

新课改背景下初中体育快乐教学的创新策略研究

袁卫星

江西省赣州市定南县第二中学

摘要：为了提升学生的身体素质，要求对教学方法和教学理念等方面做出改革与创新，而开展快乐学习已经成为体育教学发展的必然趋势，其在初中体育教学中起着显著的作用。因此，本文从“落实快乐教学理念”，“挖掘学生兴趣特长”，“开展多样体育教学”三个方面入手，分析如何利用快乐教学优化初中体育课堂。

关键词：初中体育；快乐学习；尝试探索

【DOI】 10.12252/j.issn.2096-627X.2025.10.242

引言

随着近几年教育观念的改变，体育教学成为初中阶段的重要教学组成部分，可以使学生的个人身体和综合方面得到发展。在体育新课标的价值追求下，开展快乐学习是一种新的教学模式，教师应鼓励初中生在体育运动中积极参与，让学生在参与运动中感受到团结协作精神和吃苦耐劳精神。无论是在学习知识还是发展技能方面，快乐学习都起着事半功倍的作用。为了在教学中更突出体育教学效率和适应现代化教学的需求，教师也应让学生在课堂中激发学生对体育课堂的兴趣，在开展课堂过程中领悟到体育的魅力，落实快乐体育教学。

一、新课改背景下初中体育快乐教学的意义

（一）激发学生运动兴趣并培养终身锻炼意识

快乐教学的核心价值在于重塑学生对体育课程的内在情感联结。新颖有趣的游戏化教学手段能够迅速抓住初中生的注意力，例如将短跑训练融入追逐游戏或情景化挑战任务。学生在轻松愉快的氛围中体验运动的纯粹乐趣，身体活动本身带来的愉悦感成为参与课堂的直接动力。成功完成挑战性任务带来的成就感显著增强学生的自信心，例如掌握一个新技能或在团队游戏中贡献关键表现。多样化的运动项目体验帮助学生发现自身兴趣和潜在优势，降低对特定项目的排斥心理。体育课堂不再被片面理解为艰苦的体能训练或枯燥的技能重复，转而成为释放压力、收获快乐的重要场所。这种积极的情感体验在学生心中播下热爱运动的种子，促使学生主动在课外时间参与体育活动。学生对体育价值的认同感从应付考试升华为追求身心健康与生活品质，为未来形成稳定持久的锻炼习惯奠定坚实的心理基础。

（二）促进学生综合素质发展与核心素养养成

快乐教学是达成新课改育人目标的有效载体。精心设计的团队协作类活动要求学生沟通想法、明确分工、

相互鼓励，共同面对挑战达成目标，其人际交往能力与团队合作精神在实践中自然提升。趣味竞赛情境模拟引导学生理解并遵守规则，尊重对手与裁判决定，正确看待胜负结果，体育道德与公平竞争意识得以内化。具有一定难度的挑战任务设置鼓励学生勇敢尝试新动作、新策略，面对失误或暂时落后时学会调整心态、坚持努力，抗挫折能力和意志品质得到有效锤炼。开放式探索活动激发学生的创造性思维，例如自行设计游戏规则或解决运动中的小难题。教师在活动中观察学生的表现，提供即时反馈与引导，帮助学生认识自身特点与进步空间。这种寓教于乐的方式将团队协作、规则意识、意志品质、创新思维等核心素养的培养，不着痕迹地融入充满吸引力的运动实践中，实现身体发展与精神成长的和谐统一。

（三）营造积极课堂氛围并提升教学整体效能

快乐教学显著改善体育课堂的生态与运行效率。教师运用鼓励性语言和欣赏性目光强化学生的每一个微小进步，营造出安全、接纳、支持的心理环境。学生感受到教师的信任与期待，参与课堂活动的主动性和投入度明显提高。同伴之间在合作与良性竞争中建立友谊，相互学习与帮助成为课堂常态。课堂纪律问题因学生的高度专注和兴趣投入而大幅减少，教师无需耗费过多精力维持秩序。学生主体地位在充满选择性和自主空间的活动中得到真正体现，学习内驱力被充分唤醒。教师从传统的命令者转变为引导者、组织者和共同参与者，师生关系趋向平等融洽。课堂时间的利用效率因学生的高度配合和积极行动而提升，教学目标达成度更高。学生对体育教师的喜爱和对体育课的期盼转化为日常学习的积极情绪，这种正向情绪有助于迁移到其他学科的学习状态中。快乐体育课堂成为促进学生身心健康、提升校园生活质量、增强学校归属感的重要阵地。

