

浅谈初中体育教育中的多元化策略

李特

(河北省枣强县大营镇中学 河北 枣强 053111)

[摘要]近年来,国家对于体育事业的重视程度不断提升,在学校教育中,体育学科的重要性也得到了更进一步的凸显。初中阶段,体育课程更是作为中考科目之一,在中考考试当中占有一定分值。体育课程受重视程度不断提高,恰恰反映了国家对于青少年体质发展的关注态度,健身与强国有着必然的联系,发展国民素质,体育教育是不可或缺的一环。在当前的初中体育教学过程中,依然存在着教学内容匮乏,教学方式单一的问题,基于以上问题,本文探究了初中体育多元化教学策略。

[关键词]初中体育;教育;多元化策略

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-627X.2021.10.1743

近年来,总书记提出体育教育应当以学生的身体健康发展作为重点的教育理念,与此同时,无论是国家层面,还是社会层面,对于体育教育的重视程度都在不断提升。我们对当前阶段的初中体育教学进行了调研,发现了一些现实存在的问题。首先,在我国体育事业蓬勃发展的背景下,国民的体育意识在不断增强,但受到应试教育影响,体育锻炼与其他学科教学相比,依然处于弱势,在教学中占比相对较少;其次,在实际的教学过程中,部分地区和学校依然采用传统的体育教学方式,课程缺乏系统性和科学设计,教学内容相对缺乏时代感,教学方式单一老套,以上问题都会导致学生缺乏体育锻炼的兴趣,对体育课的重视程度明显不足。基于这一点,在初中体育教学中开展多元化教学,成为当前阶段一线体育教师所探究的重要话题,本文对此进行了论述。

一、激发兴趣,增强学生锻炼信心

学业为重,是在应试教育模式下,几乎所有学生的一个共识。在这一观念驱使下,在学生的意识当中,他们最主要的任务是学习,而体育锻炼,既然与学习之间没有更多的联系,就可以置之不顾。我们通过对青少年健康体质调查发现,学生在进入中学之后,其身体素质应当处在一个不断提升的状态下,但实际上并非如此。很多中学生由于缺乏应有的体育锻炼,造成自身肥胖,贫血,耐久力差等身体素质问题,严重者甚至于影响了平时的学习和生活。针对中学生的这些体质问题,以及他们体育锻炼的错误观念,体育教师需要在帮助学生转变观念的同时,有效调动他们参与体育锻炼的兴趣。在这方面,教师首先要树立以学生为本的思想,从学生的角度出发去考虑问题,从他们的兴趣点入手创设有效的教学情境,引导学生更为积极主动的投入到体育教学活动当中。学生对于任何课程的学习都需要教师的鼓励,这有利于培养学生的信心。因此,体育教师在教学中要有意识地多鼓励和表扬学生,让学生对于体育的兴趣始终保持旺盛的状态。学生在体育的学习和锻炼中不可避免地会遇到一些不如意的事情,这时,教师要教给学生以积极的心态去面对,

要寓情于教,及时鼓励。当学生对于一些体育技巧的练习感到吃力时,教师除了要耐心指导,帮助他们突破难点之外,还要善于发现学生身上的优点,并适当扩大,多激励、少批评。学生只有在教师的表扬声中才能进步得快、提高得快。

二、课堂教学,体现学生主体地位

当前阶段,体育课堂教学过程中存在的一个现实问题,就是体育课程缺乏整体规划,每一堂课都没有明确的教学目标。实际上,初中体育教师应当明确的一点是,我们的体育课堂教学是否有效,一个最重要的衡量标准,就是学生能否达到有效的练习强度,和训练频率。基于这一点,体育教师首先要明确自己和学生在课堂中的角色定位。在课程开展过程中,使学生在课堂中的主体地位得到最为充分的凸显。这就要求体育教师在教学活动中要给予学生更多体育锻炼的机会,那么我们就需要尽量精简自己的教学语言,提升自己对于体育课堂的掌控能力,利用最短的时间将教学重点悉数传达给每一个学生,然后留给他们更多的时间去进行相应的体质锻炼。在学生锻炼过程中,教师还可以以个别讲解,或者是示范指导等形式,来帮助学生规范动作,提升效果。比如在进行足球的复习训练中,教师不仅要把握其中的节奏,同时也能让学生拥有话语权,积极的进行转化,让学生在小组内互相监督,养成良好的训练习惯,能够真正体现体育课程强身健体的作用。

三、突破限制,结合信息技术教学

体育课一般都是在户外进行,大多数学校都没有室内训练的场地。这种情况下,一旦遭遇恶劣天气,体育课就无法正常进行。而在当前阶段,信息技术功能为我们提供了更多的可能性。教师可以利用教室当中的多媒体设备,突破时空的限制,将体育课由室外向室内过渡。首先,我们可以利用多媒体为学生播放一些强度较小的训练方式,比如当前流行的各种手语操,带领学生在室内学习,同样可以起到帮助学生舒活筋骨,松弛肌肉的作用,还可以锻炼学生的协调能力,增强体育课的趣味性;其次,我们还可以利用多媒体

