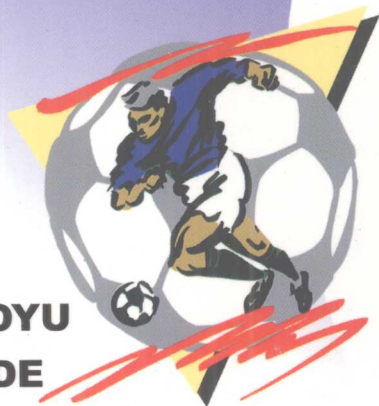


大学体育教育创新的 探索与实践

宋小荣 主编



DAXUETIYUJIAOYU

CHUANGXINDE

TANSUOYUSHIJIAN



煤炭工业出版社

大学体育教育创新的探索与实践

宋小荣 主编

煤炭工业出版社

· 北 京 ·

图书在版编目 (CIP) 数据

大学体育教育创新的探索与实践/宋小荣主编. —北京:
煤炭工业出版社, 2008. 8

ISBN 978 - 7 - 5020 - 3272 - 2

I. 大… II. 宋… III. 体育 - 教学研究 - 高等学校 -
文集 IV. G807.4 - 53

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2008) 第 022946 号

煤炭工业出版社 出版
(北京市朝阳区芍药居 35 号 100029)

网址: www.cciph.com.cn

煤炭工业出版社印刷厂 印刷
新华书店北京发行所 发行

*

开本 787mm × 1092mm¹/₁₆ 印张 17

字数 397 千字 印数 1—700

2008 年 8 月第 1 版 2008 年 8 月第 1 次印刷

社内编号 6076 定价 50.00 元

版权所有 违者必究

本书如有缺页、倒页、脱页等质量问题, 本社负责调换

编委会名单

编委会主任	苏长青				
编委	白永正	宋小荣	李树旺	李春莲	马江涛
	王放鸣				
主编	宋小荣				
编写人员	(按姓氏笔画排名)				
	马江涛	王 勇	王夕群	王 琦	王建军
	付 浩	刘 群	刘晓华	刘艳芳	孙瑄瑄
	宋小荣	宋晓红	张 洁	张 磊	张 宇
	李 立	李志刚	李春莲	李树旺	李裕全
	杜金萍	杨宏峰	肖建章	苏文彩	陆 锋
	竺大力	侯 力	姜明山	胡娟娟	顾 扬
	曹 宇	蒋红生	蒙 华	墨 楠	

序

中国人民大学是一所以人文科学、社会科学、管理科学为主，兼有信息科学、环境科学等理工学科的综合研究型全国重点大学。学校的前身是1937年诞生于抗日战争烽火中的陕北公学，以及后来的华北联合大学、北方大学和华北大学，是我党创办的第一所新型综合性正规重点大学，正如校长纪宝成所言：“人民大学的特殊历史在国内1000多所高校中独一无二”。2002年春天，江泽民同志的“4·28”讲话为中国人民大学的发展掀开了新的一页。人大师生发扬“始终奋进在时代前列”的优良传统，勤俭办学，艰苦奋斗，积极探索，求真务实，提出了“发展才是硬道理，抓学科和校园两个规划和建设，抓改革、调整和管理，并千方百计地筹集资金、加大投入”的“1231”工作思路，争取早日将中国人民大学建设成为以人文社会科学为主的世界一流大学。在此环境背景下，中国人民大学确立了“大师、大楼、大气”6个字的办学理念。

与此同时，随着中国进入WTO、适应经济全球化和国家产业结构调整对高校学科、专业、人才培养提出的新要求，为应对新形势的种种挑战，中国人民大学召开全校本科教学工作会议后提出了“高等学校的根本宗旨和中心任务是培养优秀的合格人才，这是高等学校的核心竞争力所在，任何时候都要突出培养人才这个中心”的原则，而体育作为学校教育的重要组成部分，在培养新时期的优秀人在过程中，有着举足轻重的作用。

