

初中体育趣味教学与健康教育融合的教学策略

黄平

宜春市万载县龙湖实验学校

[摘要]随着素质教育的深入推进,教师也逐渐从传统的教学模式中解放出来,不断的摸索、研究新的教学方法。体育是初中教学中的重要部分。在新课程改革倡导的综合素质培养的背景下,教师要对体育教学进行相应的重视,通过体育教学来提升学生的身体素质水平,在对体育有兴趣的情况下产生健康的生活态度。在对体育教学进行改革的同时,教师还必须确保学生对体育教育产生学习兴趣,并让学生们能够主动参与到体育的学习中,培养坚持不懈的品质。教师应通过多元化的教学方式的教学策略展开探讨。

[关键词]初中体育;趣味教学;健康教育

【DOI】10.12252/j.issn.2096-627X.2020.03.1069

引言

体育学科就是一门初中课堂教学中的重要课程,在不断提升初中生身体素质以及促进其身心发展方面具有非常重要的作用,然而初中体育课堂教学的质量才是影响他们学习兴趣以及运动发展的重要因素。为了有效地提升初中生体育运动的参与度,初中体育教师需要积极地转变以往传统的教学观念,自主地研究培养学生们学习体育知识兴趣的策略,促进他们全面发展。

1 初中体育教学面临的现状

初中教育干洗到学生知识能力等多方面发展的重要阶段,也是学生认知与观念等形成的重要时期。初中体育教学在学生整体发展的角度来看,正处于一个成长的重要过渡时期,是小学至高中的体能培养的衔接环节,也是身心锻炼提升的基础阶段,是不容忽视的。与其他学科不同,体育教学的趣味性非常高。随着教学制度改革,体育的考试比重也在不断提高,体现了对学生体育发展培养的重视。体育教学旨在确保良好的理解,减少身体健康问题出现概率并促进良好的教学。根据研究,我国的初中生经常出现坐姿不端正和缺乏运动问题。这与学生的生活方式是不可分割的。我们国家的大多数人都将运动视为一种退休后的生活方式,大多数年轻人对娱乐方式上更重视。其次,饮食习惯还会影响学生的健康。早餐是饮食健康的重要保障,但大多数学生没有吃早餐的习惯,经常吃垃圾食品。此外,课业负担也是影响学生健康的重要因素。在死板的传统教学模式下,很多学生都呈现出一种“高分低能”的状态。在这种情况下,我们需要扭转这种局势,并从改变教育的概念开始。这对于发展文化课程和学生身体健康发展很重要。

2 初中学生体育兴趣培养的意义

(1) 体育促进学生的心理健康发展。体育运动能够使使学生缓解某些心理的障碍,使学生们不稳定的情绪得到充分释放,譬如,难过、紧张、愤怒以及沮丧等情绪。充分地激发出初中学生的进取心,培养他们开朗好性格。体育运动项目还能够帮助学生养成吃苦耐劳、勇敢拼搏以及坚韧的意志品质,让其能够养成面对困难时,可以战胜意识,进一步地

提升初中学生心理调控的能力,与此同时,还可以有效提升初中学生审美的情趣。(2) 体育促进学生的身体健康发展。适当进行体育运动,进一步帮助学生们增强其身体素质、每一个部分身体机能的协调性、增强他们身体对外界环境的抵抗能力、提高每一个身体器官功能、防止眼睛近视等方面。同时,初中体育活动还可以促进学生的智力发展,促进其大脑开发利用,提升其创新思维能力与独立思维能力。(3) 为终身体育打下坚实基础。在初中时期,培养学生体育运用的兴趣,可以避免学生成为体育课程的后进生,为了有效预防下述几种情况的发生,譬如,学生们对体育学习的兴趣降低,他们的内心排斥体育锻炼,自信心比较低下,体质变得越来越变差等。在初中阶段对学生的体育兴趣进行培养,为之后的学习铺垫坚实基础,帮助学生养成坚持定期锻炼良好的习惯。

3 初中体育趣味教学与健康教育融合的教学策略

3.1 增强体育游戏的设置

在初中体育教学中,教师很容易采用简单的做法。由于对运动缺乏兴趣,学生知道运动通常对他们不利,这可能会引起人们对运动的兴趣。因此,在学习过程中,有必要将游戏元素添加到传统的体育课程中,以便他们可以体验工作中的培训乐趣。引起学生对运动的兴趣。除了玩游戏外,教师还需要创建有趣的教学游戏,并让学生做快乐时光以提高教学质量。例如,在学习篮球之后,教师可以将学生分为两支队伍,两组学生站成一排,最后一名学生开始带球过人。每个学生相距一米,在球送到排头后,学生们将球从胯下传回排尾。通过这种联系,能够很好的熟悉篮球的一些技巧。教室也可以增加一些游戏惩罚措施,让学生们的注意力更为集中,提升教学游戏的效果。

3.2 进行小组活动,增加趣味性

在初中体育教学中,要根据学生的不同兴趣,将学生分成不同的小组,使学生以合作的形式参加体育活动,使学生在相互合作中体会到运动的魅力。比如:在“足球”课程中,要加强学生对体育活动的兴趣,就要提高体育教学的趣味性。首先,让学生在课堂上举手投票,表达对足球的热

