

中职生,请放下手机回归运动场

◆卢昌彪

(佛山市三水区工业中等专业学校 528100)

摘要: 随着社会的进步与通讯行业的发展,智能手机已经成为人们现代生活中不可或缺的沟通工具。手机为人们提供日益便捷的服务,人们可以利用手机购物、休闲、娱乐等。手机在给人们带来方便的时候,同样也侵蚀着下一代的灵魂,很多学生整天沉迷于玩手机,不去户外活动,成为“低头族”

关键词: 中职生;手机;体育运动;回归运动场

引言: 如何让学生对体育感兴趣,是体育教师在教学任务中的一项首要任务。社会在不断发展,但中职学校的体育教学内容依旧单调、陈旧、枯燥,智能手机的不断改革进步,许多学生逐渐被手机吸引住了,渐渐的中职生就对体育不感冒。学习的动力之一是兴趣,兴趣同时也是影响中职生能否积极学习、主动学习的主要原因。

1、中职生使用手机的现状

我校学生使用手机的现状到底如何?对他们的学习与生活产生怎样的影响?带着这些问题,我与几个语文老师在我校学生中进行了一次调查。

调查采用问卷形式,就手机数量、手机来源、手机的主要用途、你认为手机的主要负面影响、你认为你的手机花费等5个问题对我校学生进行抽样调查,共发出调查问卷200份,成功回收192份,回收率96%。在性别构成上基本持平,其中男性占52%,女性所占比例是48%。大多学生认为,中职生没有很强的自制力,难免不在课堂上发短消息或打游戏,这样会影响学习;但他们又控制不了自己。手机会成为同学间新型的攀比物,使学生在攀比中影响到学习或心态。最近一年,我校对学生课堂使用手机情况进行严格控制,导致一些学生见缝插针,晚睡玩到通宵,体育课也是他们玩手机的绝好机会。因此,体育课控制学生玩手机让学生回归运动场显得非常紧迫。

2、培养学生体育兴趣和爱好在体育教学中的作用

爱好与兴趣是心理学学科范畴内的内容,是人们积极探索某种事物的心理倾向。学生对体育是否感兴趣,是属于体育、运动心理学学科范畴内的内容。兴趣是一种心理倾向,而兴趣必须有具体的对象,因此体育教师在教学中培育及发现中职生的爱好及兴趣对体育教学活动内容是非常重要的。

根据心理学内容规定,当人们在参加某些活动的爱好倾向或者是在认识某些东西时对其产生第一注意倾向即是所谓的兴趣,可以以兴趣的起因划分为间接兴趣和直接兴趣。如对活动本身或者是事物本身不感兴趣,但是对参加到此活动得到的结果或是对认知事物的过程而产生兴趣,这即是心理学定义的间接兴趣。而对活动本身或者是事物本身就很感兴趣就是心理学定义的直接兴趣。然而这两种兴趣都对学生的训练以及学习起着积极作用,间接兴趣与直接兴趣的有机结合是提高学生学习效果不可缺少的条件。

实践证明,在体育训练与教学过程中,教师通常会遇见一些这样的状况,如果学生对训练内容有感兴趣的话,会专心致志、全神贯注地学习;如果学生在上课的时候心不在焉,则说明学生对此训练内容不感兴趣。

3、培养学生对体育兴趣和爱好的方法

首先,从教学内容方面激发学生对体育课的兴趣。

教师要在教学过程中发现学生对什么事物或什么活动感兴趣并正确引导学生好奇的动力。所以,体育老师要引起其操作、探究、求知的学习意愿而设置新颖的教学内容。而且教师准备教材内容时要注意中职生的特点,如果教材内容过于保守,则不能让学生对学习产生兴趣,若教材知识以及教师讲解的过于深奥,则会让觉得学习是很困难的一件事从而让学生对学习降低

兴趣。学生对符合自己能力水平的东西有着很大的期待,这些期待使学生成功的可能性增大。

教师准备的教材内容会直接影响着学生学习的积极性,若教师能准备竞赛性和游戏性且与学生年龄符合的教学课堂,则能更好的激发学生学习的主动性。而单调的教学内容则是学生学习的积极性降低,实践数据显示,男生往往对球类的项目比其它项目感兴趣,而且球类运动可以发展学生的身体力量、身体弹跳、身体协调以及身体灵敏等身体素质,并且能体现每个学生的个性,且能有效培养学生集体主义的精神,以及对学生团结友爱有很不错的效果。

其次,通过教学过程引导学生对体育课的兴趣。

体育老师在安排教学内容时一定要注重学生的对学习的接受能力、体质情况、性别、年龄等,再依据中职生不同特点与教材内容特点,采取相对应的教学手段,这样能让教学内容发挥显著的效果,也能让学生主动投入到学习过程中去。学生在认识、学习一项新的内容与技术时,教学的过程也发挥着不可或缺的效果,要由易到难、由浅到深,且不一样的学生要有不一样的对待,应该分组教学。

第三,通过形式多样、生动活泼的教学方法激发学生学习的兴趣。

教学方法在体育课堂中以及中职生的训练过程中有着不可或缺的作用,教师教学质量的高低也直接影响着中职生的学习质量。老师若在训练和体育课中讲解的幽默且风趣、语言生动易懂、逻辑思维条理清晰及内容简明扼要,学生会比较迅速的领会并掌握动作要领,使得学生在练习时感兴趣且认真练习。反之,则会大大降低学生对练习的积极性,因而要求老师在备课时要认真仔细的吃透教材,且要充分研究每次课的练习难度及合理安排每次课的运动量,做到合理的练习密度,并在教学中不断改进教学手段。

体育老师的言行举动都会对学生的情绪造成必不可少的影响,教师要及时表扬学生的优点,指出学生缺点并帮其改正,用鼓励和表扬的教学方法去激励学生的主动积极的学习与训练。若学生在训练中取得成功,老师要及时的赞扬;若学生练习失败而导致焦躁不安的时候,要及时疏通并鼓励,要正确激发且引导学生学习的积极性。然而教师若表扬不当的话,则会让学生对其反感并对中职生学习的积极性有所影响。所以,老师在体育教学过程中要坚持正面教育为主,以表扬为主的方法,良好运用言语刺激鼓励,能够加大学生正向情绪的变化。而对学生的不足,最好不要直接提出批评,而是要选择正面提出要求的方法,这样可以防止负面情绪的产生,而影响学生学习的主动性。

4、小结

手机越来越吸引着学生的注意力,老师要引导学生往好的方面去发展,手机是双刃剑,使用不当则是洪水猛兽,利用得当则让学生有更好的发展。科技的不断进步,老师应该审时度势,不要觉得科技是万能的而使自己迷失了,也不要觉得科技是不好的而不去接受,要以包容的心去接受。中职生正是生长发育的时候,体育老师不仅要增强对学生的思想教育及不断改进组织教法,还要和课外相配合,使得学生对体育产生莫大的兴趣爱好,并从中养成体育锻炼的习惯,让学习喜欢上体育运动,可以让学生健康全面的发展。

参考文献:

- [1]郑晓燕.如何培养学生对体育课的兴趣.[J].少儿科学周刊(教学版).2014
- [2]赵华勇.浅谈中学生体育兴趣的培养.[J].东京文学.2010
- [3]王秀丽,郑卫东.让体育教学“趣味飞扬”的策略.[J].科学导报.2013