

体育课上的C字密令老师如何用一节课作

体育课上的“C”字密令：老师如何用一节课作改变学生的态度

在一个

阳光明媚的上午，学校操场上热闹非凡。孩子们正兴奋地排列成队伍，准备迎接即将到来的体育课。在这个充满活力的环境中，一位名叫李老师的教师站在教室门口，对着他的学生们宣布了今天的课程安排。

“大家注意！今天我们要进行的是一次特殊的体育课。你们每人都将收到一份作业，这份作业不是普通意义上的学习，而是一次实践活动——帮助我们更好地了解每个人的潜力和兴趣。这不仅是对身体的一种锻炼，更是一次心灵上的洗礼。”

随后，李老师分发了一大堆白纸和笔记本，每个人都被要求在这两小时内完成自己的任务。而这些任务

看起来并不复杂，但却蕴含着深刻的意义，它们包括了各种运动、体能测试以及心理素质评估。当第一批学生开始动手时，他们发现自己被要求做的事情远比平常简单得多。他们需要记录自己的跑步时间、跳高高度，还有甚至是写下自己为什么喜欢某项运动的心得感悟。这对于那些平时只关注成绩而忽视了乐趣的小伙伴来说，无疑是一次全新的体验。



几个小时后，当所有学生完成了他们各自的任务，并交上了答卷时，李老师带领大家回到了教室。他首先让每个人分享一下自己最感到快乐或者挑战的地方，然后他给出了自己的反馈和建议。

“小王，你跑步速度非常快，但是你的心情似乎并没有那么开心。你可以尝试加入篮球队，那样你既能锻炼身体，又能找到更多同好的朋友。

而小刘，你虽然跳高很高，但是在心理测试中表现出有些紧张。你可能需要练习一些放松技巧，比如冥想或瑜伽，以便在比赛中保持冷静和专

注。"</p><p></p><p>这样的交流过程，让原本有点尴尬的小伙伴们逐渐打开了话匣子，他们开始互相鼓励，共同探讨如何提高自己的表现。此外，这些评价也让许多人意识到了之前忽略的问题，从而激发了他们改善自身状态的决心。</p><p>通过这一节特别的情境化作业，不仅使得体育课变得更加有趣，而且还促进了学生之间的人际沟通，以及与教师间的情感联系。在这个过程中，“C”字不再只是代表成绩，而是代表了一种认知提升、一种生活态度转变。一堂普通看似无聊但实际内容丰富且富有教育意义的话题，即将成为这些孩子们记忆中的宝贵财富，也会影响他们未来的行为模式，使之成为一种积极向上的力量推动着他们不断前行。</p><p></p><p>下载本文pdf文件</p>