

初中体育与健康高效课堂的构建研究

邓永新

(广西梧州市夏郢初级中学, 广西 梧州 543005)

摘要: 本文首先围绕初中体育与健康高效课堂构建的重要意义展开探究, 然后通过详细分析初中体育与健康课堂教学现状以及存在的主要问题提出并且总结了一系列有利于高效课堂构建的策略方法, 以期对加强学校的体育工作, 整体提升体育与健康课程教学质量有些许参考与借鉴。

关键词: 初中; 体育与健康; 高效课堂; 构建策略

新课标要求现代化教育应注重学生德智体美劳全面发展, 体育作为其中的重要组成之一其整体教学质量受到了越来越多教师、学生乃至家长的关注。重视体育教学, 有利于为促进学生核心素养形成提供内在动力, 同时, 学生只有拥有健康的体魄才能高质量开展其他课程的学习。由此可见, 加强体育工作, 构建体育与健康高效课堂的重要性与紧迫性。

一、初中体育与健康高效课堂构建的重要意义

(一) 愉悦身心, 强身健体

基于终身体育理念的要求, 体育与健康课程应着重培养学生乐于锻炼的兴趣, 慢慢地, 让他们喜欢上这门课程, 同时以更加积极的姿态参与到课程的每项活动中。构建体育与健康高效课堂, 一方面, 不仅能够使学生在文化知识层面得到满足, 还能让学生收获更健康的身体, 另一方面还能令学生在释放紧张学习压力的同时身心得以放松与愉悦, 最终有利于促进智育与体育的协同发展。另外, 随着科学技术的不断发展, 人文体育精神逐渐受到了更多人关注, 尤其对于正处于敏感阶段的初中生而言, 他们更需要找到一个恰当的情感宣泄口。此时, 加强体育锻炼, 提高体育与健康课堂教学质量, 有利于学生通过体育锻炼这条途径很好地宣泄情绪, 最终有助于他们换一种心情和姿态投入到接下来的学习中, 这对实现高效学习是大有裨益的。

(二) 增强集体主义精神培养

集体主义精神更强调的是团队合作, 团结就是力量是亘古不变的真理。体育活动大多以团队形式开展, 其中就有能够促进团结奋进的教育部分。现阶段在初中体育与健康课堂教学过程中有很多涉及到小组合作、集体合作的体育项目, 如果学生能够全身心地参与其中, 那么对于本就处于叛逆期的初中生来讲无疑对他们合作意识与集体意识培养有着积极作用。以羽毛球双打练习为例, 不仅要求各方队员间具备良好的默契, 拧成一股绳, 而且他们还应合力灵活调整节奏, 这是取得胜利的基本保证。这样一来, 学生的打球水平有了明显提高, 更重要的是通过实际演练、比赛学生的集体意识与合作意识显著增强, 同时还有助于提高学生的观察力与细致程度, 进而为学生长远健康发展奠定坚实的基础。恰好高效的体育与健康课堂能够具体满足学生学习与教师教学的各方面需求, 是整体提高课程教学质量的根本保障。

二、初中体育与健康课程教学现状与存在的主要问题

(一) 课堂教学模式单一

尽管体育与健康课程配置有专门的教材, 但是很少有教师对其展开深入分析与研究。研究表明, 部分教师仍旧坚持传统的教学模式开展教学。在正式授课前, 教师先带领学生做热身运动, 先跑步再做拉伸。正式课堂上, 教师在做完演示之后将更多课堂时间留给了学生, 他们自主进行项目练习, 教师很少会针对每位学生的不足提出有效的优化建议。大部分学生只是机械式地进行

自主活动, 完成教师交代的任务。临近结束, 学生整队、下课。类似的教学模式缺乏一定创新性, 教学设计缺乏足够的吸引力。长此以往, 学生上课的欲望与兴趣可能会受到影响, 他们上课变得更加被动, 也有可能慢慢丧失对运动的热爱, 这对他们树立终身健康运动观念是相当不利的, 且与新课标提倡的“以生为本、因材施教”理念有明显出入。

(二) 教师教学能力薄弱

教师是教学活动的重要实施者与参与者, 他们的综合教学能力直接关系体育与健康课程的实际教学效果, 具体体现在合理的教学设计、科学的活动安排、准确的学情分析等方面。然而, 在现实中很少有教师完全具备以上所有能力, 有的教师在确定教学目标的时候并没有充分考虑到学生学情, 以至于教学目标设定偏离了学生实际情况; 有的则缺乏整体教学设计, 以至于在实际教学过程中忽视了教学内容的逻辑性与系统性, 很多时候只是按照教师的主观意愿对教学内容进行划分, 导致最终的教学效果不尽如人意。此外, 教师缺乏全局观教学思维, 很多时候只是将目光放在其中一堂课上, 反而忽视了单元或者主题教育教学的重要性, 这非常不利于体育与健康这门课程长远稳定发展。

