

体育核心素养下的初中体育与健康教学策略研究

张飞

(沿河县思渠镇初级中学)

摘要:初中阶段是义务教育的重要教学阶段,也是培养学生运动认知能力、健身实践能力、社会适应能力的重要教学时期。在新一轮课程改革不断深入的过程中,初中体育教师需要意识到核心素养的重要性,并开展针对性的教学活动。体育与健康教学对初中学生的作用是非常重大的,通过正确指导学生进行体育健身可以促进他们的体质和意志的发展。所以,中学体育教师和学生应该更加关注体育与健康的课程,而如何有效地提高其教学质量是一个值得广大教师深入思考的问题。

关键词:核心素养;初中体育教学;培养策略

Research on the Teaching Strategy of junior middle School Physical Education and Health under the Physical Education Core Accomplishment

Zhang Fei

(Junior High School of Siqun Town, Yanhe County)

Abstract: Junior high school is an important teaching stage of compulsory teaching, but also an important teaching period to cultivate students' sports cognitive ability, fitness practice ability and social adaptability. In the course of a new round of curriculum reform, junior high school PE teachers need to realize the importance of core quality and carry out targeted teaching activities. Physical education and health teaching for junior middle school students is very important, through the correct guidance of students to carry out physical fitness can promote the development of their physique and will. Therefore, middle school physical education teachers and students should pay more attention to physical education and health courses, and how to effectively improve the teaching quality is a problem worthy of deep thinking of teachers.

Key words: core literacy; Junior high school physical education; Cultivation strategy

一、引言

作为义务教育的重要构成部分,初中教育必须要把教学重点放在培养初中生综合能力之上。因此,在各科课堂教学过程中渗透学科教学素养是十分有必要的。第一,坚持在学科素养下教学,可以改善教学模式过于僵化、课堂教学内容过于单一的问题,提高课堂的教学质量。第二,能够将课堂主体地位归还给学生。在“生本理念”下进行课堂教学,可以营造良好的课堂教学氛围,这对于调动初中生的学习兴趣、培养其良好的运动情感与运动品格有着积极的作用。第三,能够进一步深化校内的教学改革。目前,教学改革已经步入深水区,很多教师陷入到新的教学困境当中。在学科核心素养的指导下进行课堂教学,可以帮助教师变换教学思路、转移教学重点,实现促进学生全面发展的战略教学目标。开展行之有效的体育教学能够进一步帮助初中生培养自身的意志品质,在潜移默化中推动自我意识的发展。

中学体育教学能对学生的个性、心理产生了很大的影响,学生们通过体育锻炼,不但可以提高身体素质,还能使学生建立起自信,克服自卑、内向等不良心理。更能使学生的内在得到磨练,使学生勇于拼搏、吃苦耐劳。然而,当前我国中学体育教育的成效并不尽如人意,如何培养学生终身体育思维已成为广大教育工作者的热门话题。培养学生终身体育思想具有重大的意义,对学生和整个社会都具有促进作用,人们拥有健全的身体,才能为社会和民族做出贡献。新课标实施以来,教学的指导观念发生了巨大的变化。相比过去,无论是从课堂中心而言,还是从教学重点而言,都体现了素质教育的要求。现如今在能力和素养培养越发受到重视,要构建高效的课堂教学模式,再延续原本的教学方法是不现实的。而立足新课改的教学理念,在初中体育的教学中,教师需以多种方法构建学习者中心,注重方法与过程和学生个人发展的课堂教学模式。这样,教师才能切实有效地提高教学效率,满足当今教学越来越高的要求。

二、初中体育与健康教学的学科核心素养

我国一些传统体育活动,比如篮球、乒乓球、田径、体操等都有了较为普遍的发展,但在各项体育活动中,特色学校依然是凤毛麟角。许多中学很多初中为了让学生有更多的时间学习文化知识,在高考中占有优势,因此,在学校里没有太多的体育课时,反而会

有所减少,因此,这些问题应该引起学校的重视。就学生自身来说,他们自身并不注重自身的运动成绩,缺乏明确的体育计划,认为体育运动毫无意义,对体育的态度也不端正。学生参加体育的积极性受到了影响,或者因为课程内容过于单一,导致了学生的疲劳,体育课程无法满足体育需要,师生之间的互动交流比较少,激励机制不健全,自主学习能力弱,更喜欢自由活动。体育学科的核心素养主要分为以下几方面内容:第一,运动认知能力。这一内容主要是考察初中生对体育知识、体育运动技巧、保健知识等知识的转化能力。拥有良好的运动认知能力,可以帮助初中生更好地理解体育运动。第二,健身实践能力。这一内容主要是考察初中生的体育健身能力,比如是否能够如期完成锻炼任务、是否能够有意识地选择强化练习、是否能够在比赛过程中进行正确的决策等等。第三,体育情感态度价值观。这一内容主要是考察初中生是否具有好的体育价值观,比如运动比赛品格、运动情感等等。

