

初中体育教学对学生规则意识与纪律性的影响研究

杨小奉

阆中市洪山镇中心学校

摘要:初中体育教师应格外注意对学生的规则意识和纪律性的引导教育,这对于教师教学能力的提高,以及学生未来体育素质的培养和基本体育素养都具有积极的影响和意义。在教学实践方面,教师应引导学生学习体育规则,并制定合理的课堂规则,在学生体育练习和竞赛的过程中加强监督管理,在集体体育活动中规范学生体育纪律等。教师通过这些方面的实践,能够实现学生在课堂表现、日常行为习惯和体育活动的参与等方面规则意识和纪律性的提升。

关键词:初中体育;规则意识;纪律性

【DOI】10.12252/j.issn.2096-627X.2025.09.113

引言

初中阶段作为很多学生青春期成长的关键阶段,在体育教学方面,教师应加强对学生的规则意识和纪律性的教学,让学生意识到在体育运动中遵守体育规则和纪律的重要性。毋庸置疑的是,教师在体育教学方面的有益指导对于学生的规则意识和纪律性的提高发挥着重要的作用。因此,教师应首先明确初中体育中规则意识和纪律性的内涵,及其对教师教学和学生成长的重要作用。进而,教师应从多个方面入手规范学生在体育运动中的纪律。例如,教师应引导学生学习体育规则,并制定合理的课堂规则,在学生体育练习和竞赛的过程中加强监督管理,在集体体育活动中规范学生体育纪律等。体育教师通过以上教学实践方法,则能够有效地提升学生的规则意识和纪律性,学生在体育课、日常表现和体育活动中实现行为的有效规范。

一、初中体育中规则意识和纪律性的内涵

在初中体育教学中,规则意识和纪律性占据十分重要的作用。这是因为规则不仅适用于实际的体育教学课堂,还适用于具体的体育运动当中。“规则在体育课程以及各种游戏中出现的频率非常高,其中包括了体育比赛期间共同遵守的比赛规则,体育课堂中涉及的各种规章制度都可列为规则的范围。”^[1]教师需要做好体育课堂和运动规则的宣传教育工作,让学生能够了解基本的体育规则,还能遵守体育课堂的基本纪律。这对于学生未来体育素质的培养和基本体育素养都具有积极的影响和意义。

初中体育中学生的纪律性的培养意味着学生能主动遵守体育活动中的规则,通过加强学生的规则意识提升学生的自律性,营造和谐的课堂纪律氛围和体育运动中的纪律氛围。也就是说,教师通过这方面的教学,能让学生意识到保持体育课堂的规范的重要性,学生能通过自我调节主动保持一些体育活动观看时的安静氛围,还

能确保学生在参与体育运动时没有存在动作不规范、违反体育规则等行为。由此,教师在教学中注意对体育的规则意识和纪律性的强调,能有效提高学生参与体育时的责任意识,确保体育运动更为公平、有组织地进行下去。

二、初中体育中规则意识和纪律性的重要性

初中体育教师通过对规则意识和纪律性内涵的了解,能够更有效地认识到体育教学中的规则意识和纪律性培养的重要性,这不仅表现在教师的教学方面,还体现在学生的学习和成长方面。

(一)对教师教学的重要性

在初中体育的教学过程当中,体育课堂中的纪律性尤为重要,这关系到体育教学及相关运动能否顺利进行。并且,一些体育运动具有很强的竞技性,如跑步、跳远、足球、篮球等运动,这就需要教师做好对学生的体育规范教育及纪律性的管理工作,确保竞技运动结果的公平公正。当然,教师应以学生为主体,考虑到学生实际的体育学习需求。很多时候,学生不能遵守纪律和规则,与体育运动难以满足学生的需求有关。因此,教师应加强这方面的沟通和教育,确保每个学生能够从体育课堂中受益,达到体育锻炼的目的。在初中体育课堂中,良好的纪律性组织性也有利于教师传授体育相关的知识和能力,培养学生体育锻炼的爱好,达到强身健体的锻炼目的。

