初中体育教学中学生体育兴趣的培养策略

张海霞

辽宁省沈阳市浑南区英达中学，中国·辽宁　沈阳　110165

【摘　要】随着新课程改革的不断深化和“双减”政策的全面实施，初中体育教学的核心内容已经发生了深刻变革。教学目标已不再局限于应试教育下的体育达标，而是转向了促进学生身心全面发展的素质教育。在此背景下，广大体育教师积极探索教学方式的创新，力求激发学生对体育学习的浓厚兴趣，引导他们自觉、主动地投入体育锻炼之中。基于上述认识，笔者将详细阐述初中体育教学中培养学生兴趣的策略。

【关键词】初中体育；课堂教学；学习兴趣；策略

1　当下初中体育教学中学生体育兴趣问题的现状与挑战

在当今社会，初中体育教学中学生体育兴趣问题日益凸显出其现状与挑战。从广义上来讲，学生的体育兴趣是对某一体育项目或者体育活动持久、稳定的热爱和喜好，它可以调动学生的积极性、主动性和创造性。在现实中，初中生的体育兴趣并不尽如人意。

学生体育兴趣现状的描绘方面，研究发现普遍存在着一些不尽如人意的现象，如体育兴趣一般、课外活动缺乏等问题。许多学生更愿意投入电视、网络游戏中，而不是参加体育活动，这不仅影响了他们的身心健康，也限制了他们体育技能的提高以及体育精神的培养。这种状况的形成既有学生自身的原因，如缺乏运动习惯、体育能力不强等，也有学校体育教育的原因，如体育教学内容单一、教学方法落后等。

学生体育兴趣不足的挑战和影响关系甚大。这直接影响了初中生的身心健康状况。长期坐着不动或者沉迷于电脑游戏，导致他们的肥胖率、近视率等都呈上升趋势，严重威胁了他们的生活质量。缺乏对体育的兴趣也影响了学生的人生观、价值观的形成，特别是体育精神，如公平、拼搏、坚韧、团队合作等的培养。这对他们今后的生活、工作都需要相应的精神支撑和生活技能。

若深入探究体育兴趣的重要性，可以发现它对日常生活和全面发展影响巨大。对于初中生来说，强烈的体育兴趣可以有效保持积极向上的心态，使其在面对学习压力时能够保持清醒的头脑，处理各种挑战。体育兴趣意味着对活动的投入和快乐回报，是青少年心理健康和社会适应的重要因素。体育兴趣还可以提高学生的身体素质和运动技能，使其具备更强的生存能力，也可以通过体育活动，提高初中生的自尊心和自信心。

尽管目前初中体育教学中学生体育兴趣的问题令人担忧，但直面问题，适应儿童发展的需要和社会的趋势，是提高初中体育教学效果和推动学生健康发展的必然选择。有待教育者寻找更有针对性、更科学的方法去解决这个问题，不断推动体育教学的发展，以期给学生们带来更好的学习体验及身心健康。

2　初中体育教学中学生体育兴趣的培养策略

2.1　营造轻松愉悦氛围，增强自主学习兴趣

为了激发初中生对体育运动的热情，教师应致力于打造一个轻松愉悦的课堂环境。在这样一个放松而和谐的氛围中，学生能够以更加自在的心态投入各项体育活动之中，从而培养起对体育运动的浓厚兴趣。秉持着以学生为本的教学理念，教师可以赋予学生更多的课堂自主权，鼓励他们就体育运动的技巧与策略展开积极探讨。当学生在体育课上感受到自己的主体地位时，他们便会产生一种归属感，进而更加享受运动的乐趣。教师应扮演好引导者的角色，为学生解答在运动过程中遇到的疑惑，而非一味地安排枯燥乏味的体能训练。

例如，在教授足球运动时，教师可以先将班级分为若干小组，讲解完足球的基本知识后，让学生在小组内自由练习，或就一些战术问题展开讨论，互相指正彼此动作中的不足之处。待各小组协作练习完毕，教师再给予适当的点拨与指导。通过这种方式，学生不仅能掌握足球运动的基本技能，还能在团队合作中培养起良好的沟通与协调能力。在轻松愉悦的课堂氛围中，学生的运动热情必将被充分激发，体育素养也将得到全面提升。

2.2　丰富体育项目设置，激发学生参与热情

在体育教学过程中，单一枯燥的项目设置往往难以有效满足学生多样化的需求，进而导致他们参与运动的热情逐渐减退。为了充分激发学生对体育活动的兴趣，教师应当积极开发丰富多彩的课程内容，力求为学生提供更多选择的机会。通过精心设计不同类型、不同难度的运动项目，教师能够有效激发学生的好奇心和挑战欲，显著提高他们

