

初中体育与健康课程实施的现实瓶颈与路径选择

刘德正

聊城市茌平区茌山学校

摘要：初中体育与健康课程大单元教学中，教师需要关注学生的全面发展，注重培养学生的实践能力和创新精神，同时还要关注学生的个体差异和兴趣爱好。然而，当前大单元教学实施中存在一些现实瓶颈，如教学资源的匮乏、教师专业水平的参差不齐、教学存在惯性等多方面因素。为了解决这些问题，本文将探讨初中体育与健康课程大单元教学实施的路径选择，以为教师提供一些思路和方法，推动体育与健康课程的改革与发展。

关键词：初中体育；大单元教学；问题对策

【DOI】10.12252/j.issn.2096-627X.2022.04.029

引言

初中体育与健康课程大单元教学是当前体育课程改革的重要方向，但在实际实施过程中，面临着诸多现实瓶颈。为了解决这些问题，需要探索初中体育与健康课程大单元教学实施的路径选择。通过挖掘内容素材、引重塑大单元教学设计依据与要点、立足学情创设“体育走班制”模式、坚定体育学科核心素养目标等方法来帮助广大教师应对体育大单元教学实施困境。因此，在本文中将对这些瓶颈和路径选择进行深入探讨，剖析问题的本质，提出解决问题的有效路径，以为初中体育与健康课程大单元的教学实施提供有益的思路和建议。通过这样的努力，我们有望共同推动初中体育与健康课程大单元教学的质量提升，培养更加健康、积极向上的青少年群体。

一、初中体育与健康课程大单元教学实施的现实意义

（一）促进学生身体健康和心理健康

初中是学生身体发育和素质提升的重要阶段，也是形成正确价值观和良好习惯的关键时期。体育大单元教学通过系统化、结构化的教学内容和教学方法，不仅关注学生的身体素质和运动技能的培养，还注重学生的心理健康、社会适应能力等方面的全面发展。在体育大单元教学中，教师会根据学生的年龄、性别、身体状况等差异，制定适合学生的运动计划和训练强度，通过运动锻炼学生的身体素质和运动技能，同时提高学生的心理健康水平。通过体育大单元教学，可以培养学生的团队协作、沟通交流、自信心、意志力等非技能方面的素质，为学生未来的成长和全面发展奠定坚实的基础。

（二）提升教师教学能力和专业素养

体育大单元教学需要教师具备更高的教学能力和专业素养。教师需要具备对整个学期或学年的体育课程进行整体规划和设计的能力，需要深入理解和掌握体育学

科的知识技能，还需要具备对不同学生的特点和需求进行个性化教学的能力。通过实施体育大单元教学，教师可以不断学习和提高自己的教学水平，增强对体育学科的理解和把握能力，进一步提升自己的专业素养。同时，教师还需要不断更新教学观念和方法，积极探索适合学生的教学内容和形式，不断完善自己的教学能力和素养。

（三）推动体育课程改革和素质教育发展

初中体育大单元教学的实施，是推动体育课程改革的重要举措。在传统的体育教学中，教师往往只关注学生短期内的身体锻炼和技能掌握，而忽略了学生长期的发展和综合素养的培养。体育大单元教学以培养学生体育核心素养为目标，注重学生的全面发展，符合新课程改革的要求和教育发展的趋势，通过实施体育大单元教学，可以促进体育课程的整体优化和教学质量的提高，推动体育课程的改革和发展。同时，体育大单元教学的实施还可以促进学校体育文化的建设和发展，营造良好的体育氛围和文化环境。因此，我们应该充分认识到初中体育大单元教学的重要性，积极推广和应用这种先进的教学形式，为学生的健康成长和教育事业的发展做出贡献。

二、初中体育与健康课程大单元教学实施存在的困境

（一）经验匮乏

初中体育与健康课程大单元的教学实施中存在着教师经验匮乏的问题，这问题是当前教育领域亟待解决的。教师在这一领域的经验不足可能导致学生对体育与健康知识的学习效果不佳，甚至对学生身心健康造成负面影响。首先，大单元教学作为一种新的教学形式，其设计和实施需要教师具备较高的教学能力和专业素养。然而，由于传统的小单元教学已经在教师心中根深蒂固，使得教师们在设计 and 实施大单元教学时，难以摆脱

传统教学的思维定式。这导致了大单元教学的实施效果不尽如人意，甚至在一些学校中，大单元教学成了形式主义，只是简单地延长了教学单元的时间，而没有真正地实现大单元教学的目标。其次，缺乏成熟的大单元教学案例，虽然有一些学校和教师在实践中尝试了大单元教学，但是由于没有及时总结和提炼成功的案例，使得这些实践经验无法得到有效的推广和应用。这也使得其他教师在实施大单元教学时，很难找到可供参考和学习的范例，从而增加了设计和实施的难度。