爱。例如，对兴趣比较浓厚的学生，可以利用课本自行掌握基本的踢球技术及相关的比赛规则；对于兴趣不强或没有兴趣的学生，教师会用生动的语言和动作，细心地向学生解释有关的足球知识。最后，教师将安排两个小组，由训练较好的学生来指导表现较差的学生。同时，对学生进行适当的足球友谊赛，使学生能真正体会到足球运动的魅力。在体育教学中，团队合作可以有效地促进学生的合作意识和能力的培养。

3.3因人而异，培养学生独特的个性

由于学生的身体素质差异，在进行体育锻炼的过程中要充分保护好每个学生的身体，因此因材施教是个性化培养的前提，可以充分利用到学生之间的差异，让教师在教学中认识到学生在具体方面的不同，从而对其培养的方案进行细化，对不同特征的初中学生开展不同的教学方法。首先，教师需要了解学生的身体素质，根据学生的具体情况提出体育与健康课程要求，确保每个学生都可以参与到学习中来。其次教师需要了解到每个人不同的需要及个性，有的孩子天生就不爱运动，有的学生内向，有的学生身体素质差，因此教师需要在教学活动中根据教学目标提出针对不同学生的不同训练方法，使每个学生都参与到训练中，达到训练的效果。例如，初中体育教师在开展基础教学训练活动中，教师可以改变以往按照运动方式的分类，转变成训练成果的分类，譬如某一节课的目标就是为了锻炼学生们的腿部肌肉，需要提供不同的项目供学生选择，让学生从“立定跳远”“深蹲”“蛙跳”中尝试不同的动作，找到对自己难度适中的动作进行训练。而教师在学生训练的过程中提醒学生注意热身训练以及肌肉的放松，避免学生的身体受到伤害。通过这种方式，学生可以选择难度系数不同的动作进行训练，达到训练目标的统一而不是训练形式的统一，为个性化培养形式提供一定的参考。

3.4利用信息化教学模式对初中学生的体育培养模式进行改革

在初中阶段，体育教学要注重学生的实践能力培养。所以，在初中体育课的教学过程中，应注重线上与线下教学的有机融合，以推动体育培养方式的改革。在体育教学中，传统的教学方法有两个方面。一类是由老师指导的教学实践活动，一类是由老师安排的家庭任务和独立的实践活动。课堂教学受时间、空间和教学设施等条件的制约，而教学内容则取决于学生自身的主观能动性。通过智能体育教学APP，学生可以通过网络进行体育动作训练、体育技能练习等等。APP会自动对学生的学业进行跟踪，并在实际操作中获得相应的分数，而通过相应积分的积累可以到老师处兑换等价的奖励，以此来激发学生的积极性。另外，部分网络教学系统还提供了人机对话、用户跨地域沟通等多种功能，拓展了体育运动的应用领域。各种线上线下教学的有机融合，使得体育实践

培训更加灵活，有利于学生体育能力的提升。

3.5合理安排课堂比赛

当教师开展体育比赛时，需要营造一种良好的氛围，以便他们学习更多并改善自己的身体状况。比赛促进了初中生的竞争力和所有学生的成功。学会通过运动遵守运动和运动规则。由于竞争，所有学生都在危机中生存下来，这提高了学生的表现水平。例如，在篮球的教学中，如果教师只是让学生一味地进行体育运动，学生们很容易产生厌烦情绪。因此，教师需要准备一些轻松愉快的比赛。让学生们分层几个小组，开展半场的篮球比赛。每个小组都要确保实力相当，两组在比赛时，另外两组在场下进行休整和观察学习。这种方式既能提高学生的学生的学习效率，还能让学生们感受体育的魅力，对体育学习产生兴趣。

3.6拓展学生学习途径

如今信息技术高度发展，家家户户都拥有了互联网。教师可以利用互联网的延展性，让学生打破时间和空间的限制，实现随时随地都能学习初中体育课程知识。还可以通过教育信息化背景下的云端教学模式和各种网络即时会话技术，让学生在课余时间开展关于体育课程内容的讨论。例如，建立QQ群、微信群，引导班级上的学生都加入群中，让学生在群里面畅所欲言，拓宽知识面。还可以利用学校的线上云端教学平台，让学生能随时随地进行体育技能的学习，并且实现体育学习的交互和延伸拓展功能。初中教师应该主动探索教育信息化背景下的体育教学模式，提高自身的信息技术素养，丰富学生的学习途径，让学生能够学以致用，不断发展自身的锻炼能力，促进课堂的有效化。

结语

综上所述，在我国新课标的背景下，初中体育老师应该站在教育前沿，掌握教育的方向，适当地转变自身教学的思想，尊重学生们的主体地位。通过多种多样的教学形式，对学生学习的动力进行激发，让学生们可以主动投入到体育知识的学习中。与此同时，初中体育教师还应该采用行之有效的策略，最大限度地提升体育教学的效率及质量，进一步创建出良好的学习氛围，培养学生们的体育兴趣，为社会培养更多优秀人才。

参考文献

- [1]洪秀玲.初中体育教学中学生主动参与意识的培养方法探寻[J].考试周刊,2018(03):126-127.
- [2]解国强.试论初中体育教学中学生合作意识的培养[J].2019.1.
- [3]陈霞.初中体育课程如何正确运用兴趣教学法[J].青少年日记(教育教学研究),2019(04):238-239.
- [4]孙晓忠.初中体育教学中兴趣教学法的应用研究[J].文体用品与科技,2019(04):141-142.