

试论提高初中体育教学质量的实践途径

时 鉴

辽宁省鞍山市铁东区第二十九中学 辽宁 鞍山 114001

摘要:强健的体魄是学生健康成长的基础,体育教学关乎学生的身体健康和心理健康,其重要程度不言而喻。考虑到初中生的身心发展规律,在这一时期学生的身体处于快速成长阶段,科学、合理的运动可以促进其身体成长,再结合体育精神对学生思想观念的积极引导,引导学生形成积极、乐观的人生态度,为其未来的良好发展打下坚实的基础。因此,在素质教育背景下,为了最大限度提升人才培养质量,应重视并优化体育教育,促使学生在高效的体育教学中,实现身体素质、心理素质的共同发展。

关键词:初中体育;教学质量;实践途径

随着近年来新课程改革的施行,德、智、体、美、劳全面发展的教学理念更为深入人心,考试成绩的高低已不再是衡量学生的唯一标准。基于新课改的时代背景,体育教学必然要迎来更多新的挑战,体育教师应在教学工作中积极创新方式、方法,为学生打造轻松、愉快的教学体验。教师应通过课程内容帮助学生养成良好的体育锻炼习惯,提高学生的身体素质水平,以新颖、富有趣味的体育活动使学生感受到体育运动的魅力,从而不断提高体育教学的质量。

一、新课程背景下初中体育教学困境研究

(一) 体育教学意识淡薄,重视程度不够

虽然新课程改革已经实施了很长一段时间,但当前初中课堂教学现状并不理想。受传统教育思想的影响,体育课堂教学并未受到应有的重视,其重要性和育人价值被忽视。部分学校虽然已经开设了体育课程,但教师在组织和开展课堂教学时,受到应试教育理念的束缚,在教学中常常采用敷衍的态度,致使课堂教学流于形式,难以真正发挥体育学科的育人价值。

(二) 教学方法较为单一

繁重的课业给初中生造成了巨大的学习压力,他们对体育活动的积极性和学习热情显著减少,从而影响整体教学效果。而初中体育教师在日常教学时,往往会依据课本的理论知识内容,对学生进行照本宣科的讲解,让整个教学氛围变得死气沉沉,大大降低了学生对体育课的学习积极性,令学生的学习效果远远低于预期。而在户外教学时,体育教师通常会将自己的锻炼方法传授给学生,却不依照专业的教学流程及规范的锻炼步骤,体育教师把自身的活动习惯在潜移默化中带给学生,令体育教学的科学规范性大大降低。而且这种未参考学生个体差异就组织学生开展锻炼活动的现象,容易造成学生在体育运动中发生各种意外,对学生的身体健康造成极为严重的威胁。

(三) 体育场地设施、器材不足

场地设施、体育器材是体育教学工作的重要组成部分,也是开展体育锻炼的必要前提。当学校的体育器材施不足时,就无法满足每个学生的锻炼需求,进而造成多名学生共用一个器材设施的现象,严重影响体育教学的工作效率,使学生的锻炼效果大大降低,还会严重打消学生对体育锻炼的积极性,使学生逐渐丧失对体育课的期望度,甚至会产生厌烦抵触的心理情绪,对学生今后的成长与学习产生较大的阻碍。

虽然学校内部分器材设施能为体育教学提供一定的帮助,但由于常年缺乏科学有效地管理维护,使器材设施出现了不同程度的损毁现象,如掉漆、螺丝松动等,为学生接下来的活动锻炼埋下了巨大的安全隐患。

二、提高初中体育教学质量的实践途径

(一) 融入游戏元素,增添课程趣味性

虽然传统体育运动强身健体的功能性很强,但过程比较枯燥、趣味性不强,再加上部分学生平日里缺乏体育锻炼,本身身体素质就偏弱一些,在体育运动中常常感到吃力,过程中有着较强的疲惫感,往往使学生对体育运动谈之色变。针对类似的情况,体育教师可以通过融入新鲜元素的方式为体育运动增添趣味性。游戏元素就是时下学生较为感兴趣的元素之一,教师可以将学生喜欢的游戏元素引入课程中或将体育运动与游戏相结合,调动学生对体育运动的参与积极性,使其在运动的同时感受运动的乐趣,逐渐引导和培养学生热爱体育运动。

例如,在进行体操运动练习时,教师可以在体操动作衔接处加入学生喜欢的游戏人物的经典动作或台词,也可以预留几分钟供学生自由发挥。让一成不变的体操活动有了更多不确定性,学生可以充分发挥想象力将自己感兴趣的肢体动作加入体操活动中,既能保证体操活动的基础训练,又能调动学生参与体操的热情,使课程内容趣味性更强,学生的参与积极性提高了,教学效果自然更好。