三、核心素养下初中体育与健康课堂教学中存在的不足

(一)重复练习

体育教学受应试教育的影响较深,教师在课堂教学过程中更青睐于使用“一言堂”的教学方法,没有在课堂教学期间进行有效的师生互动,学生的课堂学习体验并不深刻。比如,在讲解动作要领时,教师只是在队伍前默默地展示标准动作,不注重讲解、也不注重问答,只是让学生机械地重复教学动作。长此以往,学生会丧失掉对课堂学习的兴趣,体育情感无法被激发。

(二)体育保健能力弱

很多教师认为,体育教学只需要为初中生讲解运动知识、运动技巧即可。这样的认知是错误的。体育教学的主要目的是为了保证初中生的身心健康,因此,在教学过程中进行健康知识的渗透是十分有必要的。但是,由于许多教师的教学理念过于传统,没有涉及更多的保健知识,导致课堂教学内容缺失,初中生的保健意识不强,保健能力较弱。

(三)教学单一

目前,体育教师获取教学资源的渠道较为单一,这就造成了课堂教学内容过于单薄。教学内容单薄,初中生无法科学的运动训练,比如羽毛球训练、排球训练、乒乓球训练、跳远跳高训练等等,体

育能力得不到提升。为满足体育中考需求,大部分教师在实际体育教学中常以中考考核训练科目为主,长此以往不仅会使学生产生厌倦心理,同时也会影响其学习热情。单一化的教学内容无法满足初中生身心发展的实际需求,致使课堂教学质量止步不前,学生运动能力的培养也不尽如人意。

(四) 模式固化

德智体美劳五育并举是义务教育的教学重点。但在实际教学过程中,一些教师并没有认真将体育教学内容与其他科目的教学内容相结合,教学模式过于僵化,不利于初中生形成多样化的运动能力。受到传统教育观念的影响,体育科目长期处于边缘化地位,未得到学校以及教师的重视。虽然教育改革开展已经有了一段时间,但就目前改革现状来看,一部分初中体育教师仍旧未将改革理念根植于心中,固态化的课堂教学模式,严重地影响了核心素养的形成。不仅如此,大部分学生在实际学习过程中只为完成教师所布置的训练任务,自身并未形成终身体育的良好意识,从而导致体育综合能力得不到发展,影响其核心素养的全面提升。

(五) 评价单薄

目前,许多教师还在沿用传统的体育课程评价标准,即根据运动表现情况进行打分。具体评价过程如下:教师根据中考的重点考试项目设计考核比赛项目,比如女子 800m 长跑、男子 1000m 长跑等等。比赛过程中,教师给比赛的前五名 A+ 的成绩;第五到第十名 A 的成绩;第十名到第二十名 B 的成绩……这样单一的评判标准不利于学生形成良好的运动品格,反而会导致其在比赛过程中推搡、拉扯,作出一些与运动精神不符的举动。目前的体育教学阶段,一些教师不注重培养初中生的运动习惯,具体表现为以下两方面:一方面,教师只注重课上教学情况,忽略了课后行为习惯的培养,没有及时布置课后锻炼任务,许多初中生在课程结束后就再也没有锻炼过。另一方面,教师在课程结束前布置了针对性的锻炼任务,但不注重初中生的锻炼任务完成情况,许多初中生在完成学习任务时敷衍了事,锻炼效果并不理想。

四、初中体育与健康课堂教学的教学策略

(一) 强化体育教学改革与创新

在素质教育的背景下,要重视中学体育加大体育投资,推动“社会化”,采取教会、训练、定期竞技等多种教育方法,以提高学生的综合素质。中学体育教师可以采用“时间”作为引线,采用“纵向深化”的教学方式,使各个教学环节能够在一定的时间内完成学习、练习、评价,形成一种高效的“闭环”教学模式。在初中体育课教学中,教师要注重教学手段的创新,运用各种教学手段,丰富教学内容,使学生摆脱学习的重压,通过游戏式、竞赛式教学,使学生快乐、高效地参与到体育教学中,使其成为自己的兴趣所在,从而保证教学的质量。另外,通过兴趣小组、社团等形式进行体育教育,将体育课程作为必修课,增加了选修课,由学生自主选择,采取“1+N”的形式,不仅能吸引学生参与各类体育活动,还能锻炼他们的身体素质,提高他们的品德素质,塑造团结、协作、尊师重教等精神和品德。

