

初中“生本体育”的教学实践研究

胡剑锋

江西省赣州市定南实验学校 341900

摘要:“生本体育”是新课程改革过程中提出的又一教育理念。基于“生本体育”，体育教师在进行课堂授课时，应摒弃传统的体育教学方式，采用多样化的教学方式，创新体育教学手段，让初中生掌握最新的体育知识和体育理念，增强学生对体育的全面认识。在实际初中体育教学中，教师应注重“生本”二字，通过不同的教学方式，让学生积极地参与到体育课堂运动中，体现学生的主体地位。阐述“生本体育”的特色课堂教学策略，以提高初中体育的教学质量。因此，本文立足于生本主义理念，对初中体育教学展开探究，以期提高初中体育教学的效率。

关键词: 初中体育；生本体育；教学策略；实践研究

随着教育改革的不断推进，提高学生的综合素质成为教育的目的之一。生本主义理念倡导以学生的发展为本位，注重学生个人的成长。在过去的教学中，教师更加关注学科，以学科知识为主要的教学内容，更加关注教学任务的完成情况，这种教学模式难以满足学生发展的要求。在新教学理念的指导下，教师的教学方法和教学模式需要进行一定程度的创新。在“生本体育”的教育理念下，初中体育教师要应用创新的思维为学生进行授课，采用有效的体育教学方式实现对初中生的素质教育。因此，初中体育教师在课堂教学中，要从初中学生的角度考虑教学内容，采取适当的教学方式，将生本主义理念融入到教学的各个环节，引导学生学习体育理论知识的同时增强体质，进而提高学生的综合素质。

一、明确“生本体育”教学目标

在实际的初中体育教学中，教师应明确体育教学的目标，根据教学目标才能制订出相应的教学内容，选择不同的教学方式，进而提高初中体育教学质量。体育教师在备课时应结合教学内容融入“生本体育”的教学理念，可以根据学生的体育水平制订不同的学习任务，充分尊重每个重组红学生的特点。如果班级的体育教学按照一个标准来授课，制订的教学目标偏高，导致部分学生达不到教学要求，完不成体育任务，就会使这部分学生丧失对体育学习的信心。制订的教学目标偏低，学生毫不费力就能完成体育任务，导致学生认为体育学习没有挑战性，同样提不起学生的学习兴趣。此外，体育教学的内容是实现教学目的有效介质，在明确制订教学目标以后，教师可以选择合适的教学内容，也是提高体育教学质量的重要条件之一。选择的体育内容应该切合实际，能更好地完成教学目标。最重要的是应符合学生的兴趣爱好和认知能力，同时将“生本体育”理念深入渗透到体育教学中，充分调动学生对体育的学习兴趣，只有对体育产生兴趣，才会有学习的动力。学生在体育的学习过程中也会更加积极主动，紧跟体育教师的教学进度，还能体现学生在学习中的主体地位。

二、坚持“生本体育”的教育理念

初中体育教师在课堂教学中应该坚持“生本体育”的教学理念，树立正确的教学意识。首先，教师要尊重学生在课堂的主体地位。初中体育教师由于受到传统教育观念的影响，在实际课堂教学时，总是处于主动位置，把控着体育课的每一个教学环节。“生本体育”的教学理念则是突出学生在体育课堂的主体地位。体育教师在实际课堂教学中，应该有意识地激发学生的主观能动性，让学生主动地参与到体育运动中，去体验体育运动带来的快感，感受体育运动对身体健康的重要性。其次，教师要注重初中学生之间的合作与学生的自主

学习意识。传统的体育教学方式是教师先示范，然后学生进行学习。学生在学的过程中有不对的地方教师会直接纠正。这样的教学方式使得学生的体育学习都要按照教师的教学流程走，学生的体育学习显得很被动。教师应改变教学方式，将“生本体育”真正落实到初中体育教学中，教学方式变成学生先进行自主探索，教师最后讲解。让学生能够通过合作与其他同学进行沟通交流，提高学生的思维能力，使得学生共同进步。“生本教育”的提出，就是突出初中学生的自主合作探究意识，引导学生自主研究体育项目的要点，进而转变成自身的内在知识。教师可以引导学生自主搜集与体育学习内容相关的知识，在体育课堂上主动与其他同学进行沟通交流，分享自己的体育学习经验，实现学生自主学习的价值。