搜索与体育相关的视频素材,结合这些素材,带领学生感受体育训练的氛围,引领学生认识到体育精神的内涵。在这方面,无论是体育赛事,还是与体育相关的影视剧,都可以作为我们的教学素材加以应用。例如《少林足球》《科比的缪斯》等电影和有关我国第一枚奥林匹克金牌、我国奥运健儿夺冠的纪录片等,通过电影的播放产生明星效应,使学生喜欢某一项活动,同时,每一部电影和纪录片都能够体现一种体育精神,从这些电影中,学生学到了永不言弃、敢于拼搏的精神,并从纪录片中受到爱国主义情怀的熏染。

四、融入游戏,增强教学内容趣味

近年来,丰富多彩的体育游戏,被应用于体育教学活动当中,为我们的体育教学增添了更多的色彩。相对于传统体育教学以及训练,体育游戏的特点在于:游戏本身具有较强的趣味性,在开展体育游戏时,学生可以放松身心,尽情享受游戏的过程,达成在玩乐中锻炼的效果;不仅如此,相对于呆板的体育训练,体育游戏的活动方式更为灵活,无论是对于动作的规范要求,还是对于训练的强度大小,其界定都比较宽泛,学生可以在活动中结合自身的体质特点,适度参与游戏。正因为体育游戏的以上特点,体育教师可以在每一堂课上都设计相应的体育游戏内容,一方面,利用丰富多样的体育游戏活动,调动学生参与体育锻炼的积极性;另一方面,利用体育游戏创设更为良好的教学氛围,提升课堂教学的实际效果。比如在进行跑步训练活动的过程中,教师可以采用丰富的游戏,划清在跑步中的优势,让他们更加积极的进行参与,挖掘他们每个人的长处,展现学生各自的优势,增强他们的自信心,提高学生的注意力。

五、空间创新,提升学生体育技能

培养学生形成良好的体育锻炼习惯,引导他们掌握丰富的健康知识,帮助他们提升体育锻炼的技能,是中学体育教学的几个重要目标。初中阶段,学校为体育课程安排的教学时间相对较少,如果仅仅利用这些学校规定的时间来进行体育锻炼,学生的体育锻炼时间依然会有明显的不足。针对这一情况,体育教师需要在教学空间方面进行创新,结合恰当的方式,帮助学生实现体育锻炼空间的拓展。而开展体育兴趣小组,则是一种行之有效的办法。或者是利用学校的社团活动日,组织喜欢体育锻炼的学生参与各种以体育锻炼为主要形式的社团活动,借此来为学生争取更多体育锻炼的时间。很多初中生都有好动的天性,他们可以在兴趣小组或者社团活动当中释放天性,而对这一部分学生的教学,教师也可以在传统教学内容的基础上进行拓展和纵深,保证他们有更多的收获。比如在进行擒拿格斗的动作讲解中,要把安全

教育融入进来,积极的创造广阔的空间,利用各种资源展现学生的技能,让学生从中进行知识的细化,以保障学生综合素养的提升。通过这样的方式,不仅能够把安全教育放在首位,同时也能为学生传授一些急救知识,与学生的成长方向进行联系,提高学生的体育运动技能。

六、教学评价,切实考虑学生差异

教育与评价是教学活动中不可或缺的重要环节。相对于其他学科类教学,体育课程的评价一般都是以各种体质测试为主,而评价标准,则是国家规定的青少年应当达到的体质测试目标。这种评价方式虽然能够达到一定的评价效果,但对于学生之间的差异性,却无法进行有效的关注。因此,初中体育教师应当改革我们的教学理念,在实施教学方式创新的同时,进行创新性的评价方式及评价标准制定。这一过程中,教师应当将学生的兴趣爱好,体质差异,知识储备等都列入到评价考虑的范围当中,例图使我们的体育教学评价更为全面。同时,我们还可以开展分层评价的方式,使不同素质的学生都能够体验到体育锻炼所带来的成就感。利用教学评价,使学生不断受到精神上的鼓励,从而增强他们体质锻炼的信心。比如在篮球的考核过程中,教师可以先对学生的基本情况作出判断,然后设定不同的目标,为学生安排不同的活动,让学生都有参与的意识,这样才能综合性的考察每个学生的基本情况,促使学生掌握篮球运动技巧的能力得到大幅度的上升。

综上所述,开展卓有成效的初中体育教学,继续增强学生体质,帮助学生形成良好体魄的重要途径,也是带动国民参与体育锻炼,提升全民身体素质的重要举措。作为一名初中体育教师,我们应当在当前的课程改革背景下,对体育教学的形式及内容进行深入探究,利用创新思维武装自己的头脑,争取采用更为多元化的教学方式,为学生带来更多全新的体育课堂体验,使学生能够在轻松愉悦的氛围下,自觉的融入到体育锻炼活动当中,使他们感受到体育锻炼的乐趣所在,体验到体育锻炼所带来的身心变化,借此为国家培养更多身心健康,全面发展的有用之才。

参考文献

- [1]孙悦.初中体育多元化的教学方法应用探讨[J].考试与评价,2020(16):36-37.
- [2]刘鸿斌.初中体育教学的现状及多元化教学策略研究[J].中国校外教育,2020(28):13+20.
- [3]吴德明.初中体育教学中学生多元化发展的有效策略[J].青少年体育,2019(05):72-73.