鉴于体育在人才培养上的重要作用，校党政领导始终把贯彻《普通高等院校体育教学指导纲要》、《体育法》、《学校体育工作条例》作为全校性的系统工作来抓。校党委副书记任主任的中国人民大学体育运动委员会每年至少召开一次专门会议，研究讨论学校体育工作的运行情况和未来体育工作的发展前景，为今后的工作提供指导。校体育运动委员会的组成由校领导、体育部、教务处、学生会、团委、工会、后勤、校医院及各学院主管体育工作的领导，涉及学校的方方面面，既体现了领导对体育工作的重视，也便于协调工作的开展。在每年的春季田径运动、教工运动会、秋季新生田径运动会、体育文化节、纪念“一二九运动”长跑接力赛、体质调研、执行《大学生健康测试标准》等活动中，各部门都能互相协调、默契配合，保障了各项体育任务的圆满完成。

为了进一步提高中国人民大学体育教学水平，使其在促进学生身心发展

方面发挥更大作用，2000 年底，中国人民大学体育部围绕中国人民大学新世纪第一次教学工作会议精神，召开了体育部教学工作系列会议，以座谈会、报告会等形式共进行了大小 7 次会议。研讨了怎样确立与时代和学校发展同步、兼收并蓄国内外高校体育发展思路及成功经验与新世纪人民大学体育教学的体系相融合等问题。这次讨论仁者见仁，智者见智，涉及体育教学的方方面面，涵盖了教学理念、课程设置、教学内容、教学方法、教学手段、考试标准、场地设施、素质教育、宏观展望等方面，也有的提出了个人的意见和建议。

我们将它们汇编成论文集，以能抛砖引玉，使教师相互学习、互相借鉴、相互促进，以便中国人民大学体育教学水平在素质教育的时代背景下进一步提高，使中国人民大学体育教学改革取得丰硕成果。

编 者

2008 年 6 月

目次

教 学 与 训 练

中国人民大学体育课程的改革与探索	宋小荣(3)
加强培养学生创造力是体育教学的必然趋势	姜明山(6)
对北京部分大学体育课素质教育现状的初步调查研究	李志刚(10)
论体育教师体态语言的美学艺术	刘艳芳(17)
北京普通高校体育选项课教学质量的教学模式研究	杜金萍(21)
多媒体技术在高等学校体育教学中的运用	刘 群(25)
中学体育教学效果对情绪的影响	蒙 华 李 立(29)
激发大学生对体育课的兴趣	肖健章(35)
《大学生体育合格标准》中不同项目对身体素质和身体机能的影响	杨宏峰(38)
2006 年中国人民大学学生体质状况分析	马江涛(42)
伸展运动时间与休息时间对爆发力的影响之研究	顾 扬 孙瑄瑄(47)
拓展训练的体育教学模式研究	张 磊(54)
球类项目战术教学中技术、时间、空间之间的关系探讨	陆 峰(60)
掷实心球教学中应注意的几个问题	李春莲(62)
关于北京市普通高校篮球选修课教学改革的思考	杨宏峰 张 宇(66)
篮球文化在大学生思想教育中的作用研究	刘晓华(72)
中国男篮与世界强队不同对抗强度投篮比较研究	宋晓红 马江涛(77)
关于中国男篮如何打好 2008 年北京奥运会比赛的探讨	竺大力(81)
网球发球的战术研究	曹 宇(87)
对少儿短式网球与普通网球训练的对比研究	曹 宇(92)
北京市高校特招排球运动员运动性损伤的调查研究	付 浩(98)
高校高水平足球队现状及发展趋势初步探讨	王建军(103)
我国男子三级跳远运动的历史回顾及影响因素研究	肖健章(107)
高校体美教育中的体育舞蹈	
——浅论体育舞蹈对身心发展的意义	王 勇(113)
提高我国竞技体育舞蹈水平对策的探讨	顾 扬 孙瑄瑄(119)
浅析青少年蛙泳运动员划频划距与速度的关系	墨 楠(123)
健美操运动员表现力培养方法研究	胡娟娟(128)

体 育 与 社 会

“人文奥运”理念的内涵及价值研究	杜金萍(135)
北京奥运伦理与和谐社会构建	宋小荣(138)
我国退役运动员就业研究	李 立(142)
高校体育产业如何应对 WTO	王 勇(147)
浅谈如何当好足球裁判员	刘 群(152)
高校体育场馆对外经营现状与对策研究	付 浩 刘晓华(155)
论体育赛事的法律调节	刘晓华 付 浩(160)
国外大众体育发展的社会学研究及启示	李树旺(165)
浅谈足球暴力事件的成因分析及对策	李 立(170)
对如何经营体育馆的探讨	陆 峰(174)
对高校体育场馆经营思想与盈利关系的分析	胡娟娟(176)

