

# 初中体育多样化教学策略分析

仁增巴珠

昌都市江达县第一初级中学

**摘要：**初中阶段的学生正处于生长发育的关键时期，初中体育教学对于这个时期的学生而言具有非常重要的作用，尤其是随着素质教育的深入发展，体育开始受到越来越多人的重视，成为促进学生健康成长，强健学生体魄的重要学科。然而，目前我国初中体育教学中依然存在一些问题，严重限制了初中体育教学的发展，而多样化教学的出现则可以解决目前出现的问题，激发学生的学习兴趣和促进学生的个性化发展。因此，本文将针对初中体育多样化教学策略进行研究，希望可以提升初中体育的教学质量，改善教学模式，加强体育教学的专业性和灵活性。

**关键词：**初中；体育；多样化；教学；策略

【DOI】10.12252/j.issn.2096-627X.2023.04.043

## 引言

时代的进步和发展，让人们开始越来越关注学生的身体素质，体育不同于数学、语文等文化学科，所以在体育学习的过程中会出现两极分化的现象。具体表现为，有的学生对体育会非常感兴趣，他们非常喜欢体育运动，并积极参加各种体育活动，而有的学生则对体育没有任何兴趣，在课堂中的表现也并不是十分积极，只是被动的接受老师安排，甚至对体育会产生强烈的排斥心理。针对目前体育教学的这种情况，在体育教学中采取多样化教学的方式可以解决这个问题，一方面多样化教学方式的实施，可以有效激发学生的学习兴趣，提高学生的体育技能，让学生充分参与到体育各项活动中，另一方面，多样化教学主要是围绕学生作为主体展开，满足学生个性化学习的需求，让每个学生都能在体育课程中受益，对体育教学的发展具有非常重要的影响。

### 一、多样化教学在初中体育课堂中的必要性

#### （一）学生在教学中处于主体地位

随着我国新课标改革的不断深入，素质教育开始受到越来越多的关注，将课堂归还给学生，尊重学生的主体地位已经是新时代教育的必然要求，这个教学理念可以解决学生的部分心理压力，让学生用更加积极的心态面对学习，学生可以在课堂上充分发挥自身的优势，赢得老师更多的关注和理解，所以初中体育课堂老师必须要尊重学生的主体地位，打破传统教育思想对学生的束缚，让学生能够在课堂上有更多的发挥空间，有效激发学生的运动潜力，从而不断提高自身的各项身体机能，促进学生的成长和发展。老师可以发挥自身在课堂中的引导作用，对于学生出现的错误及时指出，纠正学生错误的运动心态，让学生的天性能够在体育课堂中得到释放，充分发挥自身在课堂中的主体作用。同时，初中体育多样化教学方式的开展，还可以有效提高学生的自主学习意识，养成良好的运动习惯，提高初中生的运动精

神。老师在对运动知识和运动技能进行讲解的时候，要时刻督促学生进行练习和复习，帮助学生熟练掌握运动技巧，积极的与学生进行互动交流，方便解决学生在运动过程中出现的问题，从而达到理想的教学水平。<sup>[1]</sup>

#### （二）满足学生个性化发展

初中体育教学中会涉及很多体育项目，这些体育项目的开展对于学生身体素质和未来发展会有非常重要的影响，而初中体育多样化教学方式的应用，则可以有效促进学生的个性化发展，提高学生的各项身体机能。在传统的体育教学中，大多数老师都是让学生开展跑步、跳绳等常规体育运动，这些体育运动在短时间内可以激发学生的学习兴趣，但是并不适合长时间的学习，容易固定学生的运动思维，束缚学生的个性化发展，无法结合运动问题获取到及时有效的沟通，会逐渐丧失运动积极性和运动热情，从而难以满足初中阶段对体育教学的需要。所以，在初中体育课堂中，老师要扮演好引导者和辅导者的角色，利用学生在教学中的主体地位，针对学生的实际情况，设计丰富多彩的教育环节，让学生正确认识体育这门学科，从而充分了解运动的重要性。同时，老师在课堂中要为学生提供展示的平台，这样可以激发学生的运动潜力，提高体育课程的教学氛围，有效促进学生的个性化发展。

