**论如何提高学生体育课堂的教学质量**

**唐茂忠 甘肃省武山县滩歌镇金华九年制学校**

摘 要：体育课堂教学是体育教师职业道德、教学能力和教育科研能力（学习能力和研究能力）的综合表现。体育知识、技能是通过课堂的传授来完成的，是通过学生的耳 (听)、眼(看)、想(思考)、练(模仿)来完成教学目标的。本人认为：营造一个良好的课堂环境，能激发学生更好地完成教学目标，提高体育课堂教学质量。

关键词：课堂环境；教学目标；教学质量

体育课堂教学是促进学生身心全面发展的基本途径，是提高学生身体、心理和社会适应整体健康水平的重要手段，是学生科学的锻炼身体以及健康成长的过程。体育课堂教学要以“健康第一” 为指导思想，从学生的兴趣爱好出发，创设生动有趣的情境，引导学生与同伴之间交往、合作，相互激励、相互帮助，共同提高，创造性地学习，科学地锻炼自己的身体；掌握有关身体健康的知识和技能以及科学的健身方法，增进身体健康，提高心理健康水平；增强社会适应能力，在锻炼中初步形成积极向上、乐观开朗的生活态度，激发学生的体育兴趣。

体育课堂教学是体育教师职业道德、教学能力和教育科研能力（学习能力和研究能力）的综合表现。是教师依据体育课程标准的基本要求结合本地、本校和学生的实际情况，对教学内容和方法进行再创造的过程。怎样提高体育教育的效果，使学生在课堂上即得到体育教育又培养能力，并通过课堂教学的积极锻炼来增强体质的不断健康发展，掌握体育锻炼的基本技能技巧，对体育教学实现最佳方案，这正是当前提高中学生体育课堂质量的重要环节。对于这个问题个人认为，应当重视体育课堂环境的改善和提高。体育课堂的环境包括内部环境和外部环境，内部环境是指教师的心境、学生的情绪、教材的选用和教学方法；外部环境是指场地的布置、器材的准备、周边的情况、卫生的条件。提高体育课堂教学质量，应努力营造良好的体育课堂环境，以激发学生的学习积极性，让学生在美的环境中快乐地学习，完成教学目标。

1、外部环境

1.1、场地的布置场地的布置有利于激发学生的学习积极性。

体育课堂宽畅，学生视野开阔，外界信息通过传导神经的兴奋性到达大脑中枢，这种条件反射形成学生良好的心理状态，为保证课的顺利完成打下良好的基础。例：跑道的布置，整齐标准的道宽，起点终点的设置，都能给学生良好的心理反映；跳远沙坑的翻扒，助跑道上的标志，投掷区的夹角边线，一米的间隔弧线，这些场地的布置都是不可缺少的。学生通过视觉反映，产生良好的心理反映，学习积极性提高了，为下一步完成课堂教学任务做好准备。良好的教学环境，可使学生兴趣倍增，起到事半功倍的作用。

1.2、体育教学要根据不同的教学内容选用器材与设备。

器材的准备是体育课堂运动量与运动密度的基本保证，也是上好课必不可少的条件之一，没有相应数量的器材设备，就“巧妇难为无米之炊”，不能上好体育课。因此应课前准备、检查好该堂课的体育器材。例如：篮球的气匝如何，球的数量要多少，技巧前滚翻垫子是否干净，跳高架、横杆长度是否标准，踏跳板弹性安全性情况等等，器材应检查清楚，做到心中有数，使得学生没有后顾之忧，从而使学生建立良好的学习心境。

1.3、营造良好的周边的环境

周边的情况是指课堂周围的现象，周围的现象对学生注意力起一定作用。注意是心 理活动对一定事物的指向与集中，这是一切认识过程的开端。学生学习注意力是否集中，对体育实践课教学影响较大。因而选用教学场地的时候应该根据课堂的实际情况，注意周边情况的影响，要尽量避免周边环境的干扰。例如：前滚翻教学时要选择较为安静的场地，不应与球类项目在同一场地进行；广播操教学则应与有同样教材的班级一起进行，以激发学生的学习积极性；跳高教学应与足球项目不同时进行等等，努力营造一种良好的课堂教学气氛。