体 育 心 理 学

心理素质教育在体育教学中的渗透	姜明山(185)
如何在体育教学中改善大学生的心理障碍	苏文彩(189)
体育教学中培养学生抗挫折能力的探讨	苏文彩(192)
如何在体育教学中激发学生的学习兴趣	墨 楠(196)
体育与青少年身心的协调发展	李树旺(200)
运动与非运动群体大学生社会支持现状和特点的研究	张 磊(205)
民办高校学生体育锻炼动机的调查与分析	王夕群(211)
探讨大学生心理健康与体育锻炼	刘艳芳(216)

运 动 人 体 科 学

枸杞多糖对体育运动模型中动物的抗衰老作用	侯 力 李裕全(223)
中药党参对运动小鼠血乳酸、自由基代谢的影响	侯 力 李裕全(227)

民 族 传 统 体 育

浅谈如何在高校非武术专业女大学生中发展武术运动	张 洁(233)
浅析武术文化的历史与现状	蒋红生(238)
中华武术在全民健身中的发展优势及方向	蒙 华 王 琦(244)
气功与健身	蒋红生(250)
让我国传统文化在现代校园中焕发精神活力 ——论当代学校德育与太极精神	张 洁(255)
试论体育教师如何教好简化太极拳	李春莲(259)

教 学 与 训 练

中国人民大学体育课程的改革与探索

中国人民大学 宋小荣

摘要 体育作为学校教育的重要组成部分,也是体育与教育相结合的重要结合点。在新形势下,人们对大学体育的性质、目的、任务等一系列理论问题进行着新的思考,同时也在进行着新的改革与探索。体育课程包括体育课程目标、体育课程内容、体育课时分配、课外体育锻炼等。加强体育课程的改革和建设是增强学生体质、培养体育能力和为终身体育打好基础的重要途径。大学体育课程应培养主动、自觉进行体育活动的态度和习惯,了解基本的体育知识和理论,掌握多种体育锻炼的方法。

关键词 大学 体育课程 实践

建设以人文社会科学为主的世界一流大学的宏伟目标,为面向21世纪的中国人民大学带来了发展机遇。一系列新的改革思路、方案及配套措施的陆续出台,绘成了一幅宏伟蓝图,标志着中国人民大学将在不断创新、探索中,向着一流大学迈进。体育作为学校教育的重要组成部分,也是体育与教育相结合的重要结合点。在新形势下,人们对大学体育的性质、目的、任务等一系列理论问题进行着新的思考,同时也在进行着新的改革与探索。

一、体育课程的理论分析

1. 体育课程

为实现体育目标而进行的体育结构和进程。它包括体育课程目标、体育课程内容、体育课时分配、课外体育锻炼等。加强体育课程的改革和建设是增强学生体质、培养体育能力和为终身体育打好基础的重要途径。

2. 体育课程的任务

通过有效的体育手段和练习方法,发展学生身体素质,培养主动、自觉进行体育活动的态度和习惯,了解基本的体育知识和理论,掌握多种体育锻炼的方法,强身健体。

3. 开设体育课程的基本依据

(1) 以学生为中心,强调学生对体育的需要、兴趣和目的,如选修课、保健课等。

(2) 以学科为中心,强调根据体育学科知识内在的性质和逻辑结构来组织课程,如基础课、专项必修课、训练课等。

(3) 以社会为中心,强调通过体育课程的学习,提高学生对社会的改造和适应能力。这是目前大学体育课程的薄弱环节,是今后需要加强考虑和重视的一个方面。

4. 影响大学体育课程的主要因素

体育课程发展有着自身相对独立的规律并呈现一种辩证过程,受到多方面因素的影响

响。影响大学体育课程的因素分为内部和外部两部分:

(1) 外部因素。体育知识内容和结构、社会对人的要求和社会条件、学生的基本情况。

(2) 内部因素。体育课程的历史传统、课程理论的基本观点和原则。

5. 体育课程的发展思考

在现代科学技术迅猛发展的情况下,现代教育正不断进行着改革和创新。大学体育课程同样面临如何适应现代教育及社会发展的需要的问题,主要有以下3个方面:

(1) 如何将学生的生活需要、科学教育和体育课程设置三者有机的结合在一起。

(2) 在人们日益注重学科课程和活动课程等发展问题的今天,如何将体育学科课程与体育活动课程结合起来。

(3) 大学体育课程目标设置如何密切结合对学生全面发展的研究、对社会需求的研究和对学科革新的研究,提出切合学生实际和社会需要的课程发展目标。

二、体育课程目标的确定

2002年9月,教育部颁布了《全国普通高等院校体育课程指导纲要》(以下简称《纲要》),确定了课程目标、课程结构和教学内容选编原则。体育课程的目标是体育课程运作的起点,通过了解国内外大学体育课程目标和引进,可以以清晰的思路来判断中国人民大学的发展趋势。

1. 在健康第一的思想指导下,向多元化的方向努力

《纲要》将课程目标确定为基本目标和发展性目标,把体能、技能、健康、心理、娱乐、休闲纳入其中,解决不同价值观的学生的动机和兴趣,使其成为生活的组成部分,既提高体能,又愉悦身心。

2. 重视体育理论教育,培养体育文化素养

体育课应包括体育文化知识、体育保健知识等。这对于体育意识的建立和体育习惯的养成起着重要作用。大学体育课为学生科学的锻炼提供了理论知识和方法的指导。

3. 培养学生终身体育的态度和能力,体验运动乐趣

培养学生对体育运动的兴趣与爱好及独立锻炼身体的能力,为终身体育奠定基础,是当前各国体育课程改革的一个共同趋势。培养学生的终身体育能力,绝不能简单地认为学生具有一定的运动技术、技能和知识就能够实现,而要清楚地看到体育课程与知识、情感和管理运作这3方面的密切关系。体育能力包含身体基本活动能力、运动能力、自我锻炼能力、自我评价能力、适应能力及自创锻炼方法的能力等。

三、体育课程的实践

改革要坚持正确的方向,从实际出发,重视吸收和借鉴国内外先进的经验。根据教育部《纲要》的精神,体育部在全体教师中召开了教学工作系列会议,并展开了积极的讨论。讨论围绕中国人民大学体育教学改革的方向(体系、内容、方法、模式)、教学方法、考试内容与方法、教书育人等方面。

1. 充分利用现有条件、现有资源,提高教学质量,改变教学观念

大学体育教育的终身目的是通过学校体育教育增强学生的体质,促进学生的身心健

康;使学生热爱运动,养成运动习惯,体验运动乐趣,终身坚持。为实现目标,大学体育课程内容的设置应考虑科学性、实效性和趣味性,教学内容应综合化。在观念上,把以运动技术技能教学为主的教育向健全人格的全方位目标转变。以人为本,在意识、能力、习惯上塑造学生,力求终身受益,加强体育知识、健康理论、保健方法的传授,并尽可能多地开设运动项目,向学生展示体育的丰富多彩和愉悦其身心的魅力。

2. 努力建设有中国人民大学特色的体育教学模式

1) 教学特色

为实现大学体育的基本目标,在现有条件下,把体育教学作为大学教育教学的必修环节。改革势在必行,无论采用哪种形式,都必须通过体育教育使学生能够结合自身特点找出适合自己的1~2种锻炼方法。至少让学生学会一操一拳,即在一年级基础教学中、在提高身体素质的基础上,掌握一套中国人民大学自编的健美操或一套武术长拳,培养学生的学习和锻炼习惯,为第2学期向专项化教学、确定自己的兴趣特长做好充分的理论和技术上的准备。第2学期开始开设专项教学,在体能和技能达到一定水准的前提下,向兴趣化、多元化、技能化方向发展,学生可自主选择项目。三年级和研究生开设技术性和娱乐性较强的项目,如网球、游泳、体育舞蹈、散打等。

2) 科研特色

体育作为社会教育学科,充分依靠中国人民大学以人文社会科学为主的学科优势,紧紧围绕学校教育目标,充分利用共享资源,进行体育科学与研究。“科技奥运”、“绿色奥运”、“人文奥运”是北京2008年奥运会响亮的口号。中国人民大学“人文奥运”研究中心在北京申奥成功的第一时间成立,以前所未有的深度和广度参与到奥林匹克研究中来。“人文奥运”是3个理念中最重要、也最难把握的一个概念,它是2008年最为核心理念。北京奥运会成功与否相当意义上取决于对“人文奥运”理念的认识和在这种认识指导下的具体操作。积聚中国人民大学体育、中文、历史、伦理、社会、新闻、环境等多个学科和学生团体志愿者的研究中心,已成功举办多次高层次的学术论坛及项目研究。