### 二、初中体育教学存在的问题

#### （一）教学内容重复，缺乏吸引力

体育教学内容的重复性主要表现在教学的统一性，很多老师在学生的不同阶段一直讲授的都是同一个体育项目，并没有根据学生的实际需求选择合适的体育项目进行教学，所以让学生逐渐丧失对体育的学习兴趣，严重影响体育教学的效果。<sup>[2]</sup>每个学生都是一个独立的个体，学生之间在学习的过程中也会存在差异性和独特性，每个学生在成长的过程中会具备不同的兴趣爱好和运动天赋等，如果在进行体育教学的时候，一直沿用一

种固定的教学模式，就会让体育课程逐渐丧失吸引力，学生对后面的学习内容也会缺乏期待感，这样非常不利于体育教学在初中阶段的有效开展。

### （二）教学方式单一，缺乏创新性

相对于其他学科的教学，体育课程在开展教学的时候会受到多种方面的限制，其中客观条件和环境等对体育教学的影响都会非常大，体育课程在开展的过程中需要借助大量的运动器材完成教学，所以会受到运动场地、运动器材等客观条件的限制，老师只有在满足客观条件下才会有更大的发挥空间。在教学方式上，一般老师在开展课程之前，会带领学生进行一些热身运动，主要以慢跑或者做操为主，在热身结束之后会正式开展教学。课程教学的过程中，老师会讲解基本的运动知识和运动动作，然后让学生模仿老师的动作进行练习，这种固定单一的教学方式虽然也能完成教学任务，但是却缺乏创新性，无法为学生提供有趣的课堂体验，从而难以发挥学生的主观能动性。这种缺乏创新性的教学方式还体现在教学评价中，学生在进行练习和训练的时候，老师并没有制定有效的激励政策，只是对学生的动作完成度进行简单的指导和评价，这种千篇一律的评价方式严重影响学生的体育学习积极性，而且这种单一死板的教学方式也限制了学生的发挥，让教学水平无法获得有效突破。<sup>[3]</sup>

### （三）师生互动较少，教学实效性弱

师生之间有效的互动交流是增加学生之间感情的有效方式，更是开展有效教学的必要条件。在师生之间互动的过程中，老师可以及时了解到学生的学习情况，从而得到学生的反馈和评价。这能够帮助老师及时调整教学内容和教学方式，优化教学模式，有效提高教学质量。在体育教学中，老师大多数情况下都会先给学生进行动作要领的示范，然后让学生模仿练习，这种教学方式让老师在有限的课堂时间内，很难关注到每个学生的学习情况和学习表现，所以师生之间如果缺乏有效的互动，老师就无法及时获取到学生的学习成果和学习体验。同时，在这个过程中，学生如果只是一味的按照老师要求进行练习，就根本无法及时表达自我的感受，这种双向情感互动的缺失，拉开了学生与老师之间的距离，学生对老师容易产生陌生感，老师无法了解到学生的兴趣爱好和体能情况，就很难在教学中实现突破和创新，严重影响体育教学的效率。<sup>[4]</sup>

## 三、初中体育多样化教学策略

### （一）教学观念的现代化发展

新时代教育改革的推进主要是为了学生能够获得更加优质的发展，所以对于初中体育老师而言，在制定教学目标的时候就应该要符合初中生身心发展的规律。在传统的教学中，老师制定的教学目标更加偏向运动技能