（二）教学惯性

初中体育与健康课程大单元教学的实施存在教学惯性，传统的小单元教学在实施中占主导地位，对大单元教学的实施产生了一定的阻碍。传统的小单元教学在实施过程中形成了相对稳定的教学流程和方式，教师习惯于按照自己的经验和习惯进行教学设计，这种教学惯性使得教师在实施大单元教学时，难以摆脱传统教学的思维定式，从而影响了大单元教学的实施效果和质量。其次，传统的小单元教学注重的是对运动技术的细节教授，而大单元教学则更加强调对运动技术的整体理解和运用。然而，由于教学惯性的影响，一些教师仍然过于注重细节教授，导致大单元教学的整体性和连贯性受到影响，学生的技能水平也难以得到有效的提升。此外，传统的小单元教学通常以教师为中心，教师是课堂教学的主体，而学生则处于被动接受的状态，这种教学方式不利于学生的主动学习和技能掌握，也难以适应大单元教学的要求。在大单元教学中，需要更多地注重学生的主体地位，培养学生的自主学习和探究能力，而这正是传统小单元教学所缺乏的。

（三）转化脱节

初中体育与健康课程大单元教学的实施存在转化脱节的问题，在实践中，从课程内容教材化到教材内容教学化的转化过程常常出现偏差，导致大单元教学的实施效果不佳。首先，在初中体育与健康课程中，教材是教师进行教学的重要依据，然而，一些教师过于依赖教材，缺乏对教材的灵活运用和创新能力。这使得教学内容与学生的实际需求脱节，无法激发学生的学习兴趣 and 动力。同时，由于教材内容相对单一，难以满足学生多样化的需求，也使得大单元教学的实施效果受到影响。其次，一些教师在实施大单元教学时，缺乏对教学过程的整体设计和把控，导致教学过程机械化，缺乏灵活性和变化性，这使得大单元教学难以根据学生的实际情况和需求进行及时的调整和优化，从而影响了教学效果和

质量。此外，一些教师缺乏系统、精耕的专项化教学能力，对运动项目的深入了解和掌握不足，导致在进行大单元教学时难以进行有效的转化和调整，这不仅影响了教学效果，也使得学生的技能水平难以得到有效的提升。

（四）专项薄弱

在初中体育与健康课程中，教师需要具备对某个运动项目的深入了解和掌握，需要具备较高的运动技能和教学水平。然而，由于一些教师的专业背景和教学经验有限，导致其在实施大单元教学时难以进行系统、精耕的专项化教学，这使得教学内容与学生的实际需求脱节，无法激发学生的学习兴趣 and 动力，也使得大单元教学的实施效果受到影响。其次，一些教师在实施大单元教学时，缺乏对教学方法的灵活运用和创新，导致教学方法单一、缺乏变化，这使得教学过程机械化，缺乏灵活性和变化性，难以根据学生的实际情况和需求进行及时的调整和优化，从而影响了教学效果和质量^[1]。此外，专项薄弱问题还与教师的学习和发展有关，一些教师缺乏自主学习和研究的能力，难以适应大单元教学的需求。同时，由于大单元教学需要更多的创新和改革，对于一些长期从事传统教学的教师来说，需要花费更多的时间和精力去适应和学习。然而，由于一些教师的学习和发展能力有限，导致其在实施大单元教学的实施中难以进行有效的转化和调整。

三、初中体育与健康课程大单元教学的实施策略

（一）挖掘素材设计系统化大单元教学

初中体育与健康课程大单元教学中，通过挖掘素材设计系统化大单元教学是一种有效的教学策略，这种策略能够将课程内容进行整合和拓展，形成具有逻辑性和连贯性的教学单元，从而提高教学效果^[2]。通过挖掘素材设计系统化大单元教学，教师可以更好地整合课程内容，形成具有逻辑性和连贯性的教学单元，提高学生的自主学习和探究能力。

比如，在篮球教学中，教师可以挖掘多种教学素材，通过多种教学方法和手段，以激发学生的学习兴趣 and 动力。设计一个以“篮球技巧”为主题的大单元教学，包括运球、投篮、防守等多个子主题。在运球子主题中，教师可以先通过示范教学和讲解教学让学生了解运球的基本技术和规则，然后通过游戏教学让学生在实践中不断提高。在投篮子主题中，教师可以引导学生探究投篮的技巧和心态，并通过实际练习让学生掌握投篮的基本技能。在防守子主题中，教师可以让学生了解防

守的基本技术和策略，并通过模拟比赛让学生实践防守技巧。同时，教师还可以利用多媒体技术，如视频、图片等，让学生更加直观地了解篮球运动的技术和规则。总之，通过挖掘素材设计系统化大单元教学是一种有效的教学策略，能够提高初中体育与健康课程的教学效果。