奥林匹克的精髓是教育,教育是奥林匹克的出发点和归宿。顾拜旦从他开始恢复奥林匹克运动之初,就以教育为主线,他认为“在现代生活中最重要的是教育”。从这一思想出发,他的基本目的不是以奥林匹克运动去推动竞技运动,而是把竞技运动纳入教育,把体育纳入一般教育,进而把一般教育纳入人类文化和生活过程之中。奥林匹克主义认为,体育只有和教育、文化艺术紧密结合,才能更好地发挥其促进人类全面、和谐发展的功能。

日前体育部和人文奥运研究中心合作编写了国内第一部为普通高校学生量身订制的“奥林匹克文化教程”,并在2005级全体学生中开课,课程将延续至2008年奥运会。

四、结语

创造有中国特色一流大学的体育教育工作不是一朝一夕的事,需要做多方面的艰苦努力,不断地探索、改革、完善,需要有脚踏实地的风格。努力把学校体育工作和中国人民大学各项改革措施接轨,努力使体育工作与学校提出的“建设以人文社会科学为主的一流大学”的总目标相适应。

加强培养学生创造力是体育教学的必然趋势

中国人民大学 姜明山

摘 要 培养学生的创造力是开发人潜力的需要,是体育教学融入教育改革大潮的需要,是迎接知识经济时代挑战、培养创造型人才的需要。针对体育教学中缺乏创造力教学这一现状,从体育教学中培养学生创造力的必要性、外因条件及有效途径3方面进行阐述,以进一步拓宽教学思路,加大体育教学改革的力度。

关键词 创造力 培养 有效途径

《中共中央国务院关于深化教育改革全面推进素质教育的决定》中强调指出,实施素质教育,应“以培养学生创新精神和实践能力为重点”,而学校体育是培养学生创新精神和实践能力的有效途径。

体育教学相对于其他学科来讲有其特殊性,而现阶段整齐划一、循规蹈矩的教学模式严重制约着学生创造性思维及创造个性的发展。体育教学目前缺乏全面、完整、系统的理论体系,很多独特、有创造性的教学方法、教学模式还没有得到认可。

培养学生的创造力是一个渐进的过程,体育教师应根据不同的教学对象、教学内容,采用不同的教学方法,充分利用体育教学中培养学生创造力的必要性、外因条件及有效途径,以进一步拓宽教学思路,加大体育教学改革力度。

一、体育教学中培养学生创造力的必要性

1. 现代化社会发展的需求

人是推动社会进步与发展的主导因素,是社会一切物质财富和精神文明的创造者,重视人的创造发展就是推动社会发展。随着社会的进步,科学技术的迅猛发展,生活方式的日渐改变,没有别出心裁、独树一帜的工作方法,便很难在行业中有立足之地。创造教育是开发人才资源、提高劳动力素质、保持较高劳动生产率和竞争力的重要支柱。因此,教育必须把培养人“有推动社会进步”的能力作为己任。没有创造力,人类便只能停止在一个水准,社会就不会前进,所以具有创造能力的人才未来社会发展需要的。

2. 符合现代教学论

现代教学论的精髓是“以教师为主导,学生为主体”,而传统体育教学的主要弊端在于“教者发令,学者强应,身顺而心违”。教师将练习方法硬塞给学生,把学生置于“被锻炼,被训练”的被动从属地位,学生只是被动机械地模仿,“学”和“乐”的因素被忽视,教学内容在低水平上反复重复,教学方法机械单一,学生创造性思维匮乏,毫无个性可言。同时,只重视课本知识中技术动作的传授和基本技能的训练,忽视学生能力的提高和思维的培养以及学生在认识过程中的主体作用。

3. 个体身心发展的需要

国外的大量实验及心理学家研究表明,青少年阶段由于记忆力强、想象力丰富、大脑思维活动活跃,因此其创造力发展正处于黄金季节,这种能力在所认同的所有能力中,其受遗传因素影响程度相对较小。体育教学若能充分发挥学生的主观能动性,让学生去发展认知一些运动规律、运动的特性,则既有利于加强学习深度,也有利于激发学习动机,对创新思维的发展能起到更大的作用。

4. 终身体育发展的需要

学生时代是形成人格和个性社会化的重要时期。学生在未来发展中将处于何种环境和条件、进行何种类型的运动,这都取决于创新意识的良好培养。学生将来不能总是机械性地再现教师所教的动作,也不可能按照教师所传授的有限的几个运动技术去解决将来可能遇到的各种运动问题。

