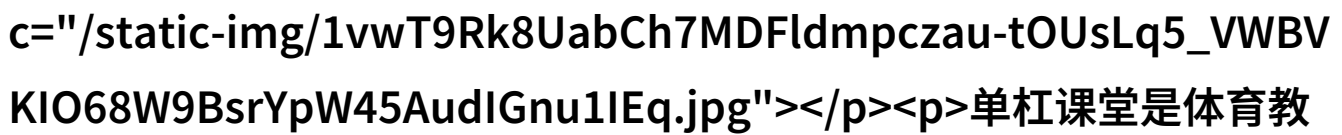


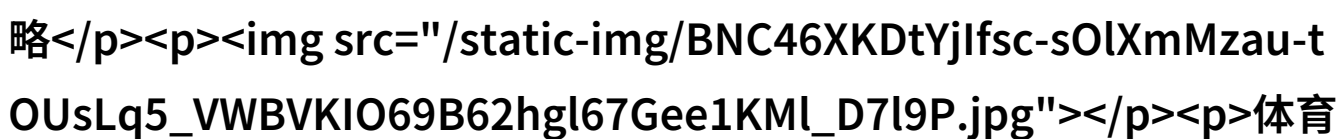
# 体育老师的单杠课堂助力学生全面发展

体育老师在单杠课上了一节课网站作为主题的选择



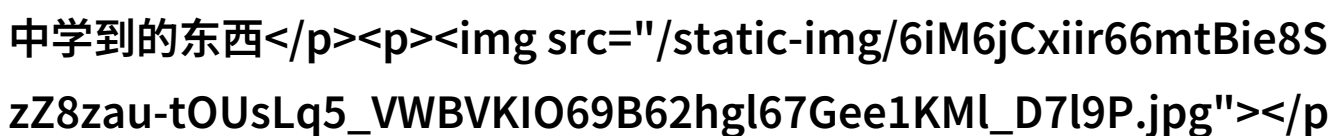
单杠课堂是体育教学中的一个重要组成部分，它不仅锻炼了学生们的体能，还培养了他们的协调性和平衡能力。通过这一课程，学生们能够更好地理解和掌握各种运动技能，为将来的运动生涯打下坚实基础。

教学方法与策略



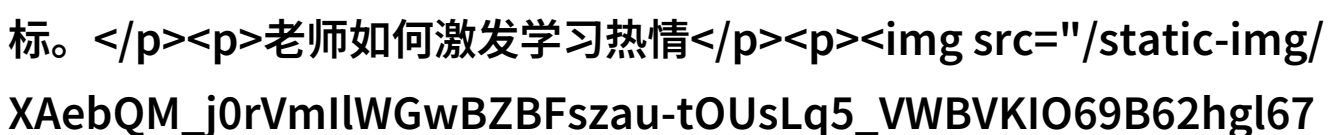
体育老师通常会采用互动式教学法，让学生们参与到每一个训练环节中来，这样可以增强他们对知识点的理解和记忆，同时也提高了学习兴趣。另外，老师还会根据不同学生的身体条件和特点，制定相应的个性化训练计划，以确保每个孩子都能得到有效的地面教导。

学生如何从中学到的东西



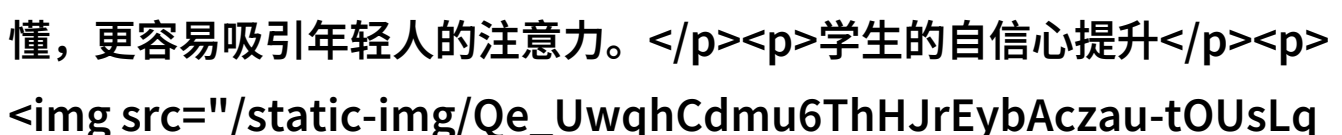
在这门课上，学生们学会了如何正确使用单杠进行各种动作，如攀爬、翻越等。这不仅提升了他们的手眼协调能力，也锻炼了耐心和毅力，因为这些动作往往需要多次尝试才能完成。此外，这样的训练还增强了团队合作意识，因为在某些项目中，同学们需要互相帮助以达成目标。

老师如何激发学习热情



体育老师常常运用激励机制来鼓励学生，在单杠上取得小小进步时给予表扬，并为表现出色的同学设立奖励制度。这不仅让孩子感到被认可，也增加了他们继续努力学习新技能的动力。此外，通过游戏化教学方式，使得枯燥乏味的小技巧变得有趣易懂，更容易吸引年轻人的注意力。

学生的自信心提升



经过一段时

间在单杠上的持续训练，不少孩子开始感受到自己的力量增长，他们能够完成之前难以企及的事情，从而获得极大的满足感和自豪感。这种积极的情绪反馈又进一步促使他们更加渴望挑战更多困难任务，最终形成了一种良好的自我驱动机制。

长远影响与社会意义

这门课程对未来的职业发展具有不可估量价值，无论是成为专业运动员还是普通市民，都需要具备良好的身体素质。在日常生活中，即便没有正式参加竞赛，但拥有健康体魄也能提高生活质量、工作效率，对于构建一个健康向上的社会环境也有着积极作用。

[下载本文pdf文件](/pdf/465205-体育老师的单杠课堂助力学生全面发展.pdf)