

体育教学良好心理气氛的构建

姚 蕾, 尚庆猛, 姜德卫

(北京体育大学 体育教育学教研室, 北京 100084)

摘 要 :传统的体育教学往往强调体育教学过程中的技术性因素而排斥情感性因素,结果造成教师强令、学生盲从,缺乏活跃的气息和愉快的情趣,因而不能调动学生的积极性、主动性,从而影响体育教学目标的实现。针对这一现状,着重探讨了如何创建一个良好的教学心理气氛,提出了构建良好心理气氛的可操作途径。

关 键 词 :体育教学;心理气氛;教学过程

中图分类号 :G807.01 文献标识码 :A 文章编号 :1006-7116(2002)02-0031-03

On the establishment of mental atmosphere of teaching in PE

YAO Lei, SHANG Qing-meng, JIANG De-wei

(Department of Physical Education, Beijing University of Physical Education, Beijing 100084, China)

Abstract :Traditional teaching in PE usually emphasized technical factor and rejected emotion factor, which causes the teachers and students lack of a good communication, the teaching process was short of active and mirthful atmosphere. So that students initiative could be inhibited and the teaching aim can't come into truth fluently, neither. To the question, this study probed how to establish a good mental atmosphere of teaching in PE. we posed 9 ways to form a good mental atmosphere of teaching in PE.

Key words :teaching in PE; mental atmosphere; teaching process

传统的体育教学理论和体育心理学往往强调体育教学过程中的技术性因素而排斥情感性因素,往往从个体的角度来研究教学方法、组织形式、教学态度等基本要素和掌握体育知识、技术与技能形成的心理特点,造成教师强令、学生盲从,缺乏活跃的气息和愉快的情趣,因而不能调动学生的积极性和主动性。然而体育教学过程中教与学的意向、动机、兴趣等总是在一定的情景及气氛之中产生的,认知的进行、技能的形成、创造性的开发,都是在体育教学心理气氛之中潜移默化地进行的。教学气氛一旦产生,变成成为一种社会压力,对教学集体成员的价值、态度及行为发生重大影响,从而影响体育教学。这种微观社会环境在学生的身心发展中起着重要作用,因此,创建一个良好的教学心理气氛,是体育教学中不可缺少的重要内容。

1 改善教师的指导作风

美国教育心理学家林格伦指出:教师是创造心理气氛的关键人物。教师的领导作风是制约体育教学心理气氛的重要因素。心理学家勒温·李皮特和怀特在其著名的试验中,

让成人分别扮演成民主、专制、放任3种不同作风的领导者去指导11岁的儿童进行活动。结果发现,具有民主作风的领导者与儿童合作和睦相处,儿童的情绪高涨,表现出极大的活动兴趣;具有专制作风的领导者对儿童要求苛刻、专横时,儿童的表现不是冷淡就是怀有敌意。以后的许多研究也表明,当教师的行动更民主时,课堂心理气氛就更加活跃、生动活泼。

2 建立和谐的师生人际关系,开辟多种交往渠道

体育教学心理气氛,要受到师生人际关系的制约,作为教学集体意识状态的心理气氛是学生与师生关系的心理反映,教学信息传输的有效度与师生关系的和谐程度成正比。美国心理学家LP·索普指出:“师生之间良好关系和良好的课堂气氛能使学生在合作上取得更好成绩的主要原因之一。”融洽的师生关系使得教学信息传输通畅,是推动体育教学整体发展的动力,师生之间的协调和适应是教学过程相对平衡和稳定的状态。而且,师生沟通、情感融洽,有助于形成师生的亲密感,便于教师因材施教,根

据学生吸收知识、掌握技术的情况及其不同潜能来灵活地处理教学活动,提高教学质量,强化师生关系的凝聚力,形成了组成、巩固、发展体育教学心理气氛的核心。可见,形成良好的教学心理气氛,需要不断改善教学集体的人际关系,而良好人际关系实际建立在平等互爱的基础之上的。

师生人格平等,容易使师生的知识理解、技术掌握、技能形成过程中行为“共振”、心理“共鸣”,教学达到最佳心意交流和信息传递,发挥学生的身心潜力,增强自信心,激发学生的创造性。教师应尊重学生,抱着真诚的态度关心、帮助和发展他们的个人需要,发挥学生的创造精神及培养创造能力,教师在指导学生学习的过程中要启发、引导学生,自己既是教学过程的导演,同时又是练习中的一员,而不应是只发指令、检查练习结果的监督员。对待自己的教学过失应勇于承认,立即纠正,而对待学生学习活动中的错误或其它不良表现则要耐心指出,言语把握分寸,避免伤害学生。当某个学生练习动作失败时,教师和同学予以热情的鼓励和耐心的帮助,就增强了该生继续试练的决心,坚定了他的成功信念。当他的微小进步得到集体的肯定和赞扬时,会激起其喜悦、愉快的心理体验,提高自尊感,唤起自我实现的需要,进而激