如何使体育运动贯穿终身,这就要求学校体育教学阶段要培养学生对体育学习的兴趣,提高学生对体育学习的认识,培养他们的能力,能够有积极主动参加体育运动的习惯及使他们从学校体育学习中得到成功的体验等,进而培养学生终身健康与终身体育的意识和行为。

二、体育教学中培养学生创造力应创设的外因条件

教学实践离不开课堂教学,课堂是培养学生创新精神和实践能力的主战场。课堂教学中,师生关系和谐是培养创造力的基础;教师创造性地教是培养创造力的前提;激励学生创造性的学是培养创造力的保证;及时反馈鼓励是培养创造力的得力措施。

1. 改变旧的教学模式,教养学生的直觉思维习惯

旧的以知识技能传授为宗旨的体育课堂教学模式,指的是传统的教师教、学生被动地学的教学形式,它往往先给学生一个完整标准的技术动作,然后指挥学生由分解到完整。

众所周知,任何发明创造都是从直觉开始的,学生是先有想法才主动练习、验证,而不是在练习验证中寻找想法。他们的想法常常是不完整的,但从问题的解决方面来讲,不完善的想法比没有想法要更有价值的多。

因此,教师在课堂教学中要防止那些有良好直觉的学生受到冷落,要面向全体学生,充分发挥他们的主体作用,给他们发明创造的机会。首先鼓励学生猜想、想象,接着让学生自己加以练习验证;其次要借助于发展学生的自信和勇气去培养学生的直觉思维,要求教师不是一味地指导学生练习,而是不时地给学生问题,让学生在尝试、试验、讨论过程中体验成功的感觉。久而久之,学生才有勇气去猜想,甚至对教师的要求提出看法。

2. 改变旧的教学方法,培养学生创造性的思维能力

以往在应试教育的传统模式下,总是教师教什么,学生就学什么,根本谈不上创新。现在我们在实际教学中,就是要改变这种以教师讲解为主体的倒置局面,让学生由被动学习变为主动地学习。而学生主动学习思考的基本前提是在特定时空内对特定学习内容产生学习需要,根据学生的需要深入课题,并把这种需要贯穿于课堂教学的始终,使学生不断产生新的需要,从而主动地进行思考,提高学生创新思维的能力。

现在的学生,他们的脑海中并非一片空白,只要平时在具体的体育教学中,善于启发与诱导,就会收到事半功倍的效果。

3. 更新教师的教学观念, 建立和谐、宽松、民主的课堂教学环境

若想在教学中培养学生的创造力, 则教师必须首先成为一个具有个性和创新精神的人。一个循规蹈矩、步人后尘, 不研究学生创新机制的教师, 不可能去超越常规教学模式, 大胆地创设培养学生创造力的教学环境。

创造性的本质是思维的活跃性, 而学生思维的活跃有赖于对教材和学练过程感兴趣, 有赖于学生身心的积极主动参与, 这就必须建立一个宽松、和谐、民主的教学环境。刻意培养学生创造力的现代课堂教学要求教师要不断更新观念, 引入新的教学思想和方法, 要能够引起学生学习动机, 继而引导学生端正态度, 然后激发学生学练兴趣, 发挥其能动性, 使课堂教学不仅作用于学生的认知层面, 刺激想象、鼓励情感投入, 还能大胆让学生自己假想, 最终使学生思维敏捷, 创造出新颖、独特的方法以及与众不同的合作等。

就体育教师来讲, 谁能使学生对重复的、有的还是较为枯燥的或是远离生活实践的体育知识和技术产生亲切感、新鲜感, 谁就真正掌握了教育的艺术。

4. 发挥体育的自身优势, 给学生一个充分发展的机会

体育对学生创新精神与能力的培养, 不但具有自身的学科优势, 而且还具有广阔的空间和氛围。因此应借助体育教学的自身优势, 在传授知识与技能中, 充分发挥体育的健体、促智、审美、益心等多功能的教育性, 给学生一个选择的机会, 使学生的创新精神得到培养, 创造能力得到提高。

选择是多方面的, 但要根据需要来选择。如认知过程中的选择可以诱导学生产生认知冲突, 使他们感到解决矛盾冲突的唯一办法是创造性学习, 选择情感融洽的有利于实现自我创新活动的练习群体; 选择有利于展现自己能力的练习方式等。只要选择就有兴趣, 兴趣能激发创造。