1.4、卫生的条件

这里指的是场地设备的卫生情况。美的环境能陶冶人的情操，它能给学生一种大自然的美丽新鲜空气。场地干净整洁，球场上线条清晰，绿树成荫。跑道上没有杂物，黑白相间的栏架，整齐划一的排列，足球场上草皮翠绿，大自然的美与入融为一体，给人勾划出一幅动人的图案。这些美的现象，给学生一种赏心悦目的感觉，产生良好的学习心境，从而在精神上产生美的启迪。在这样美的环境中学习，使得学生心理产生了投身于大自然之中，进行美的享受，接受美的熏陶，使得他们起到一种热爱大自然，热爱祖国，热爱家乡，努力提高身体素质，增强体质，锻炼身体。从而拥有强壮的身体，承担学习的艰巨任务，将 来更好地投身到建设祖国，家乡之中，成为一名四化建设的德，智、体、美、劳全面发展的有用之材。

2、内部环境

2.1、营造积极向上的教师的心境

教师是课堂的组织者与领导者，教师的心境直接影响学生的学习情绪。教师的心境在整个教学过程中起主导作用。其仪表、语言、表情及每个示范动作，对学生的学习心境都能产生影响，要提高教学质量与效果，学习的心境是一个不可忽视的重要因素。这样就要求教师仪表要整洁大方，着装整齐，表情喜悦，乐观向上。讲解要扼要简练，易懂，生动形象，妙趣横生；示范要正确到位，动作优美，产生强烈艺术感。课堂组织要规范，有开始，有结束，教师精神饱满，学生就信心百倍；教师要和蔼可亲，耐心辅导，多加鼓励，及时肯定。例：跳远中助跑结合踏跳教学，对于掌握好的学生一个“好”字，一句“不错”对掌握较差的学生则应鼓励，“助跑加快”“上板 快些”等等。简明扼要，都能激发学生的学习情绪，使整个课堂的学习气氛和谐，师生关系融洽，从而产生满意、愉快的心情，让快乐充满整个课堂。

2.2、注重学生学习的情绪，培养良好心理素质

学生是学习的主体，学习情绪是上好课的前提、基本条件之一。现代学生绝大多数是独生子女，他们虽然活泼好动，自我意识强，接受新知识快，但大都任性，自我控制能力较差，体育教师应根据学生心理的各异特征，通过各种方式的心理教育，帮助引导学生克服与消除各种心理弱点及障碍，促使其身心和谐、健康的发展。从而激发学生学习动机和兴趣，自觉主动的发展体育能力及个性，达到创新目的。首先，应培养学生的自信心。有些学生胆子小，遇事爱靠后溜边，还有些学生体育水平与其他学生有所差异，这些学生在体育教学中怕难为情，容易紧张，甚至不敢练习，敷衍了事。因此，在教学中应尽量把他们排在靠前一些，且降低动作难度，加强个别辅导，促使他们先做、敢做，锻炼胆量，获得成功体验，培养其勇敢、果断的心理品质。其次，要培养学生的竞争意识。学生普遍喜爱体育活动，更喜欢体育比赛。在体育课上学生一听说要比赛，马上就摩拳擦掌，跃跃欲试，兴奋无比。在体育教学中，要组织好多种形式和类型的竞赛活动，让学生体验胜利与失败的情感，培养学生的竞争意识。其三，应当重视学生自主作用的调动，重视学生学习的信息反馈。可以尝试让学生自己给自己上课，在课前先教给学生练习方法，让学生结合自己的需要，学会思考，自己使用器材，让每个学生都能活动起来提高上课效率。学习兴趣浓厚，信心足，斗志高，从事各种身体锻炼能做到不怕苦、不怕累，学习自觉性能得到充分发挥，有利于调动学习的积极性，有利于提高课堂的学习效果。

