学习的信心。当然,和谐的气氛并不意味着不要上课的严肃性,二者是统一的,有着密切的联系。高度的组织纪律性是组织教学的前提,而和谐的气氛则是更好地完成教学任务的重要因素。

2 体育课心理气氛的优化效应

体育课心理气氛的优化为学生提供了良好的心理环境,使得学生产生浓厚的学习兴趣,激发学生的运动热情,并将运动热情与集体荣誉、个人理想密切联系在一起。因而优化体育课的心理气氛将推动学生自觉锻炼。在体育教学中,教师既要研究学生,更要研究自己,使其教学手段既符合学生的特点,又要突出教师教学特色,鼓励学生发展自己的个性,是每一个学生都能各尽其能,各得其所,为课堂心理气氛的优化奠定基础。

3 注重心理素质的培养

我国目前正处于这种经济快速发展时期,竞争机制越来越激烈,而目前大部分是独生子女,娇生惯养,意志薄弱,承受能力差。因此在体育教学要重视学生的个性发展,一个教学班,几十名学生,不仅性别、年龄、身体状况、性格不同,而且他们对体育课的态度和体育项目的爱好也不同。教师不仅要统一安排教材内容,而且还要考虑因材施教和结合实际。在全面发展的基础上,还要注意学生的个性发展。特别是那些爱好体育,又有一定运动专长的学生,要关心和指导他们发挥自己的特长。才能更深刻地调动他们学习的积极性。

总之,培养学生对体育课的兴趣,重视提高学生自主锻炼的能力。是当前素质教育的需要,也是提高教学质量的重要环节。教师应在钻研教材的基础上,认真研究教法、学法。通过各种方法激发学生对体育课的浓厚兴趣,使他们自愿地去活动,愉快地去活动。在完成教学任务同时提高学生的身体素质和心理素质,为终身体育打下坚实的基础。

4 活跃课堂心理气氛的手段和方法

4.1 教师个人因素

教师要善于运用自己的教学手段、管理能力、个性特征将教学任务、教学内容以及自己的意图贯穿于整个体育课堂中,从而影响学生的心理变化和思想行为。一方面,教师要及时的观察学生学习时感情的微妙变化,洞察他们的思维所处的状态,适时的进行调控,改变学生的思维角度或自己的教学方式。另一方面,教师应该适当的自我评价,将个人的思想魅力和人格魅力表露给学生,让学生及时了解自己的情感要求。使学生能和自己友好接近,把真诚和爱心奉献给学生,以获取学生的“向师感”,并通过言语、表情、动作等手段调节课堂的气氛,活跃学生的情绪,从而增强教学活动的可接受性。

4.2 师生关系

优化体育课心理气氛不仅体现在体育课教学的具体过程中,更为重要的是师生之间要形成一种和谐、舒适的师生关系。师生交往中要保持心灵在同一水平上接触,表现出热情,宽容的心理,消除各种心理障碍,打开教学的情感渠道。营造师生之间良好的情感关系,能够使学生产生自信感、成就感,和对教师的依赖感。在密切注意课堂心理气氛的调节过程中,随机应变,对症下药,才能够按照情感指引课堂形成积极型的课堂心理气氛。

4.3 适当的教学评价

对所构建的体育课集体心理气氛进行合理的评价,有助于形成教学集体健康的心理环境,使得学习集体情绪上表现稳定,有效地融入到体育教学课堂中,想学、乐学。因此,在构建合理有效的体育课集体心理气氛的过程中,良好的评价体系的建立应从心理效应出发,追求过程性评价,坚持人性化、公开化、多样化、有效性、即时性的原则,客观公正赏罚分明,强调正面评价为主,让学生在学的过程中充分地感受到进步的快乐以及追求下一更高目标的期待,努力营造一个合理有效的体育课集体心理气氛评价氛围。

5 结束语

从优化课堂心理气氛方面提出具体建议,让课堂上形成自信和乐观的情绪气氛,体育课堂上可以发挥师生双方动力、诱导、调节和愉悦的效应。不断总结经验,丰富经验,积极研究和探索优化课堂教学心理气氛的方法,使教学效果达到最优化。

[参考文献]

- [1]岳邦阁.高中体育教学中培养学生终身体育意识的对策研究[J].中国校外教育,2017(1):158-159.
- [2]黄飞燕.转变学习方式,培养学生体育素质[J].教师,2019(30):102-103.
- [3]张玉山.“健心”功能在高中体育教学的应用及发挥[J].中华辞赋,2019(03):196.