

# 初中体育教学中促进学生个性发展的分析

刘雪生

江西省赣州市宁都县会同初级中学

**[摘要]**初中体育与健康是基于对增强学生体质、锻炼学生意志、激发身体活力、倡导健康生活的考虑，而为学生精心设计的一门实践类学科。但是，升入初中以后，由于学生的课业压力逐渐增大，学生参与体育活动的的时间变得越来越少，在这种情况下，体育与健康便成为学生普遍喜爱的一门课程。因此，为了给学生打造一个展现自我、诠释自我、释放自我的平台，教师要将个性化培养纳入教学计划当中，旨在通过课堂教学活动激发学生的体育运动潜质。

**[关键词]**初中体育；学生发展；个性化教学

**[DOI]** 10.12252/j.issn.2096-627X.2021.10.2316

体育在小学、初中、高中、大学各个阶段的教育中都是非常重要的课程，特别是在初中阶段，学生正值生长发育的关键时期，体育课程更是关系到学生的中考成绩，其在学生身体素质培养及整体发展方面的重要性不言而喻。如今的人才培养要求不同于过去的应试教育，现在教育界倡导对学生进行个性化教育，让学生充分发挥自身独特的才能。要做到国务院《关于加快发展体育产业促进体育消费的若干意见》提出的“每天健身一小时”、“掌握一项以上体育运动技能”等要求。这一要求和当下素质教育的理念也达到了完美契合。这就要求体育教学中要改变以往只注重基础体育知识和体育运动技能传授的模式，提高对于学生个性特点的关注，深入探索和研究如何通过体育教学促进学生个性发展。

## 一、针对学生个性发展开展初中体育教学的重要性

虽然体育课程被纳入了中考范围，在初中阶段的教育中占有重要地位，但受到传统教学观念、不科学的教学方式的影响，该门课程的教学并没有充分发挥出促进学生成长与发展的作用。对于学生个性发展的关注是初中体育教学的一个重要转变和进步，能够使该门学科的教育影响力有效提升。就目前而言，初中体育个性化教学仍处于探索阶段，还需任课教师深入研究，灵活进行教学各方面的调整，以促进学生个性化发展。初中体育课程中重视学生的个性发展需求，并据此进行教学活动的设计，能够充分激发学生的学习兴趣，使他们更积极地参与课堂活动。在教师的指导下，学生自己进行活动内容选择，将自身所具备的优势充分展现出来。也使得体育教学对于学生来说就不仅仅是课业的任务，而是充分发挥自身才能，有效释放心理压力的平台。能让学生乐于参与，并能够积极配合教学工作的开展，必然会提升体育教学的效果，使教学活动在强身健体方面的重要作用得以充分发挥。与此同时，针对学生个性发展需求的体育教学活动还能促进学生智力发展，帮助学生从繁重的课业压力中解放出来，使大脑和身体得到充分的放松，随之进行其他课程的学习，可能更有效率。

## 二、认识体育课程的重要性，因材施教

增强学生的体魄，培养健康有朝气的学生是体育教学的第一要义。以学生为主体，采取适合学生身心发展的教学模式和教学内容，为初中生接受素质教育打好基础是初中体育教学的关键。初中生生性活泼、精力充沛，有足够的活力

去参与各项活动，这个阶段的学生同时也面对着学习、生活等多方面的压力，通过体育活动排解学习、生活中的压力，可以达到更好地学习的目的。初中是健全学生心理的重要阶段，通过参加各项体育活动，可以使学生的性格更加积极向上。如篮球、足球等团体活动中，学生可以学习如何团结同学，如何在团队中发挥自己的作用；长跑运动可以锻炼学生的耐力和耐心，培养坚持不放弃的性格。通过正确的体育教育，培养出有勇气、敢拼搏、乐观进取的学生。教学过程中，教师需要以自身积极的态度影响学生，教会学生运动技能的同时也要深入了解学生的心理状态，培养学生健康的生活情趣。教师的一言一行都会影响到学生的发展，作为和学生接触最多的人，教师必须严格规范自身行为，严以律己。