二、新课改背景下初中体育快乐教学的原则

（一）以学生兴趣为出发点设计教学活动

体育课程内容的选择应当紧密围绕初中阶段学生的身心发展特点与真实兴趣点展开。教师需要主动了解学生普遍热衷的运动项目以及个体存在的运动偏好差异。设计具体教学环节时，教师可以将学生熟悉的流行元素或生活场景巧妙融入体育活动中，例如将追逐跑练习转化为情境化的“趣味闯关挑战”，或将力量训练编排成富有节奏感的团队协作游戏。教学内容的难易梯度安排应当遵循循序渐进的原则，确保不同身体素质和技能水平的学生都能在活动中找到适合自己的角色位置与努力方向。教师持续观察学生在活动中的参与热情和面部表情，能够为及时调整教学策略提供最直接的依据。

（二）创设游戏化与情境化的学习氛围

传统体育教学中重复性技术训练容易使学生产生枯燥感，快乐教学则要求教师善于将技术学习和体能锻炼巧妙地包裹在游戏的外壳之中。教师可以大量采用规则简单、竞争与合作并存的经典游戏或创新性体育游戏，例如改造“老鹰捉小鸡”以练习灵敏躲闪，或设计“团队物资运输”游戏来锻炼负重奔跑与协作能力。为练习赋予生动的情境设定同样至关重要，教师可以引导学生将一次往返跑想象成“丛林探险”，或将投掷练习置于“守护城堡”的故事背景里。这类充满趣味性的情境设计能显著降低学生对运动负荷的注意力，促使学生在享受游戏乐趣的过程中自然达成身体锻炼和技能掌握的目标。

（三）强化体验成功与鼓励表达的教学过程

快乐的核心来源之一在于学生能够清晰感受到自身的进步与能力被认可。体育教师应当精心设计分层目标体系，确保每一名学生都能在付出合理努力后获得成功的体验。教师可以依据学生个体差异设置不同高度的篮球架、不同距离的投掷线或不同难度的体操动作组合。教师敏锐捕捉学生在练习中展现的微小进步与闪光点，并给予具体、真诚的即时肯定，这种积极反馈对学生自信心的建立具有关键作用。课堂应当营造自由表达与交流的安全环境，鼓励学生分享运动过程中的真实感受、创新想法或遇到的困难。教师耐心倾听学生的声音并给予积极回应，能够使学生感受到充分的尊重与支持，这种被重视的情感体验同样是深层快乐的重要源泉。

三、新课改背景下初中体育快乐教学的创新策略

（一）落实快乐教学理念，优化教学模式

明确教学理念是快乐教学模式的重要前提，教师必须改变教学观念，完善教学模式，促进教学目标的实现，帮助学生在快乐学习中完成教学任务，要让学生知道在体育教学中快乐教学对培养身体素质起到的作用，更加深入理解快乐学习的理念^[1]。为了提高教学的质量，给学生更多机会发挥自我空间，教师要将学生视为教育教学计划的重心，善于站在男生和女生不同的角度优化教学模式，有力的激发学生的个人激情。

例如：教师在开展“篮球的上篮技巧”这一教学时，通常男生学习会比女生学习快。教师要从学生的感受入手，考虑到不同学生对篮球的喜爱程度一改传统枯燥的教学方式，去开展有趣的活动。首先可以开展传球游戏，教师在开展活动教学时，要有教学灵活性，在这期间不仅要加强女生的传球技巧，还要使她们感受到篮球的魅力。接着开设各种各样的游戏活动，提高学生进入体育训练的气氛。通过设置游戏活动调整课堂节奏可以帮助学生直观地感受到体育运动的魅力，同时让课堂的氛围更加积极和活跃，有利于学生提高课堂感受。

