

赏识教育在高校体育教学中的有效运用

李遥远

(贵州工程应用技术学院, 贵州 毕节 551700)

摘要: 高校学生普遍存在喜欢自己进行体育运动, 但是对于体育课缺乏兴趣的情况。在高校教育教学中, 体育教育在其中有着十分重要的作用和地位, 但是实际情况却是不然。赏识教育经过大量教学实践验证, 将其应用在体育教学中, 可以高效促进其发展。本文以高校体育教学为讨论目标, 分析赏识教育应用的作用与意义, 讨论教育方法, 旨在为高校体育教学改革提供借鉴。

关键词: 赏识教育 高校 体育教学 有效运用

DOI: 10.12319/j.issn.2096-1200.2022.18.144

赏识教育的基本入手点是认识和尊重人的个体差异, 基本理念是人性化地开展教育教学活动, 在实际教学中, 该理念着重关注个人特色, 注重强化对学生的鼓励与激励。应用赏识教育开展教学活动, 学生与教师自始至终都处于相互平等、相互尊重的氛围中, 学生可以感受到教师对于自身的重视, 满足学生的自尊心。赏识教育的本质是“爱的教育”, 这对于学生逐渐树立和增强自信心, 构建正确、积极的价值观、人生观、世界观有明确意义。在高校体育教学中应用赏识教育, 能够帮助体育教育可持续健康发展。

一、高校体育教学中运用赏识教育的必要性

体育教学是在教师的讲解以及学生的学习下, 由教师向学生教授体育知识与技巧, 让学生可以系统掌握与运动相关的技术、技能等, 同时通过体育锻炼提升身体素质与学生的运动能力。高校学生的年龄范围一般在17~23岁, 处于青年阶段的中期, 正是身心不断发展与完善的时期, 学生在身体潜能、运动能力、心智功能等方面可以更好地挖掘, 但是由于受到先天遗传、儿童与少年时期体育教学情况不同的影响, 学生的身体、心理、运动的素质与能力会存在较大的差距。高校学生的情况大致可以分为以下三种。第一, 身体条件较为良好, 热爱体育运动, 在小学以及中学均保持良好的体育运动习惯, 身体素质与运动能力均优良, 身体反应与协调能力、肢体模仿能力较强, 在体育课堂中表现较为活跃, 成绩更加优异。第二, 身体条件与体能状况一般, 身体素质发展较为不均衡, 对于体育课存在一定兴趣, 配合参与体育运动, 锻炼身体的主动性与自主性不良。第三, 身体条件与身体素质均较差, 日常很少锻炼, 一般跑跳能力欠缺, 成绩较差, 在体育教学中属于差生。

赏识教育作为一种教育方法, 对于上述三种学生均可以应用。第一种学生的心理状况一般有两种, 第一, 在体育课堂中存在较高的参与积极性, 练习有自觉性, 在学生中担当教育教学的骨干, 体育成绩良好。第二, 认为自己具备优良的体质和体能方面的优势, 对于目前情况有所满足, 练习不认真, 不想再挖掘潜力, 体育成绩达到良好就感觉满足。第二类与第三类是学生群体中大多数, 也是赏识教育的主要对象。这些学生由于体质、素质较差, 在掌握体育技能方面存在一定困难^[1]。对于这类学生, 当其出现很小的进步时, 教师就应该及时给予鼓励和支持, 使其能够克服自身的自卑与胆怯想法, 防止其因自身运动能力较差而产生自卑情绪, 导致继续努力学习的信息被动摇。实际教学工作开展过程中, 教师应当为该类学生提供支持, 激发起不畏困难、勇于向前的勇气与精神, 在学生取得一定进步之后要给予学生充分的表扬以及鼓励, 实现对学生学习积极性的有效调动。另外, 教学过程中, 教师应当注重集体力量的充分发挥, 通过同学之间的互相帮助、扶持, 鼓舞身体素质较差的学生积极参与体育活动, 在同学关心以及期待的加持下, 使得相关学生的主观能动性可以得到充分调动。除此之外, 教师对于学生在体质、体能等方面表现出来的暂时落后的情况, 需要客观分析, 找到造成这种情况的源头, 制定的解决措施才能具备针对性, 从而有效克服问题。

一部分高校大学生的身体素质以及运动能力相对较弱, 但是他们的可塑性与发展潜力很大。分析原因主要是多数学生在儿童、少年时期没有养成体育锻炼的习惯, 健康意识较差, 由于没有长期进行体育锻炼, 身体健康状况也较差, 跑跳能力与身体协调性、力量感不佳。大学生的身体素质逐渐下降已经是一类非常严重的问题, 因此相关

教育工作者必须更多地利用激励方法,引导学生参与体育运动,使其可以全面、综合发展,在保证身体健康的前提下,进一步提升其学习专注度。只有同时拥有强健的体魄以及牢固的科学文化知识,才能实现自身的高效发展,进而为社会建设做出贡献。