5. 提供一定的时间和空间, 给学生一个充分展现的机会

推行素质教育的今天, 要求每位体育教师要扶持学生的独立见解, 促其养成勇于假想、独立思考的习惯, 造就富有个性的青少年一代。所以, 在体育教学中要给学生提供一定的独立练习的时间和独立思维的空间, 在形成技能的练习中让学生自我展现, 展现自己的独立个性、创造能力、实践中的创新成果, 这种展现又推动着他们去思考、创新。

三、体育教学中培养学生创造力的有效途径

1. 利用各种手段, 诱发想象思维

想象是思维活动中最具活力的一个方面, 它有利于打破思维定式, 开启学生的创造性思维。

在体育教学中, 可以用准确优美的动作示范、生动形象的语言描述引导学生想象。如足球教学中采用“踢球时摆腿如鞭抽”的形象语言描述, 同时再作优美的动作示范, 通过直观观察和语言启发, 使学生初步感知动作表象, 了解动作的程序、结构, 明确动作的时间与空间的关系, 建立理念与实践之间的联系。由于直观感知、记忆, 头脑中储存有多种多样的表象, 便于展开联想和想象。

也可以利用原型启发、诱发思考, 促进学生想象。原型启发是指从事物的相似和类比中看到或发现解决问题的途径。人类科学技术发展历史证明: 应用原型启发解决问题, 是引发创造、发明的主要思维方法。比如讲“蹲距式”起跑的工作原理时, 可用压缩弹簧

作类比,从类比中悟出动作的本质,从类似和类比中探求科学规律,深入浅出地激发学生创造欲望,逐步培养想象能力。

2. 创设问题情境,激发积极思维

创造活动是一种高级的脑力劳动。在教学中教师要善于提出问题,创造情境,激发学生积极思考。提出的问题应紧密结合教学内容,可以是实际问题,也可是理论问题。在体育运动中,一个人从出生到成人已学过很多的基本技术动作,这些材料以表象和概念的形式保存在记忆中,当学生遇有新的问题时,就能从记忆中提取现成的表象经验或概念,通过学生的思维来解决存在的技术或战术问题,这有利于学生创造性思维的培养。

3. 多方开拓思维,培养发散性思维

发散思维是从多方面寻求解决问题的心理过程。教师应根据学生的实际和认知水平,创设一种启发式的辐射性的问题,这些问题应该是一题多解、一题多答式的。

例如,在足球攻防战术配合教学中,学生往往会设想出各种各样的战术配合,作为教师不能只采用传统的教学方法以教科书照本宣讲,而是应引导学生运用相关的足球战术知识,进行进一步的探索和研究,形成可行的攻防配合技术,然后教师再进行讲评,从而形成以“归纳性”为主、“演绎式”为辅的教学模式,改变以往教师没讲过的学生不敢想,教师没做过的学生不敢做的学习方法,重视学生创新素质的培养。

4. 积累知识经验,打好扎实基础

从某种意义上来说,创造活动不是别的,恰恰是一种创造性地组织知识经验的活动。因此在教学中,必须要求和帮助学生不断积累知识经验,为进行创造性活动打下扎实的基础。这样才有助于学生迁移能力的形成,让学生在教学中通过对体育基础知识、基本技能的掌握,达到将来能举一反三、触类旁通的教学目的。

综上所述,在体育教学中,坚持以发展为主旨、教师为主导、教材为主源、学生为主体,通过科学的教学手段,培养学生敏锐的观察力、集中的注意力、高效的记忆力、创造性的思维能力和创造性技能,以开发学生的创造能力为目标的体育教学体系。在体育教学中渗透创造教育,努力挖掘一切有利于进行创造教育的因素,在课堂教学中不失时机地对学生进行创造性思维的训练,发掘每个学生的独特个性和素质,并使之创造性地发展,对发展和培养学生的创新素质具有十分重要的意义和作用。

参 考 文 献

- [1] 周连锦. 体育教学中如何培养学生的创造思维 [J]. 体育教学, 2000 (1).
- [2] 韩英灵. 体育教学中培养学生创造精神的实践 [J]. 体育教学, 2000 (4).
- [3] 管水法. 体育教学实施素质教育六要 [J]. 中国学校体育, 2000 (5).