(二)对学生成长的重要性

体育作为一门较为广泛的学科,对初中阶段的学生体育规则的掌握乃至未来的体育健康发展都起到关键作用。“规则承载着体育学练中的一些基础性的知识和技能,对于学生理解相关的体育学练动作具有积极作用,对于提高学生的体育技能水平也具有重要作用。”^[2]学生通过对体育规则的学习,能够更好地了解不同体育运动不同的特点,从而提高学练体育运动的兴趣和能力。体育运动涉及很多团体运动,对学生规则意识和纪律性

的培养，能够提升学生的集体责任感，促进班集体的团结发展，为班级营造更好的体育活动氛围。并且，初中体育中的规则教学不仅适用于课堂教学，还适用于学生未来的体育发展，对于学生扩大体育知识面，提升作为体育参与者的责任和素质都意义深远。

三、初中体育规范学生纪律的教学实践

在教学实践方面，很多初中体育教师都做出了相当多的努力，例如教师引导学生学习体育规则，并制定合理的课堂规则，在学生体育练习和竞赛的过程中加强监督管理，在集体体育活动中规范学生体育纪律等。教师在这些方面的教学努力，能够非常有效地实现学生规则意识和纪律性的提升，让他们获得更好的体育教学和体育锻炼效果。

（一）教师制定体育课堂规则

没有规矩，不成方圆，在体育课开始之时，教师应注意为学生设定恰当的体育课堂规则。体育课堂的规则不仅包括教师在教授动作要领时，学生是否能够认真学习，态度是否端正，还包括在进行体育运动的过程中学生能够积极主动地参与其中，还包括学生是否能做到维护体育设备，保证在体育活动中的身体安全，不做出危害其他同学身体健康的违规动作等。

在实际的体育教学中，教师要让学生认识到遵守体育课堂规则的重要性。尤其对于初中阶段的学生来说，很多学生处于青春期、叛逆期，一些学生在进行体育活动时容易因得失心等问题产生矛盾甚至大打出手。还有一些学生由于心理叛逆，参与体育活动的积极性不够，这会影响整个体育课堂的氛围，导致很多学生无法专心于体育活动。这个时候就需要教师深入学生的心理，从学生的需求出发，制定出合理的体育规则，并给予一些问题学生以耐心的引导。例如，有学生在800米跑步比赛的活动中表现比较消极，这是因为一些学生体型肥胖，在日常生活中缺乏足够的体育锻炼，跑几步就气喘吁吁，面对长跑容易产生畏难情绪。教师需要对这些在特定的体育运动中表现并不佳的学生进行及时的鼓励，让这些学生克服对某项体育运动的畏难情绪，正视体育运动，培养参与体育运动的信心和兴趣。并且，800米跑步作为一项常见的需要考核的体育项目，对于学生的体育健康也十分重要，教师应强调这项体育运动的重要性，并给予一些跑步成绩不佳的学生以正确的运动要领的指导。例如，教师可引导学生找到最适合自己的跑步姿势，脚步动作如何发力才会跑得不累等。重要的是，教师应鼓励学生在平时多进行体育锻炼，增强自身的身体素质，这样才能在体育运动上取得更好的成绩。

还有在进行篮球运动的训练和学习时，教师应让体育委员根据学生人数进行篮球的分发，在训练结束后要

清点篮球的个数，确保篮球道具的完好完整。这要求学生体育活动中要注意爱护和保护体育道具。并且，在篮球运动的过程中，学生之间的互相磕碰是较为常见的，教师在让学生进行篮球竞赛活动时，同时要做好篮球规则的讲解和安全知识的传输。