投身体育锻炼的积极性。可以说，在体育教学中合理丰富项目设置，它不仅能够激发学生参与运动的内生动力，还能够帮助他们找到最适合自己的锻炼方式。

例如，在开展田径教学的过程中，教师可以充分考虑学生的身体条件和兴趣爱好，灵活组织短跑、中长跑、跳远、跳高等多个项目的练习。对于不同的运动项目，教师还可以因材施教，设计难度循序渐进的学习任务，使学生能够在一步步挑战自我中体验到成功的无穷喜悦。与此同时，教师还应当敏锐把握时代脉搏，适时引入一些新兴或小众的体育项目，如定向越野、飞盘等，以期最大限度地拓宽学生的运动视野，满足他们探索未知领域的内在需求。唯有如此，学生的运动热情才能持久不衰，体育课堂的吸引力也必将与日俱增。

2.3　融入趣味游戏元素，提升体育课堂吸引力

在体育教学过程中，枯燥乏味的练习往往是扼杀学生运动兴趣的一大“杀手”。为了让体育课堂焕发出勃勃生机，教师应当积极尝试融入趣味游戏元素，力求在寓教于乐中显著提升学生的参与度。通过精心设计富有趣味性的游戏环节，不仅能够充分调动学生的身体潜能，更能够牢牢吸引他们的注意力，使之全身心沉浸在体育学习的海洋中。可以说，游戏作为一种有效的教学手段，对于激发学生的运动热情，培养他们的体育兴趣，具有不可估量的积极作用。

例如，在开展体能训练的过程中，教师可以巧妙组织“接力跑”这一趣味游戏。将全班学生分为若干小组，每组成员轮流进行短距离冲刺跑，以最先完成接力的小组为胜。在这个过程中，学生不仅能够有效锻炼速度和耐力等基本素质，更能够切身体验到团队合作带来的无穷乐趣。再如，在进行篮球教学时，教师可以创新设计“投篮大赛”这一游戏环节，让学生分别从不同位置出手投篮，根据投中的难度系数和数量多寡来计算得分，最终评选出全班的投篮小王子。通过这种寓教于乐的形式，学生的投篮积极性和动作准确性都能够得到显著提高。

2.4　发挥竞赛独特优势，提升学生体育参与度

在体育教学中，竞赛发挥着不可替代的独特作用。首先，竞赛活动能够将单调乏味的练习转化为生动有趣的体验，使学生在轻松愉悦的氛围中掌握运动技能，提升学习效率。其次，竞赛蕴含着竞争与合作的双重因素，不仅有利于磨练学生的意志品质，还能够培养他们的社会交往能力。因此，体育教师应当充分认识到竞赛的独特价值，合理设计并组织各类竞赛活动，以期最大限度地调动学生参与体育锻炼的积极性，实现身心全面发展的教学目标。

举例来说，在开展足球教学的过程中，教师可以精心策划“足球争球赛”这一竞赛游戏，将全班学生分为两支队伍，在规定时间内，以控球时间长短来决定胜负。在这个过程中，学生需要积极跑动，抓住一切机会抢断对方的球权，这不仅能够有效增强他们的球感和防守意识，也有助于培养他们顽强拼搏、永不言弃的体育精神。再如，在进行武术教学时，教师可以创新设计“擒拿比赛”这一竞技游戏。两名学生按照一定的规则进行攻防对抗，以先擒拿到对手为胜。通过这种形式的竞赛，学生能够在实战对抗中灵活运用所学动作，不断提升临场应变能力，同时也能够深刻领悟尊重对手、服从裁判等体育道德准则。

2.5　利用多媒体信息化，激发学生体育学习兴趣

在现代教育的背景下，多媒体已然成为体育教学中一项不可或缺的辅助手段。通过合理运用多媒体展示丰富多彩的信息资源，教师能够有效拓宽学生的运动视野，使他们真切感受到体育运动的独特魅力，进而显著提升学习的主动性与积极性。与此同时，多媒体技术还能营造出逼真生动的学习情境，帮助学生准确建立起正确的动作表象，加深他们对运动技能的理解和掌握程度。

例如，在开展羽毛球教学的过程中，教师可以巧妙利用多媒体播放一些精彩纷呈的羽毛球比赛片段，引导学生欣赏和体会羽毛球运动所蕴含的速度与力量之美。在学生观看视频的同时，教师还可以针对选手的动作要领进行细致入微的讲解，以期加深学生对羽毛球运动的感性认识。在后续的练习环节，教师则可以灵活运用慢动作回放等技术功能，让学生反复观察并对比视频中的标准动作，自主找出并及时改正自身动作中存在的缺陷和不足。

3　结束语

综上所述，培养学生对体育学习的热爱，已成为初中体育教师肩负的重任，对于提升初中体育教学质量而言，意义深远。只有不断丰富体育项目设置，融入趣味游戏元素，发挥游戏独特优势，利用现代信息技术手段，精心设计练习内容，才能最大限度地调动学生参与体育活动的积极性，让他们在身心愉悦中享受运动的乐趣，养成终身锻炼的好习惯。

参考文献：

[1]王勃，袁静.初中体育教学中学生体育兴趣培养的研究[J].体育科技，2022，43（01）：98-102.

[2]姚伟，张高峰.中学生体育兴趣研究及其教学策略[J].中国体育科技，2022，58（07）：82-85.

[3]赵飞，杨柳，罗凯明.学生体育兴趣的研究和培养策略[J].体育科研，2018，39（06）：68-71.