的培养，导致有很多学生在课堂上很难集中注意力，难以激发学生的学习兴趣，影响了学生的个性化发展。因此，在新时代教育的发展背景下，初中体育老师必须要转变自身的教学理念，深度挖掘学生的兴趣爱好和运动习惯等，调动学生的运动热情，保持良好的运动氛围，这样老师的教学计划也能够获得良好的情感体验。初中体育老师需要从不同的角度出发，根据学生的实际情况及时调整教学方式和教学内容，给予学生多样化的训练方式，帮助学生形成多样化的运动机能。由于不同阶段的学生在身高、运动素养等方面会存在一定的差异性，那么老师就需要开展分层教学，制定不同的运动练习方式方法，利用不同阶段学生运动的对比制定出适合班级学生的运动目标，让每个学生都能得到更好的教育，加强每个学生的身体素质，真正实现学生的个性化培养。比如，在初中体育中老师会教授学生前滚翻的工作，部分学生并不能准确理解这个动作的运动技巧，无法将重心放在正确的身体部位上进行发力，针对这种情况，老师需要采取分层教学的方式，让错误的学生先锻炼抬臂、低头等动作，对于那些运动表现力比较强的学生，就可以锻炼蹬地等其他内容了，这样可以帮助不同的学生理解这个动作，并且建构出正确的运动方式，学生在保护自己身体的前提下进行实践操作，不仅能够快速理解老师所讲授的理论知识，还能够熟练掌握运动技巧。

### （二）引导学生进行自由体育活动

在初中体育课程中应用多样化教学策略，主要是为了提高教学的多样性，推动体育教学改革在多样化视角下的进度，所以老师在进行教学的过程中，就可以选择合适的时间让学生多进行一些自由活动。首先，自由活动可以有效提高学生的运动热情，激发学生的运动兴趣，让学生在体育课堂中能够保持积极的运动精神状态，只有保持对体育课程的期待度，才能在课堂上有更好的发挥，提高体育课程中学生的运动质量和运动效率。其次，自由活动在开展的过程中，一般都会遵循学生的兴趣爱好，满足个人的运动需求，在自由活动期间学生能够获得运动自主性和运动自由，只要不影响整个体育课程的正常开展，遵守课堂纪律，不做与课程内容没有任何关系的事情，学生就完全可以遵循自身的兴趣爱好，开展自由体育运动，这样更加有利于学生的个性化发展，还可以让体育课堂变得更加丰富多彩。<sup>[5]</sup>比如，在学习羽毛球相关课程的时候，学生提前完成了课程预设的目标，老师就可以让学生在剩余的时间内进行自由活动，选择一些自己喜欢的体育运动或者体育游戏，自由活动期间并不局限于本节课的体育活动，而是要完全尊重学生的兴趣爱好，可能一部分学生会选择进行短跑比赛，一部分学生会选择玩篮球等，在兴趣爱好

的趋势下，不同的学生会有不同的选择，老师只需要鼓励学生去运动，让学生不要一直坐着休息就可以了，同时要组织好课堂纪律，避免出现破坏课堂规则的行为，从而提高教学多样性。

### （三）在教学的过程中组织体育竞赛

在初中体育教学中适当的融入体育竞赛，可以有效激发学生的运动热情，营造和谐愉快的运动氛围，由于学生在体育竞赛中会一直处于高度紧张的状态，所以更加容易集中注意力，提高自身的运动技能，爆发自身在运动方面的潜力。竞技体育是体育运动中不可或缺的一部分，能够在很大程度上提高学生的运动意愿，提高体育教学的质量，当学生在进行体育竞赛的时候，是运动状态最佳的阶段，更加有利于提高初中体育课的教学效率。同时，在体育竞赛的过程中，学生之间需要进行合作和竞争，对于运动精神会有更加深刻的体验，增加学生团队协作的意识和不抛弃、不放弃的精神。因此，在初中体育多样化教学中，可以适当的组织学生进行体育竞赛，从而达到理想的教学目标。比如，在排球课上，如果学生已经基本掌握了排球的基础知识和运动技能，为了能够提高课程的多样性，保证学生对排球知识的实践运用能力，体育老师就可以组织一场排球比赛，根据学生的运动能力和身体素质等，将学生划分成多个竞赛小组，然后引导学生开展小组之间的排球对抗，最终决出胜利者。小组成员的划分老师必须要遵循公平公正的原则，尽量让各个小组的运动水平处于持平的状态。在竞赛的过程中，老师要注意激发学生的运动潜能，培养学生的运动精神，引导学生在比赛的时候要相互配合，发挥每个成员的优势。同时激发学生的好胜心，让学生在赛场上充满斗志，强化体育精神，增加对排球运动的兴趣。

