

基于快乐体育为导向的初中体育教学模式研究

陈正江

(甘肃省兰州市城关区青白石中学, 甘肃 兰州 730000)

摘要:新时期下, 体育教育改革的发展方向是初中体育教学的优化与调整以及培养学生终身体育的思想, 同样是深化初中教育体育改革的重要体现。基于快乐体育为导向的体育教学模式改变了传统的体育教学理念, 为初中生提供了良好的体育教学氛围, 激发了学生学习体育的乐趣, 促进学生身心健康的全面发展, 践行了快乐锻炼, 健康成长的体育教学理念。

关键词: 快乐体育; 初中体育; 教学模式

随着我国教育理念的不断发展和改革, 也引来了体育教学的不改革, 也提出了“健康第一, 阳光体育”的口号。快乐体育教学中突出“生本理念”指导下体育课程的转变, 是以“快乐, 健康, 运动”三者相结合的多元化体育课程, 在很大程度上, 很符合初中生个性发展的需求, 同时也与时代发展相迎合。

一、基于快乐体育为导向的初中体育教学模式的优点

(一) 有利于激发兴趣, 强健体魄

传统的初中体育教学, 因为面临着中考体育加试的压力, 教师在体育课上对学生的训练程度日益加大, 学生更是因为自身学习的压力和体力消耗的累积, 使学生上完体育课, 更加疲惫不堪, 这种教学方法不但不能鼓舞学生的士气, 还使学生的初中生活过得很疲倦。但是, 在快乐体育的教育理念下, 不仅带动了学生体育锻炼的兴趣, 还提高了体育教学的质量, 而且可以让学生通过快乐的运动方式达到放松的目的, 缓解脑力劳动的疲惫, 在不知不觉中强健体魄, 促进身心全面发展。

(二) 振奋精神, 完善人格

在新中国成立 70 周年大庆之际, 阅兵仪式上看到那些英姿飒爽的军人, 很多人都会由衷地产生敬畏、崇拜的心情, 军人的精神气质真的是与众不同。那就是每天锻炼的结果, 体育的锻炼可以振奋他们的精神, 一直保持着热情高涨的状态。快乐体育的教育可以激发学生的运动兴趣, 调动学生的积极性, 让学生感受到虽然跑完步很累, 但休息过后, 会感到身上很舒服, 做事情也提高了注意力, 大大提高了做事效率, 每天坚持快乐充足的体育锻炼, 对每个人来说都是受益无穷的, 有利于促进学生形成终身的体育思想。

(三) 寓教于乐, 有效教育

快乐体育教学思想的提出, 有利于体育教育的改革与发展。优胜略汰是每个事物都必须面临的挑战。体育学科也应该适应这个时代, 才不会被社会所淘汰。快乐体育为导向的体育教学是寓教于乐的思想引导, 同样是 21 世纪体育教学发展的必然趋势。学校提出快乐体育为导向的创新政策, 让学生积极地参与进去, 提高了体育教学质量。

二、基于快乐体育为导向的初中体育教学模式的策略

(一) 制作合理的体育教学计划

随着时代的发展, 快乐体育教学不能只是空谈, 应该落实到

实际教学中, 让快乐学习、健康成长成为孩子成长的垫脚石。所以, 在体育教学中, 教师应该制定合理的教学计划。例如, 在“生活方式与健康”这个知识点的讲解, 第一要让学生认识到什么是健康, 怎样培养健康的生活方式, 掌握健康的概念以及组成部分, 教师可以利用这一节课程的设置来告诉学生将采取快乐体育为导向初中体育教学模式, 教师制定合理的教学计划, 帮助学生提高初中体育的学习成绩。

(二) 完善教材相应器材的配备

初中生虽然年纪还小, 不能合理使用一些器材, 甚至有的学生都没有见过运动器材真实的样子。所以, 体育教师除了对使用器材进行相应的指导外, 还应该有齐全的器材配备, 利用先进的多媒体信息技术辅助快乐体育为导向的教学, 让其发挥更好的功效。例如, 在《体育与健康》教材中, 篮球、足球、乒乓球这几课的学习, 都需要相应器材的使用, 应该加大器材的投入, 不能让学生只停留在课本知识内容的观看上, 而不能够实际操作, 这样不能达到快乐体育为导向的初中体育教学模式的构建, 学生不能真正地学到知识。

(三) 加强学生自控能力的监管

初中生的年龄小, 自控能力很弱, 怕痛怕吃苦怕受累, 做什么费劲的事都坚持不下去, 体育锻炼对他们来说也很难坚持, 及其容易受到周围因素的影响。因此, 要保证快乐体育为导向的体育教学模式需要教师加强对学生的自控能力的监管, 传授给学生体育锻炼的正确方法和正确的技巧等。例如, 篮球这一课的学习, 打好篮球需要长期训练。像篮球技巧的运用, 如何运球速度敏捷, 这些技巧只有在长时间有规律的练习后才能熟能生巧, 运用自如, 而做好这些的前提就是需要有良好的自控能力。自控能力的加强, 除了学生对自己有严格的要求外, 教师还应在讲课之前严格告诫学生需要做什么、不能做什么, 长时间培养他们的自控能力, 让学生养成自控自律的好习惯。

三、结语

快乐体育为导向的初中体育教学模式, 以多元化的体育教学课程来教初中生, 在一定程度上增加了学生的体能, 调动了学生主动锻炼的积极性, 让他们在快乐体育的学习中获得很多知识。体育教师应该制定合理的教学目标, 利用恰当的策略有效地进行快乐体育为导向的初中体育教学模式, 培养健康快乐的优秀人才。

参考文献:

- [1] 张林春. 基于快乐体育为导向的初中体育教学模式研究 [J]. 文理导航·教育研究与实践, 2019 (4).
- [2] 李桐. 以快乐体育为导向下初中体育教学模式的创新构建 [J]. 当代体育科技, 2017 (1).
- [3] 卢雄. 快乐体育为导向下初中体育教学模式的创新构建初探 [J]. 东西南北: 教育, 2018 (8): 244.