可见，恰当的体育课堂规则的制定，能让学生快速掌握体育运动给他们的身心带来的益处，也能增强学生进行体育运动的兴趣，为班集体营造和谐的遵守纪律的体育运动氛围，提高教师的体育教学效率。

（二）教师引导学生学习体育规则

在教学的过程中，教师应做到耐心地给予学生体育规则的指导。由于不同的体育运动在规则方面有所不同，教师可让学生结合自己平时在电视上观看的体育比赛来分析比赛的具体规则，也可通过在教室播放相关视频的形式来讲解。教师还可让学生在课前通过网络、人工智能等手段搜索相关的体育运动的比赛规则，再在课堂上结合学生的说法展开讨论。

教师在实际运动教学的过程中，应采用手把手教学的方式，为学生演示诸如单双杠运动、篮球运动、军体拳、跳绳等具有一定技术含量的运动的实操方法。并且，教师在教学时，也可配合一些体育规则知识的普及。例如，教师在教授篮球的三分球投法时，需要先让学生了解三分线距离球篮之间的距离，以及在起跳投三分球时不得踩到三分线上。还有教师引导学生学习三步投篮时，要注意“一大、二小、三跳”的动作要领，教师在指导学生在合适的时机和角度进行投篮时，还要注意让学生注意防守的学生，不能冲撞防守一方造成犯规。还有学生在学习跳绳运动时，教师应教给学生正确的跳绳动作要领，如双眼目视前方，上身保持直立，核心收紧，跳起时双脚不需离地太高，落地时脚尖点地，膝盖微曲等。学生在训练的过程中，教师可鼓励学生之间互相监督动作是否标准，每分钟跳绳数量是否达标等。

总之，教师在具体的实操过程中，既要教授给学生运动的动作要领，对学生的动作进行训练和指导，还要确保学生的动作在体育规则的范围之内，不能产生违反体育规则的行为。

（三）教师加强体育练习、竞赛的监督管理

学生在进行体育的日常练习和竞赛的过程中，教师也要加强对学生运动的监督和管理。体育的日常练习能够体现学生在运动方面的基本素质，也是学生提升运动能力的关键阶段。教师可让学生进行互相之间的监督，教师也可在学生的训练过程中对学生的动作进行及时的监督和指导。这样的监督管理，能让学生及时地发现自己的动作方面的一些问题缺陷，也能加强学生、师生之间的互相学习和交流。在进行体育竞赛时，教师需要担

任裁判的角色，或者让对体育规则掌握较好的学生来担任，通过对学生在竞赛中的运动的监督工作，能让学生更好地了解体育运动的规则，加强体育竞赛中的纪律性管理。

由于现阶段初中生中考对体育项目的限制，在体育课上，体育教师会围绕长跑、跳跃、跳绳、引体向上、仰卧起坐等项目作充分的教学训练安排，而篮球、足球、排球技巧等原本应该被安排在教学中的内容却时常被忽略，一般只能在公开课或课外活动中才会被安排。^[3]因此，体育教师应出于学生兴趣的考虑，多开展一些能培养学生体育学习兴趣的体育运动。例如，学生在学习篮球的基本动作后，教师让学生一一进行篮球三步上篮动作的演示，并进行恰当的动作的纠正和点评，让学生快速掌握动作要领。教师也可在学生动作完成后，询问其他学生这位学生的动作是否存在问题，引发学生的思考和讨论，让学生在交流的过程中更好地掌握动作要领和必要的规则。在篮球比赛的过程中，教师可充当裁判的角色，对于在篮球比赛中发生无球或带球肢体冲撞，或者出现拉人、推人、打手等犯规动作的，教师都应叫停学生，并给予正确规则的指导。

