

# 体育训练中如何加强学生的兴趣培养

张 双

(西南民族大学 四川成都 610041)

**摘要:** 伴随着教育体制改革的不断深化,倡导德智体美劳全面发展的的号召更是不断从理论转向实践,体育作为体现素质教育的重要学科,也逐步受到学校及家长的重视和关注。在体育教学中,体育训练占有重要地位,它对于提升体育整体教学水平和质量有着重要作用。因此,体育训练中如何加强学生的兴趣培养显得尤为重要。然而,在实际体育教学训练中依然存在着学生兴趣度不高的问题,这就对教师的教学方式提出了更高的要求,要求教师不断的加强对学生学习兴趣度的培养,从而保证体育训练能够有效进行。

**关键词:** 体育训练; 兴趣培养

## 引言

成功的教学所需的不是强制,而是激发学生学习的兴趣。因此努力的激发学生的学习,使学生享受学习的乐趣,是教育教学的主要任务之一。体育训练在提高学生身体素质和心理素质方面具有重要的作用,因此,教师在体育教学中要高度重视开展体育训练活动。目前由于许多学生对电子产品的依赖度较高,而对体育训练的热度不高并且很多时候还会产生厌倦心理,因此如何培养学生的体育训练兴趣,将会对体育训练活动的顺利进行产生重要影响。本文从阐述体育训练中培养学生兴趣的重要性出发,进而探讨了影响学生体育训练兴趣的重要因素及培养学生兴趣应采取的措施,希望引起有关教育工作者的关注。

### 1 培养学生兴趣在体育训练中的重要性

首先,培养学生的兴趣有利于保证体育训练的顺利进行。俗话说兴趣是最好的老师,因此在体育训练中培养学生的兴趣显得尤为重要,它是学生学习的动力,是在面对困难时坚持下来的目标。要想在体育训练中培养学生的兴趣就要从学生的兴趣出发,设计出符合学生爱好并且满足于学生的体能锻炼的方式方法,这可以使学生在体育训练的乐事当中,还使自己在这一过程中体能得到锻炼,进而使学生形成良好的体育训练习惯,激发学生的学习兴趣。其次,培养学生兴趣有利于达到体育训练的目标。体育训练不仅要求学生掌握专业方面的基础知识,还要掌握专业的训练方法。因此只有学生对此具有浓厚的兴趣,才能使学生在学习和训练中充分的发挥主观能动性,才能够积极主动的投入其中,进而达到体育训练的目的。

### 2 学生对体育训练缺乏兴趣的主要因素

第一,没有树立学生对体育训练的正确观念。在传统的教学模式中,体育仅仅作为一项辅助或者是课余的学科来学习。在我国的应试教育的大背景下,许多学校和教师单单是为了学生提高体育考试通过率而开展体育训练,忽略了体育训练在促进学生德智体美劳发展过程中的重要意义,所以也导致许多学生没有认识到体育训练在促进身心健康中发挥的重要作用,由此没有引起学生对体育训练的足够的重视,也就缺乏参加体育训练的兴趣。第二,缺少完整的体育训练的配套设施。由于很多学校在硬件设施的投入过程中,更倾向于教学楼、宿舍及餐厅等教学设施的建设,忽视了对运动场地与运动器材等设备设施的投入,所以较大的学生规模和较少的训练设备不能形成有效的要求配比,导致现有的体育教学设备设施难以满足现在体育训练的需要,另外较落后的体育训练条件,也是学生对体育训练难以产生浓厚的兴趣的原因之一。第三,缺少丰富多彩的体育训练方式。由于教师依然采用传统的教学模式,没有对教学内容进行升级和创新,所以目前在体育训练课程中,常常以体育教师的示范为主,学生被动模仿教师的动作,由于教师所教授的训练动作都很简单和单一,导致学生对于体育知识的认识很浅薄,对训练技能的掌握也十分的片面,在课堂上教师和学生双方就仅仅为了完成学习任务而上课,没有认识到体育训练的重要性,长此以往,就使学生对体育训练缺少兴趣。

### 3 培养学生在体育训练中的有效措施

#### 3.1 完善体育教学的考核体制。

由于现阶段对体育课程考核主要以通过率和分数来作为体育训练成果的考核方式,这种方式单一并且片面,因为很多学生会通过多种方式来获得高分,但并未真正的获得实质有效的训练,这必然背离了体育课程设置的本质和初衷,另外个别的同学也会存在态度不端的情况,因为从根本上不重视,逃课现象层出不穷,所以在此情况下,学校有必要改变传统的考核标准,切实的将课堂表现和考试成绩紧密的结合在一起,使学生提高对体育课的重视,另外教师也要增加体育考核过程的多样性与趣味性,学生对于体育训练产生兴趣。

#### 3.2 开展多样化的体育训练课程。

培养学生对体育训练的兴趣,体育教师应开展多样化的体育项目,诸如游泳、球类等不同训练内容,使学生可以根据自身的兴趣爱好和身体情况选择适合自己的体育课程,只有培养学生专注于自己所擅长的体育项目上,这样才能有质量的提高学生的体育训练水平,使学生形成良好的体育锻炼习惯。

#### 3.3 改革并创新传统的体育教学方式。

教师在体育教学中要积极转变自身的角色,改变以往的教学模式,由主导者变为引导者,充分发挥学生的课堂主体地位,根据学生的需求,丰富教学内容,根据学生的特点,设置适合学生的体育课程。教师要与时俱进,创新并改进传统落后的体育教学方法,根据时代的发展潮流来更新体育项目,增强体育训练对学生的吸引力。在课余时间,教师应该多组织开展体育竞技活动,引导学生积极参加各类体育比赛当中,使每个学生都有参与感,促使学生愿意积极主动的投入到体育训练活动之中。同时体育教师也要注重与学生的互动,建立学生终身体育的理念。

#### 结论

体育训练对学生现在及未来的发展具有不言而喻的重要意义,它不仅可以提高学生的身体素质,还能提高学生的心理素质,不断激发青年人对生活的憧憬和热情,促使当代青年学生从德智体美劳方面实现全面发展。因此作为体育教师要充分重视加强学生体育训练兴趣的培养,在不断改革的教育体制下,教师要不断创新教学方式,根据学生的兴趣爱好丰富教学内容,使体育训练发挥出促进学生全面发展的重要价值。

#### 参考文献:

- [1]王佩强.不同材质的排球在小学排球教学中的实验研究[D].山东师范大学,2018.47.
- [2]党龙真.中学生田径运动兴趣现状研究及对策[J].体育时空.2018,(2).83.
- [3]于小川.公立与私立初级中学的体育教学现状对比研究——以菏泽市十二所初级中学为例[D].辽宁师范大学,2019.
- [4]赵盛涛.重庆市大学生体育课兴趣影响因素调查研究[D].西南大学,2019.

作者简介:张双,男,2000年9月14日,汉族,河北省保定市,本科学历