三、通过多种途径将生本理念融入到体育教学中

(一) 采用现代化手段激发学生兴趣

生本主义理念是以学生的发展为本位的教学理念，相比传统的教学理念，其主要的特点就是让学生主动地进行学习。新型的教学理念认为学生学习的主动性很大程度上是受兴趣的影响。如果学生对所学知识感兴趣，那么整个学习活动都会获得事半功倍的效果，反之，学习的效果就不尽如人意。在过去的教学中是以教师为主导、学生被动完成学习任务的教學形式为主，而现代化教学技术和教学理念的发展为教师提供了一系列新的教学手段和教学方法，其在激发学生的兴趣上有着较大的优势。故在初中体育的教学中，教师需要根据教学内容采取合适的方法进行导学，以此来充分激发学生的兴趣，更好地突出学生的主体地位。

例如，在讲解“运动损伤的预防与处理”这部分知识内容中，教师就选择微课作为教学的方法。在微课的设计中，教师可以根据学生的认知特点选择合适的动漫素材或者实景微课素材作为微课的内容。在教学过程中，教师可以提出“如果跑步过程中脚扭伤了怎么办？”“如果运动中摔跤前臂骨折了怎么办？”等问题。在这一教学环节中，教师可以明显发现学生的探究积极性提高了。当然，在篮球、足球等室外的活动中，教师则可以推荐学生关注相关的比赛。这样，通过多种方法和手段，教师充分激发了学生的兴趣，为学生之后更加积极、主动地学习，从而突出自己的主体地位奠定了坚实的基础。

(二) 利用游戏活动提高学生参与度

学生学习动力的激发一方面来源于兴趣，另一方面则与成就感，即他人的反馈密切相关。在生本主义理念下，要充分突出学生的主体地位，尽可能地提高学生在学习中的主动性，单单依赖学生的兴趣是不够的，使学生产生足够的成就感和给与正面的反馈也非常重要。体育游戏教学法是以做游

戏为主要方式的教学方法,而体育游戏的主要特点就是能更快地给予学生良好的反馈和成就感,相比传统的教学方法,其在提高学生的参与动力方面有着较大的作用。故在初中体育的教学中,教师需要结合教学内容积极开展体育游戏活动,切实提高学生参与课堂运动的动力。

例如,中长跑练习就是一项较为枯燥的运动,很多学生对中长跑有着一定的畏难情绪,在相关的练习活动中,注意力也变得不集中,积极性也不高。在这样的情况下,教师需要以具有趣味性的游戏活动替代原本枯燥的中长跑练习活动。教师可以开展“看谁捡的‘礼物’多”这一游戏。在这一游戏中,教师在跑道的开始位置上放置一个“礼物”收集筐,而开始位置的对面赛道放置乒乓球、羽毛球等道具作为“礼物”,学生每次只能拾取一个“礼物”。在这一过程中,教师可以将学生划分为人数合理的小组,给每个小组五分钟时间做游戏,最终收集最多“礼物”的学生小组为胜利者。这样,通过体育游戏活动的开展,教师有效提高了学生参与课堂活动的动力,这对于进一步落实以生为本的教学理念有着积极的作用。

(三) 通过小组合作提高学生学习能力

生本主义倡导以学生为本,在课堂教学中以学生为中心,一方面,能够更好地培养学生的能力;另一方面,对学生的能力提出了更高的要求。在多样化的实践和探究活动中,学生个人的力量往往是不够的。小组合作不仅能让完成难度更高的任务,也能让学生在彼此之间的沟通和交流中收获到更多知识,同时,还可以让学生相互鼓励、相互监督,使学生更好的成长。这就需要教师在日常教学中合理地划分学生小组,切实提高学生的学习能力,满足体育教学越来越高的要求。

例如,在日常的教学中,教师需要依据两种方式划分学生小组。第一种,是在学习过程中采用的分层小组方法。在这一方法中,教师主要依据学生对所学内容的了解程度和体能水平将学生分为三个层次,即基础组、提高组和实践组,对不同的组提出不同的要求。如在排球的垫球学习中,基础组的首要目标是培养对排球的兴趣,学会连续的自抛自垫;提高组已经对排球的自抛自垫有了一定的了解,因此,要注重两人对垫的练习;实践组则需要开展在移动中垫球的组合练习。这能让每个层次的学生都能获得自己想要的技能,并在与同层次学生的交流中提高自身解决问题的能力。而在比赛活动和课后练习完成后,教师则可以以多元智能理论为依据组建小组,将学生依照智能水平、性格品质进行区分,将具有同样特质的学生尽量分配到不同的小组,做到同组异质、异组同质。通过这样的小组划分方法,教师不仅能让比赛更加有悬念,也有效提高了学生解决各种问题的能力和学习能力,这对于突出学生的主体地位有着重要的作用。