## 三、充分体现初中体育教学的个性化发展

初中体育的人性化培养一定是突出学生的个性。首先，要提升学生的意志品质。体育可以强身健体，但是体育对学生的意志力的培养也至关重要。通过体育教育，能够培养学生吃苦耐劳的精神，符合初中教学新课标中对个性化培养的定义。例如，在中长跑中，学生通过坚持完成1000米、800米的跑步，对个人的意志力进行提升；在进行跳绳、仰卧起坐等体育运动时，鼓励学生自我超越，不断提高目标，培养学生自我挑战、勇于超越的精神。其次，在团队协作中体现个性培养。突出个性不是过分关注自身，突出个性实际上是为了更好地融入团队。体育团队教育，是教育学生如何在团队中施展自己的个性，通过与其他学生的个性互补，达到相互配合、共同实现团队目标任务，发挥团队的力量。在个性施展的过程中，培养学生的团队意识，培养互敬互爱的精神素养。最后，初中体育的个性化培养应该建立多元评价体系，每个学生的体能和个性不同，不能采用唯一的评价方式，这样会限制学生的体育兴趣。体育教学评价不能仅仅以比赛结果为标准，应更多结合学生平时的表现，在比赛中发挥的作用进行评价，增强学生参与体育活动的自信心，养成良好的体育运动习惯。在初中这个学生一生中非常重要的阶段，教师在教会学生知识的同时，也要促进学生的个性化发展，引导学生发现、了解自己的特点，促使学生成为健康、独立的优秀个体。这不仅可以让学生在初中阶段获得良好的发展，也为学生的未来生活打下了良好的基础。

## 四、小组互助协作，发挥个人优势

在体育与健康教学中,教师应当充分发挥团队合作的力量,采取小组互助协作的方法来共同完成某一项体育运动或者健康运动。首先,教师可以根据学生的个人身体素质与心理承受能力因材施教,科学划分协作小组,保证在参与体育运动的过程中,各小组的综合实力保持相对均衡,让每位学生将自己的个人潜能发挥到极致。以我国的国球乒乓球教学为例,在教授学生乒乓球的基本技法时,教师首先将第一小组确定为教学组,第二小组与第三小组确定为实验组。然后,在教学组的演示下,由两个实验组以乒乓球比赛的方式,验证教学组的教学成效。比如在讲授和演示乒乓球旋转技巧时,教学组成员应将旋转的理论内容交代清楚,即“击球时,用球拍不同部位击球和摩擦球,最为常见的旋转球击法人是利用拍面下侧与拍面上侧击出摩擦球,然后调整力度与身体的角色,来控制球的旋转速度与进攻方向”。第二小组与第三小组在较量过程中,其中一个小组的学生发现手腕发力方式的不同,也会产生不同的旋转球效果,比如手腕力度下降,角色放低,这时,极易发出上螺旋球。学生通过对旋转球技巧的研究,能够在短时间内研究出一些行之有效的击球方法,这些方法恰恰是团队合作的氛围而产生的。因此,为凸显学生的个性化特点,深入挖掘学生的个人潜力及对乒乓球这项运动的感悟力,教师可以凝聚集体智慧结晶,让学生在热烈的比赛氛围当中,逐步摸索出更多的个性化创意。