（二）重塑大单元教学设计依据与要点

初中体育与健康课程的大单元教学是一种有效的体育教学组织形式，它以一个完整的教学主题为核心，将多个小单元内容进行整合，形成了一个具有整体性和系统性的教学单元^[3]。因此，在初中体育与健康课程的大单元教学中，重塑大单元教学设计依据与要点是提高教学质量的关键。

比如，在排球教学中，需要明确大单元教学设计的依据，教师可以根据学生的实际情况和排球运动的规律，将教学内容划分为若干个单元，如基本动作、发球、接发球、进攻和防守等。每个单元都有明确的教学目标，且单元之间的顺序安排应符合学生的认知规律和技能发展水平。其次，要关注大单元教学设计的要点，不仅要关注学生的技术水平，还要注重培养他们的团队协作精神、规则意识和体育道德等。还需要合理安排教学内容，注重由易到难、由基础到复杂的循序渐进。例如，在排球基本动作单元，可先教授准备姿势、脚步移动等基本技巧，再逐步引入传球、扣球等复杂技能。此外，要灵活运用多种教学方法和手段，如示范、讲解、小组练习、比赛等，以激发学生的学习兴趣 and 主动性。总之，重塑大单元教学设计依据与要点，通过结合学生的实际需求，我们可以更好地促进学生成长与发展，实现教育的多维度目标。

（三）立足学情创设“体育走班制”模式

立足学情创设“体育走班制”模式，以学生的实际情况为基础，通过分类教学、灵活多样的教学方法和手段以及多样化的课程设置，实现个性化学习和全面发展^[4]。这种教学模式不仅可以提高教学质量和学习效果，还可以培养学生的综合素质和能力。

比如，在乒乓球教学中，可以根据学生的兴趣爱好和技能水平，将学生分为不同的班级，如初级班、中级班和高级班。每个班级的教学目标、教学内容和教学方法都有所不同，以满足不同层次学生的需求。在初级班中，我们主要教授基本的握拍姿势、发球和接球等技巧。通过示范和讲解，让学生了解乒乓球的基本规则和技巧，并进行简单的练习。在中级班中，我们主要教

授攻防转换、连续击球等技巧，并组织学生进行比赛练习。通过小组练习和比赛，让学生进一步提高技能水平，并培养他们的团队协作精神。在高级班中，我们主要注重技能的提升和综合训练，针对学生的个人特点进行专门训练，并组织学生进行实战对抗。通过实战对抗，让学生更好地理解乒乓球的战术和技巧，提高他们的竞技水平。总之，立足学情的“体育走班制”模式可以有效地提高初中体育与健康课程的教学质量和学习效果。

（四）坚定体育学科核心素养目标

在初中体育与健康课程的大单元教学中，坚定体育学科核心素养目标是非常重要的。体育学科核心素养包括身体健康、体育道德、运动认知、自主发展等方面，这些素养的培养需要通过多种方式和手段来实现^[5]。

比如，在足球教学中，在课前教师需要先让学生进行热身活动和准备活动，以帮助他们更好地适应接下来的练习。随后，教师可以介绍了足球的基本技术和战术配合，并组织学生进行小组练习和比赛练习。在练习中，教师需要不断观察学生的表现并给予及时的指导和帮助，以帮助学生更好地掌握技术要领和战术配合。同时，教师还要注重评价和反馈，及时记录学生的表现和数据，以便更好地指导学生进行练习和提高技能水平。通过坚定体育学科核心素养目标，可以有效地提高教学质量和学习效果。

结语

综上所述，尽管初中体育与健康课程的教学实施面临着现实的瓶颈与挑战，但我们在面对学生的多样化需求和兴趣，通过更灵活的课程设计和教学方法，能够激发他们的学习兴趣，提升体育教学质量，为初中体育与健康课程的教学实施找到更加明确的路径选择，让学生在身心健康的道路上迈出坚实的步伐。

参考文献

- [1] 郑永春. “快乐体育”在初中体育教学中的实施策略[J]. 天津教育, 2021(32): 10-11.
- [2] 沈乐群, 鲍大卫. 中考体育改革背景下初中体育教学创新发展研究[J]. 体育视野, 2021(14): 53-54.
- [3] 单玉富. 初中体育教学之阳光体育运动实施策略[J]. 新智慧, 2020(35): 77-78.
- [4] 郑智民. 初中体育教学显成效的实施策略研究[J]. 当代体育科技, 2020, 10(21): 132-133+138.
- [5] 陈小妹. 初中体育教学改革新思路探究[J]. 吕梁教育学院学报, 2020, 37(02): 156-159.