

“以赛代练”教学法在中职啦啦操教学中的运用研究

李 想 周星臣

(广西机电工程学校, 广西南宁 530011)

摘要: 在职业教育改革深入推进的形势下, 以赛代练教学法被广泛应用于中职体育教学中来, 这也为中职啦啦操教学提供了良好的发展启示。为了进一步推动素质教育的落实, 中职体育教师有必要将以赛代练法应用于啦啦操教学中来, 进而彰显体育学科的育人优势, 为学生营造良好的啦啦操学习环境, 促使其身心均得以良好发展。基于此, 本文就以赛代练法在啦啦操教学中的应用优势作了阐述, 并阐述了其具体的应用策略, 以期能够为广大中职体育教师提供一些前沿性的教学借鉴, 共同推动中职体育教学的良好发展。

关键词: 中职体育; 啦啦操教学; 以赛代练教学法

如今, 在国人对健康运动愈发重视的形势下, 各种健身活动开始风靡于人们的生活。啦啦操作为其中极具代表性的一项运动, 备受中职师生的喜爱, 并且被众多学校纳入到体育教育项目中来。从专业以及实践角度来看, 啦啦操教学是一项集舞蹈、娱乐、体操以及建设为一体的运动项目, 能够为中职生身心的健全发展提供良好助力。

然而, 由于其学习的难度系数较高, 学生很难掌握其训练要领, 进而使得其教学无法得以良好推进, 给广大师生带来很多困惑。而以赛代练法能够以比赛的形式来代替啦啦操教学, 这种教育方式不但能激起学生的学习热情与竞争意识, 还能在真正意义上将他们推至教学主位, 激励他们不断克服困难和追求完善, 进而达成训练目标。

所以, 体育教师应当正式以赛代练法的教育优势, 将其与啦啦操教学进行深度融合, 进而在提高教学有效性的同时, 为学生体育素养的发展奠基, 切实将立德树人理念践行于实处。

一、“以赛代练”教学法在啦啦操教学中的应用优势

首先, 以赛代练法能够激起学生的训练热情。啦啦操教学中包含着诸多技术细节, 常常需要学生进行反复且枯燥的模仿, 如果教师依然秉承以往言语式或示范式教学方法的话, 很容易让学生产生厌恶或抗拒情绪, 影响着教学有效性的提高。而以赛代练法能够化示范为比赛实践, 激起学生的训练热情和竞争意识, 这不管是对于他们啦啦操学习效果的提升, 还是对于其后续的就业与发展均有着巨大的现实意义。

其次, 以赛代练法能够深化学生的技巧认知。以往灌输式的体育教学, 学生很难体悟到相关动作或者技巧的要领, 而加强以赛代练法的渗透, 则能够以实践比赛, 深化学生的技巧认知, 加快他们对连贯动作的记忆速度。

再者, 以赛代练法能够发展学生的综合素养。通过以赛代练法, 学生必然会更加深刻地体悟到啦啦操的魅力以及竞技运动的精神内涵, 这对于他们沟通、交流、合作以及竞争意识的发展大有裨益, 能够为其综合素养的发展提供良好助力。

二、“以赛代练”教学法在啦啦操教学中的应用策略

(一) 重视基础教学

虽然以赛代练法是以竞赛方式来提高啦啦操教学有效性的方

法, 但科学有效的基础教学, 依旧是提高学生啦啦操技巧的必要环节。对此, 教师在践行啦啦操以赛代练教学时, 一定要做好啦啦操基础技能的教授。由于啦啦操涵盖了6种手型技巧与32个手位技巧, 为了深化学生的啦啦操基础手型以及手位认知, 教师可采用以身示范的方式, 指引学生进行相应模仿。然后, 教师可将相应的动作进行分组, 指引学生以“接力赛”的方式来进行表演, 比一比谁的动作衔接连贯和标准, 并做好教学指引工作。这样一来, 不但能增添基础训练的趣味性, 还能达到强化学生基础技能的目的, 可谓是一举两得。

(二) 营造竞赛氛围

诸多教育实践证明, 良好的教育氛围对于教学效果有着直接的影响作用。因此, 为了进一步提高啦啦操教学的有效性, 发展学生啦啦操技能, 教师应当依据以赛代练教学法的特点, 积极创设良好的啦啦操竞赛氛围, 发挥以赛代练教学法的教育促进优势。

具体来说, 教师可从以下两点着手: 其一, 课堂竞赛氛围。在啦啦操教学中, 教师可秉承异组同质原则, 组建多个啦啦操小组, 各组不但要有上层“尖子生”, 还要有底层队员与保护队员, 以此来构建相互带动和共同提升的课堂环境。然后, 教师可依据教学内容, 指引各组通力合作, 以竞赛的形式来进行啦啦操演练, 比试技巧高低, 从而以集体竞赛形式, 达到教育目的。其二, 教师也要积极牵线学生会、校领导等相关人员, 举办校级或学部等形式的啦啦操比赛, 以此来激起学的啦啦操训练热情, 为教学效果的提升奠基。

(三) 重视赛后评价

在以赛代练教学完毕之后, 教师还要做好教学评价工作, 对竞赛过程中个体以及团体的表现情况进行点评与总结, 从而加深学生的竞赛体验, 深化他们的啦啦操技能认知。其间, 教师还可在师评的基础上, 加强诸如互评、组评等多种教评形式的渗透, 从而以多样化的评价, 扩展学生的啦啦操训练视野。同时, 教师还可设置相应的颁奖与技能分享环节, 通过这样的方式来激起学生的啦啦操训练与竞赛参与热情, 促使学生啦啦操训练认知得到整体性的提升。

三、结语

总之, 在教育改革的旗帜下, 中职体育教师应当秉承创新化与现代化的教育观念, 加强以赛代练法在啦啦操教学中的渗透, 创设趣味性与实效性兼备的教育环境, 让啦啦操教学效果得到有力提升的同时, 为学生体育素养与综合素质的发展打下坚实基础。

参考文献:

- [1] 周真群. 以赛代练教学法在中学啦啦操教学中的运用研究[J]. 青少年体育, 2020(04): 78-79.
- [2] 张艳萍. 以赛代练法在高中啦啦操教学中的运用研究[J]. 青少年体育, 2019(07): 63-64.