(三) 教学内容有待丰富

教学内容是实施教学活动的重要基础保障, 大多时候初中体育与健康课程教学以基础性知识传授为主, 虽然学生能够学到与课程相关的基础性知识, 但是由于教学内容缺乏趣味性, 很多时候难以充分调动起来学生学习的积极主动性, 最终导致整体教学效果不佳, 学生对知识的记忆可能只是浮于表面, 难以充分发挥出来体育与健康课程教书育人的潜在作用。另外, 理论内容与实践内容衔接不紧密可能也是体育与健康课程教学存在的不足之处, 有的教师只关注理论讲解却很少引导学生进行针对性训练, 最终导致学生学得不精, 记得不深, 这直接制约着学生学习质量与效率的提升, 也不利于他们展开深度学习。

三、初中体育与健康高效课堂构建的有效策略

(一) 提升教师专业化能力, 培养优秀教学团队

教师综合教学能力和构建体育与健康课程高效课堂有着紧密的内在联系。鉴于课堂教学时间有限, 教师应不断提升自身教学设计能力、课堂组织能力、信息化教学能力、沟通交流能力等, 唯有如此, 才能确保在有限的教学时间内获得更大的教学效益, 进而显著提升课堂教学有效性, 为高效课堂构建创造有利条件。具体说来, 提升教师的专业化教学能力可以从以下几个方面着手:

首先, 教师应对自己提出严格要求。在实际开展教学之前教师应通过调查问卷、深度交流、侧面了解等方式全面了解学生的运动兴趣与需求, 并且通过自主学习、积极参加各类讲座、研讨会、培训的方式掌握更多运动技能以及与体育健康相关的知识, 之后将这些知识采用喜闻乐见的方式传授给学生。其中, 涉及各种各

样的内容,例如教学内容选择、教学方法应用、教学实施的具体操作等,这些都对教师的专业教学能力提出了更高要求,同时还需要教师积累更丰富的实践经验。

其次,提高教师的人格魅力。体育教师与学生的接触时间最长,为了做好学生前进路上的重要引领者,教师应不断提高个人道德形象、运动形象、人格形象,通过形象塑造逐步建立起来教师威信,并且塑造教师在学生心中的良好形象。此外,教师应掌握丰富多样的教学方法,切实将合作学习、探究学习、小组学习、活动竞赛等融入到实际教学过程中,充分调动起来学生的参与兴趣与欲望,慢慢地,让学生真实感受体育课堂的魅力,进而使其逐步由被动学习转变为主动学习,这有利于达到事半功倍的教学效果。从学校角度出发,其应定期组织各种各样的专业培训、讲座,如信息技术、教育教研等,为教师充分展示自己、教师间深入沟通交流搭建有利平台,切实提高教师的业务专业能力。此外,加强区域间的合作交流是整体提升体育教师综合教学能力的内在需求,也是构建高效课堂的必然之路。一方面,建立常态化跨区域教师竞赛机制,广泛开展体育教师技能大赛,另一方面丰富教研组集体活动,如增加集体备课、听评课、校内赛课等,开展校本教研、运动健身活动,全面提升教师的综合教学能力。

(二)合理利用翻转课堂,引入线上线下教学法

在互联网+时代背景下,越来越多教学方法层出不穷,除了传统课堂讲授法之外,又新增了网络资源教学,其中多媒体教学法、线上线下混合式教学法就是代表。他们最突出的优势就是有利于学生从多渠道多途径获取知识,进而开展多角度多方位学习,对其能力提升大有裨益。从这点出发,信息技术切实为学生深度学习提供了先进的技术支撑,有助于推动教学活动的有序开展。在科学不断向前发展的过程中,越来越网络学习平台应运而生,其中翻转课堂、微课、慕课、网课直播等受到了越来越多教师与学生的喜爱,尤其对体育与健康理论知识教学而言,它不仅能将抽象的理论知识变得更直观、形象,而且还能促进学生互相分享知识,在学生间、师生间深度交流的过程中夯实其理论基础,促使他们学习热情不断高涨。同时在信息技术的有效支撑下,学生能够积极主动地将理论与实践紧密联系在一起。慢慢地,他们的学习热情更加高涨,这为高效课堂构建创造了有利条件。