二、高校体育教学中赏识教育模式的运用原则

(一) 适时原则

在进行赏识教育的过程中,教师应当有针对性地对学生进行鼓励,如篮球、足球、羽毛球等球类运动,一些学生的兴趣十分浓厚,并且经验丰富、技术高超,其平时考核成绩分数就会很高,有些学生难免会出现骄傲得意心理。针对该类学生,为防止其骄傲自满,教师应当采用抑制性赏识的方式对其进行教育,使其可以明确认识自身的不足,进而采取有效的措施对自身能力进行完善。但是对于体育这门学科,由于学生自身的身体素质存在差异,同时个人喜好不同,选择的运动项目也不尽相同,在教学时,十分容易出现层次分化,作为体育教师,需要及时关注学生的动态变化与发展需求,一旦发现学生存在感情盲点,就应该及时给予剖析和激励。

(二) 适度原则

从教育角度来看,体育教学过程中有效进行赏识教育具有一定的复杂性,需要同时对学生进行表扬以及批评才能使得学生对自身有一个正确的认知,如果只是单一地对学生进行表扬或者批评都会在学生的心里层面造成不良影响。因此,运用赏识教育需要严格遵循适度原则,将表扬放在主要表现层面,将批评放在次要辅助层面,让学生的人格可以良性发展,使其能够正确认识自身的价值。教师若要正确使用赏识教育,还应该对学生的身体与心理状况进行全面分析,了解学生真实的心理需求,根据学生的心理给予相应的表扬或鼓励,该种方式并不仅仅是为了达成对学生进行表扬的目的,而是对学生发自内心的赞赏,如果教师无法秉承正确的赏识教育态度会让学生感受到该种教育模式十分虚伪,不利于教育教学工作的高效开展。

(三) 真诚原则

大量研究表明,过度表扬会导致学生出现逆反心理,该种现象也被称为“超限效应”。在对学生进行表扬时,部分教师总是会选择几十个十分空洞的词汇,例如“太棒了”“真不错”等等,但是长时间应用该类词汇对学生进行表扬,学生会将其视为敷衍,从而导致相应表扬不再具有任何实际价值。所以教师在运用赏识教育时,应当秉承真诚原则,在真正态度的作用下,即使一个眼神、略微的点头

也会让学生感受到赞许,从而发挥出赏识教育的真正价值^[2]。

三、高校体育教学中赏识教育的具体运用方式

(一) 树立理念

为保证赏识教育的正确应用与积极落实,高校体育教师需要主动树立赏识教育理念,对于赏识教育的教学意义有明确理解。学校需要加强对体育教师开展赏识教育理论培训工作,让体育教师在学习、培训过程中不断认识和加深理解赏识教育对学生身心健康与核心素养发展的作用与意义。基于此,教师会在今后的体育教学中,公平对待每一位同学,用赏识的眼光积极发现学生的优点,这对于增强学生自信心、激发学生学习积极性有明显效果。教师也要转变以往体罚的恶劣习惯,当学生出现错误要善意提醒,重复讲解与演示学习方法与效果,在纠正学生错误的同时也维护了学生的自尊心。除此之外,教师还需要告知学生要自我欣赏,挖掘自身的运动潜力,增强自信心,利于学生积极主动的学习。最后,将教学评估体系进行健全和完善,将体育赏识教学成果纳入体系之中,让教师能够进一步了解赏识教育的作用与意义,提高教学质量。

(二) 挖掘优点

发现学生身上具备的优点与闪光点是赏识教育方法的核心内容,当教师发现学生的优点之后要给予学生充分的鼓励,同时将优点进行放大。在高校体育教学中,教师需要发现和挖掘学生的每一个进步,也要对学生的进步给出肯定和夸奖。如高校篮球体育教学,教学指导学生进行三步上篮,在教师演示之后,一些没有基础的学生可能一时间难以掌握上篮的步伐要点,但是在教师的指导下以及自身的多次练习下,学生也能轻易、准确掌握,此时教师就应该对这些取得进步的学生进行夸奖,不要吝啬表扬的话语,如“做得不错,进步很快,多练几次会更好的”等,学生也会感受到自己的努力得到了认可,学生今后学习篮球的信心也会大大增加,从而推动篮球教育教学活动的进展。因此,在高校体育教学中应用赏识教育,能够让学生因此感受到快乐,能够让学生从教师的夸奖与激励中获得更多的自信心,从而可以对体育学习投入更多的精力,在有限的课堂教学中专注学习。如此一来,教师也能够感受到教学效果的体现,从而为学生教授更多知识,促进学生能够学习更多的体育技能。