2.3、教学内容的选用

不同学科都有其完成本学科的主要教学目标的专门内容。体育教学在把握体育学科教学内容全面性这一点，必须把能全面发展学生各种身体素质，有利于学生身心素质，健康均衡的发展，教师应从教学内容的选择与设置入手，考虑以下几方面：1、教学内容要面向学生，着眼于学生的未来，能为自身体育的形成和发展打基础。2、教学内容要贴近学生生活实际，利于与社会体育接轨。3、教学内容丰富多彩、灵活多样，教材融民族体育、健身项目和娱乐活动于一体，有利于学生兴趣的培养，个性的发展，自锻能力的养成。内容涉及理论、技术、保健、素质等方面，突出健身性、休闲性、娱乐性、终身性、实用性，以利于吸引学生主动参与学习和锻炼。现行的中学体育教学内容中过于竞技化，枯燥乏味， 田径内容较多，现有状况是有的学生为了出勤而来上体育课，有的是出勤而不出力、不出汗，甚至东躲西躲的，不是跑完800米、1000米，而是走完800米、1000米，整个体育课堂不伦不类，学生没有兴趣，教师没有信心；有些学生喜爱的又有课余锻炼价值的终身锻炼却没有。因此老师应不断的学习充实自己，要不断的钻研新教材，如准备活动部分可由教师带做徒手操换为学生自己组织、或以武术操、少年拳、棍术、刀术、剑术等进行、或以健美操、校园集体舞、体育游戏等方式进行；排球、足球、乒乓球，羽毛球等都可以选进教学内容。使学生爱上体育课，变老师要我上体育课为我喜欢上体育课。因此要注意选好教学内容，达到教学的目标。

2.4、创新教学方法，寓乐于教

现在越来越多的学生不喜欢上体育课，主要是受传统教学的影响，课外生气勃勃的学生在课堂变得死气沉沉，课堂失去了生机，缺乏活力。这就像我们所说的“注入式”、“填鸭式”，忽视了学生的主体作用。教学方法的采用，应注意是否沟通教与学共同活动；是否激发学生的学习兴趣与求知欲，调动学生的学习主动性， 积极性。要让课堂重新“活”起来，课堂教学的改革与创新至关重要，我认为课堂教学要体现“活”应从以下几方面进行尝试：

2.1.1、师生角色要变换。教学过程应变“教师为中心”为“学生为主体”，使教师从“幕前”走向“幕后”由“主演”变为“导演”。充分发挥学生的主体作用，努力为学生创造唱主角戏的课堂舞台。如：每节课的准备活动，可让学生轮流担当小老师的角色。复习课、练习课、游戏课放手让学生组织。让学生在欢乐的气氛中潜移默化地发展，同时自锻能力、创新意识也随之增强。

2.1.2、“教”与“学”的转换。在教学中“学法”比“教法”更重要；学生“会学”比教师“会教”更重要。例如在新教材教学时，让学生先行主动尝试学习新教材，然后让学生谈体会，师生共同探讨，教师在学生有所领会的基础上加于技术性指导点拨，最后学生在教师指导下加于巩固提高。如跨越式跳高教学，可先让学生试跳，并以游戏形式组织学生练习，让学生边“玩”边“学”，自主练习。此时教师应相机行事，灵活点拨，把学生中优缺点结合起来，组织探讨，取长补短，从而引导他们对正确动作的理解与掌握，提高教学效率。

综上所述，提高体育课堂教学效果是诸多方面的，只要每位体育教师认真思考，刻苦钻研，不断积累，加强学习，就能寻找出适合本校实际情况的行之有效的措施，共同营建一个提高体育教学效果的课堂环境。

参考文献：

　　[1]学校体育探索　　　人民教育出版社　　2000

[2]小学体育教学中的环境教育　　　广东教学研究　　2003

　　[3]树立体育教学发展观，科学实施体育新课程　　　广东教学报　　2004

[4]李习友等编著《素质教育与教育》 新世纪出版社2000/4第一版