(四) 开展品德教育提升学生综合素质

在生本主义理念下的体育教学中,促进学生的全面发展成为了教师需要重视的一个目标。在这样的理念下,体育教师不仅需要关注学生体能的提升,也需要关注学生良好品德的培养。立德树人理念的提出进一步提高了德育在中小学体育教学中的价值。相比知识性学科,体育是以运动提升学生身体素质为主要目标的学科,体育活动有着相当大一部分是以竞赛的形式开展的。在竞赛活动中,需要学生有顽强拼搏精神和永不言弃的精神。其中,竞赛中的小组合作对于培养学生信任队友、团队协作等有着关键的作用,而身体对抗训练在学生勇敢、坚强等品质的培养上有着较大的优势。故在初中体育教学中,教师需要结合教学内容积极开展品德教育,促进学生德、智、体、美、劳全面发展。

例如,在排球这一运动的教学中,教师除了要进行知识

和技能上的教学外,还应以中国女排为榜样开展品德教育。这一环节包括课前让学生观看中国女排的比赛视频和相关纪录片,还包括在教学过程中对女排小故事的讲述。在完成基础知识的教学之后,教师则可以组织学生开展比赛活动。在比赛前,教师要引导学生想出一个响亮的口号,在学习完女排的故事之后,很多小组的口号都与“顽强拼搏、同甘共苦”等内容息息相关。在每次比赛后,教师都需要留有足够的时间让学生总结经验、相互鼓励。这样,教师有效地将品德教育与排球这一运动结合,培养了学生良好的品德,促进了学生素质的全面提高。

四、正确的教学评价

体育课堂上,教师对学生的正确评价和学生的体育水平有着很大的关系。因此初中体育教师应注重对学生开展正确和全面的综合评价方式,帮助初中学生解决体育学习中的难题,进而提高初中体育教学质量。很多初中体育教师仍将期末最后的体育测试成绩作为学生的评价标准。这样的评价标准是不全面不合理的,体育测试成绩只是一时之得,不能反映学生综合体育水平,同时还对成绩不好的学生造成不良的影响,打击了这部分学生的学习积极性。基于“生本体育”的教学理念,教师应注重评价的内容和方式,让学生也参与到评价当中。评价的目的是让学生意识到体育学习中的不足和优势,并鼓励全部学生都能参与到体育运动中,不用成绩去定义和分类学生。体育学习锻炼的是学生的运动能力,而运动能力的提升需要很长时间。体育应培养学生终身体育的意识,为学生提供准确的全面的评价可以帮助学生提高运动能力,从侧面给予学生鼓励和支持,让学生积极参与到运动中。教师也可以通过评价更加了解学生的体育学习情况,制定更合理的教学计划。

例如,除了关键节点的考试之外,在日常的教学中,教师可以以量表为主要的评价方法。在这一过程中,根据教学目标的不同,教师可以构建定性和定量两种评价指标。关于定性评价,教师可以制作学生自己、其他学生和教师三个部分的评价表格,而在课后作业中,教师也可以结合教学内容适当地加入家长评价这部分。当然,教师还可以向学生布置体育周记作业,让学生对自己在本周体育运动中遇到的问题进行反思,并在周记中提出相应的解决方法。这样,通过量表和周记的方法,教师加入了大量学生评价的内容,充分突出了学生在教学评价中的主体地位,有效培养了学生自我反思的习惯,这对于学生体育能力和素养的提高有着很大的作用。

五、结语

综上所述,初中体育教师应坚持“生本体育”的教学理念,制定体育教学目标,充分结合现代化的教学方法和教学手段,以多种途径有效激发学生的兴趣,在实际的教学中不断鼓励学生勇敢尝试,反复练习体育项目,并且对学生的情况做出合理的评价,从而在提高学生的身体素质的同时提升学生的综合能力。

参考文献:

- [1] 颜新红. 浅谈如何在初中体育教学中融入生本主义理念[J]. 天天爱科学(教育前沿), 2022(01): 157-158.
- [2] 吴兴盛. 基于生本理念的初中体育活动开展策略探究[J]. 科学咨询(科技·管理), 2020(02): 163.
- [3] 薛强. 初中体育教学中开展生本教育的有效探索[J]. 读与写(教育教学刊), 2019, 16(03): 91. DOI: 10.16071/j.cnki.cn51-1650/g4.2019.03.079.