（四）通过集体体育活动规范学生体育纪律

初中体育运动不仅停留在体育课堂的教学，还存在于学生的课间操、课余体育活动、学校举办的运动会等。这些体育活动都需要学生具有较好的集体意识和规则意识，能够时刻遵守纪律，才能确保活动的顺利进行。学生在参与这些集体的体育活动时，需要体育教师予以正确的纪律指导。例如，在课间操活动中，学生的体操动作是否整齐划一，是体育教师纪律管理的重要方面，每个班级的体育委员也可配合教师一起管理，确保学生的动作标准，达到课间体育锻炼的目的。还有在运动会中需要每个班进行列队出场展示和团体操的表演，这需要每个学生都能遵守列队的纪律，确保整个班级队伍的整齐。比如，学生在训练的过程中，教师应着重注意学生在列队的过程中，衣着外形是否整齐，是否存在同手同脚的错误动作，以及步伐和手臂抬起的高度是否一致等。教师应从这些细节着手，对学生的列队进行纪律性的指导。当然，学校领导在评审的过程中也格外看重这些方面。“列队形是学生身体姿势和空间感的基本训练，也是能体现一个集体的组织纪律和集体主义精神的一项集体活动。”^[4]教师在训练学生进行列队表演时，要向学生强调列队整齐的重要性，确保学生遵守列队的纪律和整个班级队形的和谐美观。可见，学生通过在集体活动中规范自身的行为，既能显示出团队中个人能量，还能达到团结班级的作用。

四、学生规则意识与纪律性的有效提升

教师在体育教学和活动中有意识地进行规则教学，

能大大提高学生的规则意识和在班集体中的纪律性，这对于团结班集体，营造和谐的体育氛围具有深远的意义，具体表现在以下三个方面。

（一）学生在体育课的课堂表现良好

首先，教师通过有意识地引导，学生在体育课上的课堂表现有了明显提升，学生参与体育运动的积极性提升了，在体育课上打闹、违法课堂纪律的行为也有所减少。并且，学生能在体育课堂上学习到有用的体育知识和技能，学生们的体育成绩也得到了提高。

（二）学生的日常行为得到有效规范

在学生的日常表现方面，体育教师对规则和纪律的教学和管理，使得学生能够在平时的学习生活中规范自身的行为，较好地约束自己。学生在学习和进行体育活动方面的自律性得到明显的提升，不再需要教师和家长过多的督促，可见学生成长速度之快。

（三）学生参与体育活动的积极性提升

此外，学生参与校内外的体育活动的积极性也得到了有效的提高。之前一些并不爱好运动的学生，在规范了行为之后，也逐渐意识到体育运动的重要性。很多学生甚至将积极进行体育运动看作一种时尚。可见，教师进行规则和纪律的引导，对于学生在思想认识方面的重要影响。

结语

由上可知，初中体育教师在教学中对学生的规则意识和纪律性的强调式教学，不仅会对教师的教学产生很多积极的影响，也会对学生的体育运动规则的学习和培养起到重要作用。由此，教师应重视对学生这方面的体育教学，在多个方面展开对这方面教学的提升。例如，教师应引导学生学习体育规则，并制定合理的课堂规则，在学生体育练习和竞赛的过程中加强监督管理，在集体体育活动中规范学生体育纪律等。教师通过这些方面的教学实践的调整和提升，则能够有效地提升学生的规则意识和纪律性，这表现在学生的课堂表现、日常行为习惯和体育活动的参与等方面。由此，学生真正实现体育规则的有效学习，体育运动兴趣的培养，以及体育运动技能的实际提升。

参考文献

- [1] 于湘. 初中体育教学中学生规则意识的培养研究[J]. 当代体育科技, 2020, 10(04): 39-40.
- [2] 卢伟. 在初中体育教学中融入规则教育[J]. 体育视野, 2021, (19): 99-100.
- [3] 田步见. 浅谈体育教学中的灵活评价与规则对学生心理的影响[C]// 江苏省教育学会. 江苏省教育学会2014学术年会优秀论文集, 2014: 295-297.
- [4] 徐海. 初中体育教学的体会[J]. 科学咨询(教育科研), 2011, (29): 93.