### 五、尊重学生主体地位,引导学生充分发挥自身特长

新课程改革强调在课堂教学中要充分尊重学生的主体地位,使学生积极主动地进行知识或技能的学习,真正成为学习的主人。尊重学生的主体地位并不代表教师在课堂中的重要性有所下降,而是对教师提出了更高的要求。教师要成为学生学习的引导者,充分了解学生的实际需求,帮助学生克服来自生理和心理方面的各种困难和压力,引导他们充分挖掘自身的优势,发挥自己的特长,从而获得自信与成功的喜悦。比如,有些学生对篮球非常感兴趣,教师就可以在完成基本的教学之后,将课堂剩余的时间交给学生,让学生投入到篮球活动中。与此同时,教师还要对在篮球方面有潜能的学生进行指导,鼓励他们坚持自己的爱好,并帮助他们了解相关规则,指导其日常训练。此外,还可以在学校组织篮球比赛,让这些爱好篮球运动的学生有展示自己特长的平台。当然,学生在篮球训练中不可避免地会出现身体承受能力、团队磨合等方面的问题,教师要及时发现,及时调整运动方案并对学生进行科学引导,使他们在不断地克服困难与解决难题的过程中实现自身更好的发展。

### 六、加强师生间的沟通与交流,深入了解学生的个性特点

有效的师生互动是影响体育教学质量的重要因素。在教学实践中,教师只有加强和学生的沟通,与学生平等交流,才能对学生的情况及其个性特点有更深入的了解。沟通的形式有很多,可以是课堂上的积极互动,也可以是课下的主动

分享。学生可以将学习过程中遇到的困难,对于课堂教学的想法和建议向教师说明,使教师对其学习情况及性格特点有所了解,从而针对性地开展有利于学生个性发展的教学活动。同时,教师也可以通过与学生的交流,对自身教学情况有更多的认识,及时反思教学活动中的不足,并根据学生提出合适的建议对教学计划进行灵活调整,使之在不脱离教学内容的前提下,更符合学生的个性特点。要想促进学生的个性发展,教师和学生之间的互动交流必不可少,教师要充分掌握不同学生的个性和心理特征,并将其作为重点内容进行课程计划的设置,使学生在掌握基本的体育知识和技能的同时,还能发展自身个性。

### 七、采取有区别的评价方式,实现全体学生的个性发展

学生个体之间存在的很大的差异性,教师不仅要在课程教学中给予学生差别化的对待,也要在选择和建立评价机制时,采取区别考评的方式,客观评价学生的体育水平。对于在某方面具有明显优势的学生,教师要及时予以肯定,并着重对学生此方面的技能进行培养,同时还可以深入挖掘其在其他方面的特长,帮助其实现更好地发展。对于一些体能较差,体育基础比较薄弱的学生,教师可以适当放宽对他们的要求,只要他们相较于课程之初有了明显进步,在学习的过程也都是非常认真的,就应该给予他们正向的肯定,对于他们的点滴进步都值得进行表扬,以提高他们的自信心,鼓励他们不断进步。一些教师可能认为区别考评的方式不公平,会使一些学生受挫。但我们必须承认,学生的差异是客观存在的,以绝对公平的方式去培养和评价存在差异的学生,反而会使一些学生无法实现突破性的发展,难以充分发挥自己的个性特点,不利于学生个性的发展。

总之,在当前的初中体育教学中,教师在强化基础教学的同时,还要关注到学生的个性发展,不断更新教学观念,并结合教学内容优化教学体系,结合学生的个性发展需求创造性地开展教学活动,采取差别化的评价方式,充分尊重学生的课堂主体地位,深入了解学生的个性特点,满足学生多样化的学习需求,以切实提高体育教学的有效性。

### 参考文献

- [1]杨旭辉.初中体育与健康课对学生个性化培养研究[A].中国管理科学研究院教育科学研究所.2021教育科学网络研讨会论文集(六)[C].中国管理科学研究院教育科学研究所:中国管理科学研究院教育科学研究所,2021:92-94.
- [2]张俊勇.初中体育与健康教学中对学生个性化培养策略探析[J].天津教育,2021,(32):14-15.
- [3]张洪福.初中体育与健康教学中学生个性化培养的策略[A].教育部基础教育课程改革研究中心.2020年基础教育发展研究高峰论坛论文集[C].教育部基础教育课程改革研究中心:教育部基础教育课程改革研究中心,2020:2502-2503.
- [4]赵凌宇.初中体育教学中培养学生个性化发展的策略[J].教师,2020,(18):107-108.