(二) 积极开展课堂讨论

以往,初中体育教师基本上都是遵循灌输的模式开展课堂教学,致使学生的课堂参与程度比较低,难以真正实现高效体育课堂的构建。面对这一现状,为了提升学生的体育课参与程度,提升初中体育课堂教学效果,体育教师必须要重视课堂讨论,引导学生在课堂讨论中,掌握体育知识和技能。在这一过程中,应构建和谐的学习环境,并对学生进行科学、合理地分组,引导学生以小组的形式,围绕设置的体育教学内容进行讨论,最终促使学生在讨论的过程中,完成体育知识的深度学习。

例如,在“排球的正面双手垫球”教学中,教师就借助了讨论教学法,按照5人一组的的标准,将全班学生划分为6个学习小组。接着,教师对相关的体育运动技能进行讲解、示范,并在此基础上引导学生以小组的形式进行练习、讨论、纠正等,最终通过再次讨论和练习,完成既定的体育教学目

标。如此，不仅提升了学生的体育课堂参与程度，也促使学生在讨论的过程中，完成了体育知识和技能的深度学习，也实现了多种素养的提升。

（三）层次化教学

新课程理念下，要求教师在组织和开展课堂教学时，应尊重学生之间存在的个体差异性，最终实现所有学生的发展。但是针对初中阶段的学生来说，受到学习水平、身体条件等多方面的因素，学生的体育学习素养存在显著的差异性。基于此，在优化初中体育教学时，教师应转变传统“一刀切”的教学模式，应结合不同阶段学生的实际情况，选择差异化教学策略，最大限度满足所有层次学生的学习需求。

例如，在“篮球热身运动”教学中，基于班级中学生的身体素质差异性，教师就借助了差异化的教学模式，对于身体素质较差的学生来说，在保证其身体不受伤的前提下，开展中长跑、跳绳训练等；对于身体素质比较好的学生来说，则选择更加贴近篮球运动的折返跑、投篮等热身训练，最终促使所有学生都能够获得充分的热身训练。

（四）增设交流平台，拓展体育教学课堂

作为新时代的初中体育教师，要加强和学生之间的沟通、交流，从而使学生感受到课堂上的和谐氛围。现代网络信息技术如此发达，体育教师可以借由手机软件搭建简单的师生交流平台，通过线上、线下多种渠道与学生进行交流、沟通，解答学生在日常生活中遇到的体育问题，指导其正确的体育动作或为学生提供运动习惯上的个性建议等。教师以朋友的身份真诚帮助和带领学生参与到体育运动中，打破传统教学的束缚，拓展体育教学课堂，使学生真正感受到体育运动的益处，感受到体育精神对自我的提升，促进学生全面、健康发展。

例如，教师可以每天为学生分享一篇简短的足球发展历史故事或是一名足球运动员的感人事迹，以兴趣为驱动在日积月累中逐步加深学生对足球的了解。学生和教师还可以将自己找到的体能提升技巧、足球脚法练习技巧等素材上传到群文件中供大家查阅。学生也可以在群里自由讨论自己练习足球的心得或观看比赛的感受等，真正为热爱足球的学生

搭建一个属于足球的交流平台，让这份热爱由点点火苗变为真正种植于学生内心深处的火种，让体育运动融入学生的生活中。

（五）完善体育教学评价体系

科学、合理的教学评价是提升初中体育教学质量的关键性因素。只有构建出良好的体育教学评价模式，才能充分发挥教学评价的导向、激励性价值，真正提升初中体育课堂教学的效果，充分发挥体育学科的育人价值。一方面，坚持评价标准多元化。教师在优化体育教学评价时，不仅要关注学生的体育知识和技能，还应关注学生在体育学习中的心理状态、学习态度、情感、道德素养等，真正实现体育教学评价指标的多样化，确保教学评价的全面性、客观性；另一方面，以生为本开展评价。为了提升教学评价效果，教师还应充分发挥学生的主体地位，积极建立学生自我评价、相互评价模式，促使学生在参与评价的过程中，发掘其中存在的问题，明确改进的方向。同时，以生为本展开教学评价时，教师还应立足于学生之间存在的个体差异性，结合不同层次学生的实际情况，进行针对性的教学评价，最大限度满足所有学生的体育学习需求。

三、结语

总而言之，作为初中体育教师应具有创新精神，积极寻求课程改革方向的进步，不断提高体育课程的趣味性，提升学生在运动中的参与热情。在授课的同时还应关注学生的实际情况，增加师生间交流互动的机会，为学生提供专业的运动指导，真正让学生感受到运动的快乐。

参考文献：

- [1] 朱波. 浅谈初中体育教学方法[J]. 中学课程辅导, 2020(02).
- [2] 张莎莎. 提升初中体育教学效率的方法解析[J]. 信息周刊, 2020(03).
- [3] 吕效勇. 以生为本理念下的初中体育教学优化路径研究[J]. 考试周刊, 2021(54): 118.