(二) 体育与现代教学的有机结合,是提高教学效果的有效途径

我国的初中体育教师对提高学生运动水平的重视程度一向不高。产生这种现象的原因有两个,一是由于体育老师本身对运动的关注不够,二是因为老师们觉得进行专业的体育技能训练很困难。所以,在进行体育教学时,必须要让学生自己进行自己的运动,这种方法会对初中体育教学造成很大的影响。在现代教育的大环境下,体育教师不但要改变自己的教学观念,而且要把现代的教学技术运用到课堂上去。在此背景下,运用现代教学技术与多媒体教学方法,可以有效地改善初等教育的教学质量。比如,在练习篮球技巧的过程中,运用多媒体技术可以使学员对动作技巧有更直观的认识。同时老师还可以在任何时候对教学视频进行暂停、放大等辅助教学。采用这种方法,既能提高初中体育教师在课堂上讲授更多运动技能,又能运用多种方法提高热爱运动的的教学质量。

(三) 体育教育目标的科学设置。

过程与结果并重的理念要求学生关注学习的过程而非单单是结果。因此,引导学生针对自己课上的学习态度、所采用的学习方法反思是相当重要的。过去的教学评价以成绩为主,无疑是很难做到这一点的。学生反思的方向与教学评价的指标密切相关。因此,在初中体育的教学中,教师需采用合适的方法引入新的关于课堂学习过程的指标,以引导学生充分关注学习过程。例如,在“健身拳”学习后,教师可以以成绩和量表两种方法对学生进行评价。其中,量表针对学生学习过程。在这一方法中,除了知识与技能外,还需引入过程与方法、情感态度价值观方面的多项指标,如学习主动性、发现问题能力、解决问题能力、合作氛围等。而这样,通过在量表中设置更加多样的指标,教师有效引导学生在关注结果的同时关注了学习的过程,让学生基于学习过程的各个方面进行反思,有效落实过程与结果并重的理念。终身体育思想的提出,为我国体育教学改革打下良好的基础,然而,对体育教育的影响并不显著。究其原因,主要是由于教学目的的不清晰。为此,要根据新时代体育发展的新要求,科学地确定体育课程的教学目标,以确保体育教育在新时代的发展中朝着正确的方向发展。教学目的的合理与否直接关系到课堂教学的成效。在教学过程中,教师要制定科学、合理的教学目的,把教学的总体目标分解为若干子目标,然后根据具体的教学内容来实现各个子目标,从而达到更高的学习效果。

(四) 培养学生的团队合作与竞争意识。

新课标实施以来,教学的指导观念发生了巨大的变化。相比过去,无论是从课堂中心而言,还是从教学重点而言,都体现了素质教育的要求。现如今在能力和素养培养越发受到重视,要构建高效的课堂教学模式,再延续原本的教学方法是不现实的。而立足新课改的教学理念,在初中体育的教学中,教师需以多种方法构建学习者中心,注重方法与过程和学生个人发展的课堂教学模式。这样,教师才能切实有效地提高教学效率,满足当今教学越来越高的要求。事实上,在我们的生活和学习中,很多时候都会有团队合作的例子,但仔细一想,团队合作的过程中,也会有很多的竞争,比如个人、团体、学校,在合作的同时也会有竞争,这样的话,每个人的能力都会得到最大的提升。而在中学的体育课程中,还有很多其他的项目,比如足球、篮球、排球、田径、接力赛等,这些都是体育教学中的重要内容,老师要利用这些活动来培养学生的竞争意识和团队精神。比如篮球,老师要将篮球的基础动作和技巧传授给学生,等学生掌握了基本的篮球技巧,老师就可以组织学生进行团队赛,鼓励男生和女生同时参加,男生则可以以篮球比赛的形式进行,女生则可以以定点投篮的方式将个人所得分累计到所属的团队总分中。如此通过全员参与的方式,能够很好的促进学生在比赛中培养团队协作精神,增强竞争意识,帮助学生深刻体验团队荣誉感。

结束语

综上所述,初中体育教师需要不断的学习先进的教学理念和教学方法,并将其灵活运用到课堂教学当中,促进体育学科核心素养渗透在教学过程中,教师需要考虑到学生的兴趣爱好、身体素质、学习能力,组织个性化的体育教学活动,通过丰富教学内容、布置体育作业等方式增强初中生的健康意识,促使其形成良好的体育运动习惯。

参考文献:

- [1]马仁祝.探讨初中体育游戏在教学中的作用及实践应用[J].新课程,2020(52): 219.
- [2]崔伟峰.如何在初中体育教学中提升学生核心素养[J].教育界,2020(52): 44-45.
- [3]沈燕,葛强.体育教学自制教具存在的问题及相应对策[J].中国教育技术装备,2021(03): 152-16
- [4]陈凯征,莫詹.体育游戏在初中体育教学中的开展现状调查[J].当代体育科技,2022(04): 21-22.
- [5]杨旭.初中体育教学中篮球教学模式构建策略探究[J].科学咨询(教育科研),2022(03): 28-29.