发学习热情。

林格伦在《课堂教育心理学》一书中,根据教学效果描绘了课堂中师生相互作用的4种类型(见图1)(1)效果最差。教师跟全班学生仅保持单向交往。(2)效果尚好。教师试图跟全班学生发展来回的交往。(3)效果较好。教师跟学生保持来回的交往,也允许在正规的基础上学生之间也有交往。(4)效果最好。教师在集体中是一个参加者,他鼓励在集体的所有成员中,包括教师自己,有来回的交往。林格伦的研究,给我们很好的启示。教师应善于从交往的范围、深度等多方面加以引导,提倡多层次、多指向的交往方式,开辟多项交往的渠道,提供频繁交往的机会和合作的众多场合,建立师生之间、学生骨干与同学之间及学生之间的交往,减少控制因素,使学生之间的学习目的、动机和定向不断交流,利用集体的智能取长补短,弥补个人的不足,充分体现教学中的民主的人际关系,师生沟通情感,消除隔阂,克服学生的孤独感,保证教与学行为的一致性。

教学中的师生、生生交往,对学生而言,无疑是其社会交往的重要组成部分。这种高频率的接触集体,对促进学生的个性全面发展起到外界不可替代的作用。

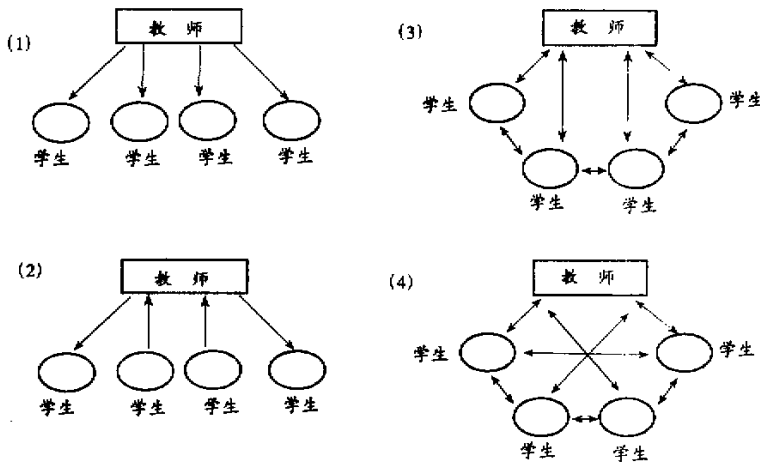


图1 课堂教学交往图

3 树立正确的体育教学思想,有效控制教学过程

体育教学过程是教师的教和学生的学的双边活动,而教学心理气氛是教学中群体的情绪活动,所以,教师要真正建立良好的教学心理气氛,必须有正确的教学思想作指导。所谓正确的体育教学思想就是在教师主导作用下,充分调动学生的学习积极性,发挥学生的主体作用,使学生在体育课上真正成为学习的主人。把学生看成是知识的主动探求者而不是被动接受者,才可能形成生动活泼、热烈宽松的的教学心理气氛。在正确的体育教学思想的指导下,教师在体育教学中还要恰当的组织 and 有效的调控。所谓的有效调控,是指根据体育教学内容、教学时间以及动作的焦点,结合教学气氛的实际,组织提问、讨论、联系、总结等。教师不仅是教学气氛的调控者,又是学生心理状态的观测者。学生在课堂的眼

神、表情、动作等是情绪的晴雨表,教师要善于及时捕捉到学生表情的微妙变化,洞察他们思维所处的状态。教师接受到学生发生的情绪反馈信息时,应及时进行调控,改变教学节奏和方法,或改变指导角度,或改变教学方式,使教学心理气氛适时得到调节,始终保持适宜的状态。而教师自身的消极情感,以及对学生缺乏理解,正是不良教学心理气氛产生的重要原因。

4 丰富教学艺术,提高教学技巧

教学方法的选择和教学手段的运用,既要针对性和科学性,又要有教育性和艺术性,融益智、健身、染情和添趣于一体,使得学生在心里意向中产生欣赏——羡慕——向往——注意——思维——操作等连锁式的反应过程,从而启迪

学生的想象力、创造力。体育教学应以活泼、自由为主,兼顾严肃,避免长时间的单一练习方式,以免引起超限抑制。宜将传习式的、封闭式的体育教学,发展为创新型、开放式的教学,并在此基础上加强创造性教学活动,力求使本身单调的教学内容具有新意,以不断引起学生的有意注意,唤起他们的强烈求知欲和学习愿望。如耐久跑的教学,可以采用追逐跑、定时跑、变速跑、接力跑、障碍跑及游戏等多种形式提高速度耐力,从而使教学过程形成生动活泼的气氛,让学生已有的学习需要始终处于活动状态,精力充沛地投入学习,使他们在学练中达到入趣、入情、入境,获得生动活泼的主动发展,以最少时间、最小精力取得最大效率。

同时,组织教学过程中,恰当地运用面部表情和幽默的言语,可以使学生有着适度的兴奋状态。活跃教学气氛,保证教学形式的诙谐和趣味性,教学要求的严肃性和可行性,练习方法的科学性和形象性,既能帮助学生沟通知识、掌握技术、迁移技能、激发联想,开拓思路,而且能调节心理活动,达到适宜的心理负荷,激发学生更大的学习热情,维持良好教学心理气氛,提高教学效果。