以教学“立定跳远”相关内容为例,教师可以采用翻转课堂教学。首先,在课前阶段应重视知识传递,教师应将提前制作好的微视频上传到共享平台,主要包括视频、图片、导学案、练习题等,让学生通过视频具体了解立定跳远动作要领。学生要做的事情就是下载资料进行自主学习并且完成体育练习。在课中阶段,教师会着重针对课前学生反馈的问题以及重难点知识进行详细讲解并给予学生科学评价。课后阶段的重点在知识巩固与拓展方面。学生需要理论结合实践更好地完成体育锻炼,以逐步掌握动作要领,提高体育水平,

(三)推陈出新,优化现有的教学内容与方法

首先,灵活分组,合作教学。在实施教学的时候,教师应灵活对学生分组,根据学生近期的学习情况与知识掌握情况定期变换分组方式,最终目的是要让他们尽快掌握体育知识与技能,增强自身核心素养。教师应根据每组学生的实际情况制定恰当的学习方案。除此之外,教师应确定讨论主题让学生展开合作学习,这样不仅有利于学生团队协作能力有明显提升,还能培养他们的合作与竞争意识,这是提高体育与健康课程教学质量的有效途径之一。此外,通过合作学生与教师之间的沟通交流变得更加频繁,

学生在小组合作学习的过程中敢于各抒己见,对他们运动能力与协作能力提升具有明显的促进作用,同时还有助于锻炼学生人际交流能力,为其今后稳定长远发展奠定坚实的基础。

其次,运用设备,灵活教学。现在很多教室都配置着多媒体设备,教师应合理运用已有的硬件与软件设备为学生播放比赛视频。例如在讲解篮球运动要领的时候,体育教师可以为学生播放与篮球运动相关的视频集锦,营造活力十足的课堂氛围,以此吸引学生的学习兴趣。此外,教师也可以通过游戏教学法或者设计一系列对抗性活动开展教学,而非让学生反复进行枯燥练习。通过分小组合作对抗的方式,同一小组的学生可以一边进行比赛一边进行交流,在互帮互助过程中有利于不断提升个人的篮球技能。不同小组的学生可以看到其他人身上的优点,也可以认识到不足,从而进行针对性改正。此外,教师还可以在体育与健康课程教学的过程中适当融入一些其他元素,如健美操、瑜伽、音乐等,这对培养德智体美劳全面发展型人才是很有利的。

(四)构建多元评价体系,完善体育教学评价手段

评价与反馈是实施体育教学活动的基本手段,更是构建高效课堂的基本环节。它可以为体育课堂教学提供反馈信息,有利于教师进一步优化课堂教学过程,以保证教学目标尽快实现。

首先,完善体育与健康课程评价体系。构建课内外一体化教学评价体系,不仅要关注不同学段学生的差异化特征,更要体现出导向性与现实性,在不同阶段建立立体、有序、互动的评价机制,完善评价方法与内容体系。另外,注意多种评价方法相结合,突出多样、灵活、动态、发展特征,全方位立体评价学生在课堂上的表现。最后,保证评价主体多样化。除了一贯的教师评价之外,还应引进学生、社会、学校等多维评价主体,共同建设评价指标体系,以便更好地进行评价管理。

除此之外,教师应运用灵活的评价语言评价学生,凸显语言艺术性与教育性,更重要的是多在体育教学过程中提出真问题。初中生的价值观念还处于模糊期,他们的心理、行为很容易受到教师语言的影响,如果教师的评价语言不得当,那么可能会给学生带来消极影响。教师应根据课堂学生表现灵活调整评价语,适时调整语气与语言并且在恰当的时候提出一系列开放性或者参与性问题鼓励学生多和教师进行体育互动,如“XX同学的姿势非常正确,让他带领大家做一下,怎么样呢?”“大家认为XX同学哪里做得好,哪里还有待改进呢?”

四、结语

总而言之,高效课堂是时代发展对初中体育与健康课程教学改革提出的更高要求。尤其在新课标背景下,初中体育与健康高效课堂构建程度已经成为衡量课程教学质量的重要指标。由此可见,构建初中体育与健康高效课堂已经成为一线教育工作者的重要使命,这对教师以及学生的长远发展均有着积极作用。

参考文献:

- [1] 叶志刚.初中体育与健康课程高效课堂的构建策略研究[J].新课程·中学,2019(8):197.
- [2] 赵德佳.初中体育与健康课程高效课堂的构建策略研究[J].文渊(小学版),2021(6):1643.
- [3] 谭卓乐,谢汶伶.体育中考改革背景下广州市初中高效体育课堂构建的研究[J].体育师友,2022,45(2):60-62.