### （四）在体育教学中渗透德育教育

在新时代的教育背景下，德育教育与学科之间的融合已经成为教育发展的必然要求，德育教育不仅会影响学生的人生观、价值观和世界观等，还会影响学生未来的学习和成长，对学生个人的成长以及社会都会具有非常深远的影响。为了能够在初中体育教学中落实好以人为本的教学目标，完成立德树人的教学任务，必须要推动多样化体育教学改革的落地，引导学生养成良好的学习习惯和道德素养。所以，初中体育老师要深度挖掘学科中的德育元素，联系生活实际建立教学内容，潜行德育教育的教学目标，实现德育教育与体育教学内容的有效融合，而不是为了完成目标进行生硬的穿插，反而影响最终的教学效果。<sup>[6]</sup>比如，在学习篮球三步上篮的时候，一般老师会先带领学生对动作进行练习，但是一些没有任何篮球基础的学生，在反复练习之后可能依然无法准确完成动作，在步伐调整上面存在问题，或者是

没有领悟到动作的要领等，这种情况下，老师可以引导学习能力比较强的学生去指导，经过学生之间的学习和互动，会增加学生之间的友谊，养成帮助他人的优良美德，德育教育自然而然的就会融入体育教学中。在这基础上，一般在体育课程中老师会组织学生进行接力的赛跑，赛跑的过程中可能由于传递失误会造成同学的跌倒，但是接力的学生并没有对跌倒的学生不管不顾，而是扶起之后才奋力直追，对于这样的学生不管最终成绩怎样，老师都应该给予表扬和奖励，同时教导其他学生要向这位同学学习，从而来达到渗透德育教育的目的，促进体育教学的多样化，并且完成立德树人的教学任务。

### （五）善于运用小组合作学习法

小组合作学习的开展需要学生组成不同的学习小组，小组成员之间共同协作完成对应的学习任务，在初中体育教学中，小组合作学习不会涉及不同群体之间的对抗，每个小组都是独立的存在，老师在对学生进行合理分组之后，让每个小组之间的运动能力都保持在平均水平，这样更加有利于团队成员之间的相互提升。分组完成之后，老师根据每组学生的实际情况制定合理的教学计划和教学目标，让学生能够在最接近自身能力范围内发展，然后鼓励学生不断超越实现超越。在体育课程中，老师要引导学生进行小组讨论和交流，在探究的过程中积极发表自己的想法和建议，从而提高小组的学习效率，在完成小组学习之后，要采用全面的评估方法进行学习情况评估，保证教学质量。

## 四、结语

在新时代教育背景下，要重视体育教学的发展，体育教学不仅关系到学生的身体素质和体育素养，更是对学生的未来发展具有非常深远的影响，多样化教学在初中体育课程中的应用，可以有效激发学生的运动兴趣，增加学生的运动意识和运动素养，从而培养学生终身体育的意识。

## 参考文献

- [1] 邵宝. 初中体育多样化教学研究[J]. 青少年体育, 2021(02): 99-100.
- [2] 俞晓. 关于初中体育多样化教学改革研究[J]. 当代体育科技, 2020(03): 160-162.
- [3] 彭鑫. 初中体育课堂中运用体育游戏教学的策略[J]. 散文百家(下), 2019(02): 234.
- [4] 余瑞春. 提高初中体育教学质量的策略研究[J]. 灌篮, 2020(27): 58-59.
- [5] 张丹. 初中体育教学中素质拓展训练的应用研究[J]. 文体用品与科技, 2019(12): 183-184.
- [6] 王天罡. 初中体育多样化教学研究[J]. 读写算, 2019(21): 147.