5 妥善处理偶发事件,维持课堂秩序

偶发事件,是指在教学过程中教师没有预料到的突然发生的事情。它在体育教学中时有发生,教师倘若不能及时灵活地处理,就会影响到正常的教学,搅乱课堂秩序。为此,教师必须高度重视,在处理这类事件时,要求教师首先要沉着冷静,采取相应措施,力求把事件的消极影响控制在最小范围和最短时间内。如一位教师在教前滚翻动作时,为启发学生怎样使身体滚动的快,提问:“圆东西和方东西在地面上滚动时,哪个转的快?”—学生答:“方形物!”班级学生顿时哄堂大笑。此时,教师如果大发雷霆,狠狠把这个学生批评一顿,定会严重影响整个教学秩序,但教师若能控制住自己的情绪,用“XX同学的回答很响亮,反应也很快,但是你能否举一个生活中的实例呢?”这样的话反问学生,就会变被动为主动,然后再说:“在实际中这种可能性是没有的,但这位同学具有批判性的思维方式,很可贵,如果以后用在科学发明上,可能会有所创新呢!”接着,再把话引向正题。这样做既可避免把事态扩大,又可教育引导学生。另外,课后再和学生单独谈话,注意保护学生的自尊心,使他认识到自己的错误,就能比较圆满地解决问题。

6 对每一个学生都要满怀希望

学生之间在体能、运动素质等方面难免会存在一定的差异,这些差异往往导致某些教师在教学活动中厚此薄彼,甚至对某些所谓差生进行讽刺、挖苦以至侮辱,伤害了学生的自尊心,这是必须杜绝的。只有尊重所有的学生,对每一个学生都充满信心,满怀期望,让所有的学生都能抬起头来说话,而不是偏爱一部分,嫌弃一部分,才能获得所有学生的尊重,从而使他们在课堂教学活动中密切地配合教师。

从学生的角度看,每个学生都希望得到教师的认可和赏

识,而讨厌教师的厚此薄彼、偏袒、不公。如果教师能把握好学生的这一心理特征,在深刻了解学生的体育能力和人格特征的基础上,对每个学生都形成恰如其分的期望值,并通过各种方式和途径让学生感受到,必然会促进学生自信心的建立,激发学生在各方面刻苦努力,从而主动地与教师合作,促使和谐的课堂气氛的形成。

7 强化集体意识,培养团结合作精神

每个学生都有积极上进心,有着争取自己成功的高度愿望。因而,教师要对学生进行必要的心理品质训练和培养。教学过程中经常有的放矢地采用游戏、竞赛等教学方法,可有效地增强学生体育学习的色彩和情趣,在学习过程中体验到求知欲的满足,培养和激发进一步学习的兴趣与欲望,并有利于使全体学生乐意让自己服从教学集体的需要,把自己与集体紧密地联系在一起,对教学目标定向上的认知、情感、动机、态度的形成趋向一致,自觉地适应和遵从角色规范要求,从内心认识到服从纪律既是教学集体的意愿,又是自身的学习需要,从而强化集体意识观念,增强教学集体的凝聚力,培养学生的团结合作精神,促使教学心理气氛的优化。

8 尊重学生个性差异,促进学生个性发展

由于学生的年龄、身体素质、体育知识技能的基础和气质、性格不同,接受和掌握技能的能力就有所差异,因而体育教学应视学生具体情况予以个别对待,因材施教,以培养体育活动能力,发展个性。教师应不断调整教学过程,使其最大限度地有助于学生摆脱陈规旧习,允许学生交谈、议论、提示和鼓励,游戏和竞赛法中在限定范围内可以喊叫。在教学基本任务完成前提下,创造条件,给学生“自由练习”,让学生有着充分的自由选择、评价和确定方向的权利。鼓励学生在练习动作过程中发挥自己的优势、特长,提倡学生创造精神,勇于对教师的教学质疑,以自我表现和发挥潜能,发展自己的个性,使每个学生都能各尽其能,各其所得,为教学心理气氛的优化奠定基础。

9 创造良好场景,优化体育教学心理气氛

良好的教学场境,可使学生耳目一新,兴趣倍增。体育教学主要是在室外场地上进行的,场地器材是构成体育教学的一个重要因素。课前根据教学内容和要求,合理地规划教学场地,把场地设计得美观大方,粉线清晰,器材力争新颖,尽可能使旧器材焕发新的生命力,沙坑平整,垫子洁净,标志物醒目等,都给学生增添美感,引起其好奇心和提高兴奋性,有助于产生增力情绪,进而促进体育教学心理气氛的优化。

参考文献:

- [1] A. 班尼(美国). 教育社会心理学[M]. 昆明:云南教育出版社,1986:176.
- [2] 福建师大教育系. 外国教育参考资料,1983(2):82.

[编辑 李寿荣]