(三) 创造机会

在高校体育教学中采用赏识教育方法,教师需要积极为学生创造机会,让学生充分体会到成功的收获感与满足感,这项内容在赏识教育中是十分重要的。当学生体会多

次成功的成就感之后，就会在生活、学习的方方面面发生较大变化，如学生的自我约束能力、自我管理意识不断增强；在体育方面，学生也会产生更多学习和应用体育知识和技能 的自信心。久而久之，上述在赏识教育中获得的良好品质会逐渐融入学生的内心，成为身体与意识的习惯。这种健康、积极的人格在学生今后的学习、生活乃至工作中都会得到良好的体现，特别是在学生面对压力的时候，这些潜在的能力就会被充分地发挥出来，帮助学生渡过难关。在高校体育教学中，教师会有很多创造成功环境的机会，使学生获取成就感与满足感。如在课内篮球比赛中，教师稍微更改一下规则，降低难度，使得技能差的同学可以获得更高的得分概率，使得相关同学在课堂上可以获得更多成就感。在教学中，也可以通过推选骨干、树立榜样作用，让优秀的学生体验到成功，激励其不断进取变得更加优秀，这些学生也为其他学生树立典范，使学生的体育知识掌握水平以及体育技巧应用能力可以得到协调发展。

（四）营造氛围

高校需要完善赏识教育的模式，使理念作用充分发挥，彰显教学优势。学校需要为学生营造赏识教育环境，构建好体育人文教育平台。教师需要据此为学生营造和谐、轻松、民主的课堂氛围，让学生可以在学习时感觉快乐和愉悦，并且用欣赏的眼光看待自己和他人。在体育的实际教学中，教师也应该积极选择多样化的教学方式，例如小组合作教学、分层异步教学等。小组学习是将拥有不同特长的学生分到一个小组中，这样能够帮助学生积极发现自身的优点，了解自身在小组任务中的价值，同时也有利于学生之间相互学习、取长补短，从而让自己掌握更多技能。除此之外，高校体育赏识教学也应该适当增加互动环节，活跃课堂氛围，激发学生兴趣，使其积极主动参与到课堂教学活动中。例如，教师可以通过表扬学生，并让该学生向其他学生演示相关技巧，这能够增加同学之间的互动，让学生通过自我表现以及互动，使学生获得成就感，让学生可以更加自信。

四、实践案例

为了进一步讨论赏识教育在高校体育教学中的作用，本文开展赏识教育实践研究。研究选取80名同一高校一年级学生作为案例目标，根据其所在班级进行分组，各40名。在研究之前向全部对象发放调查问卷，了解学生的体育运动技能与技巧，调研结束后对学生 进行二次测试。研究的评价指标主要包含学生的学习兴趣、学习态度与教学质量，从而全面分析赏识教育的效果。最终收集的数据利

用Excel和SPSS21.0完成。首先，将两个班级分别命名为研究组与对照组，研究组应用赏识教育完成体育教学，而对照组应用传统教学方法完成体育教学，整个研究期限为1学期。在研究前，两个班级的学生掌握的体育运动技能、技巧以及对体育科的兴趣数据结果相似，学习动机与学习效率同样相差无几。但是在研究结束后，两个班级学生的评价结果却出现了明显的差异。在研究前，两个班级学生对于体育课的兴趣均在60%左右，多数学生认为体育锻炼对于自身成长有积极意义，自己可以在体育课堂中感受体育学习与运动带来的愉悦感。但是在研究后，对照组班级的学生对于体育课程的兴趣没有发生较大变化，而研究组班级的学生对于体育课程的兴趣却显著提升，从最初的60%提高到90%。说明研究组的学生在体育课堂中自己感受到了以往体育学习与锻炼没有过的愉悦感，并且自己的自信心与收获感也大大增加。在关于自己的体育掌握知识与能力是否存在提升的评价中，对照组有41%，而研究组却有74%的学生认为自己有了进步，还有26%的学生认为自己有了很大进步。这些学生认为自己之前身体素质与体质较差，在体育课堂中通常不敢主动参与训练，即便参与运动也是运动程度较低的项目，对于自己的体育能力有较强的否定感。但是在应用创新教学方式之后，学生也可以发现自身原本被掩盖的闪光点，这对于提升学生的自信心有着重要的现实意义。在学生自信心显著增强以后，其对于各项体育运动的信心也会显著增强，从而勇于挑战自己以前不敢接触的运动，并在相关运动当中获得成就感、满足感，使得自身的身体素质也能得到进一步增强。由此可见，赏识教育对于学生学习体育有良好的促进效果，可以有效帮助学生健康成长。

五、结语

赏识教育是现代社会发展的新型教育理念，是一种人文关怀精神的体现。高校体育教师需要充分认识到赏识教育对于体育教学的作用和意义，正确利用这一教学方案，有效激发学生的学习兴趣与积极性，提高学生自主学习能力，使其了解主体意识的重要性，让学生全面、综合发展，满足社会对人才的需求，推动高校体育教学目标的实现。

参考文献

- [1]高小爱.全民健身时代高校体育教育教学现状及发展[J].食品研究与开发,2021,42(17):238.
- [2]王佳.浅析赏识教育在体育教学中的运用[J].才智,2019(33):149-149.