（二）挖掘学生兴趣特长，开展教学活动

每个学生都有属于自己独特的个性和爱好，所以具备不同的体育技能与特长。快乐体育教学模式指体育教师因材施教，为学生设计适合自身发展的体育项目^[2]。教师在开展教学时不能按照传统的教学方式去以自己为中心，发号施令，掌握课堂的所有节奏，不给学生发挥的自我空间。这样会导致学生的个人激情受到打击，不利于发挥学生积极主动的天性。尤其是在体育课方面，教师在进行课堂教学时，更应当以学生为主体，制定出针对性的教学模式和方案，根据学生的实际兴趣进行分组教学。

例如：初中学生会学习很多球类运动，由于兴趣爱好和所掌握的运动技能不同，他们会选择不同的球类去学习。而快乐学习的含义就是从学生的综合能力出发，将学生的个人感受放在第一位，让课堂将教学知识和快乐学习结合起来，促进学生积极学习。教师可以按照学生的学习爱好进行分组，将喜欢“乒乓球”的分为一组，喜欢“篮球”的分为一组等增强和锻炼学生的体质，同时在教学期间放松身心。从本质来看，体育课是为学生服务，促进学生全面发展的一门学科。但通常由于教师对体育课堂的重视程度不够，经常会忽略学生的需求，

而“快乐学习”教学模式在初中体育中的教学应用上可以明显弥补这一劣势,起到良好的教学效果。

四、开展多样体育教学,加强快乐体验

(一)情景式体育教学活动

初中阶段所接触到的体育运动大多是单一的活动,初中教师要积极改变教育教学观念,推动教育教学优化改革工作。因此在课堂的进行中适当创造合理的情景对教学而言起着关键的意义,能够进一步激发学生的积极性和自主性^[3]。初中阶段的学生心智不成熟,在体育训练中创建情景可以使学生更好地增强体质,锻炼自己的身体,也能够在学习期间放松身心。爱玩是学生的天性,在体育上开将单一的体育训练与特定情境相结合还可以激发学生的运动思维,促进学生综合能力的提升。

例如:在进行“短跑”时,要根据学生的实际情况设计建立合理情景,让课程学习变得有趣起来,使学生在学习的过程中感到快乐。在正式进行体育课堂训练时,教师需要组织学生进行热身活动,可以借此机会开展一些趣味活动,事先提高学生进入课堂学习的气氛。如进行热身时,教师设置往返折回跑,让学生排成一定的行数和列数,按要求和规定起跑。同时在开始跑步时,教师可以设计与平常往返跑不一样的形式,将游戏融入往返折回跑中。在不知不觉中,学生便能掌握短跑的技巧,增强学生的学习体验。

(二)趣味游戏教学活动

快乐体育与教学环节的趣味性息息相关,除了要对体育运动项目固有的乐趣进行挖掘外,也需要教师具有创新的理念,设计新颖的运动项目为学生创造乐趣。在实践环节增添趣味也能为体育教学课堂注入活力,帮助学生主动参与到体育活动中。因此想要有效促进教学活动的进行,教师在教学时可以根据不同的情况做出合理的变化,以“快乐”作为教学导向,使原本枯燥乏味的教学课堂变得生动起来。教师应注重学生在课堂上的学习过程,改变传统的教学方式,确保学生在课堂上全体参与进来,提升学生的个人体育素养。

例如:在正式进行篮球课堂教学时,可以为学生设计“接力赛”的游戏内容,首先需要安排学生进行热身,打开手脚。接着进行分组,让学生站成两列纵队,从队尾的学生开始,接力传球,看哪一队所用的时间少。学生在传球的过程中,由于接力赛的影响,会激发学生的竞争心,使学生更专注于运球,提高学生的技巧和耐力。在此期间,

通过学生比赛之间的互动,会引起同学对接力赛的热情和兴趣,有利于课堂氛围的提升。在这样的教学模式下,不仅能激发学生对课堂游戏的斗志,还能够提升课堂教学的有效性,促进体育教学目标的高效完成。

(三)课外体育教学活动

课堂体育教学活动能够有效加强学生对体育学科的学习动力,为学生提供一个较为轻松、有趣的学习环境拓展学生的视野。在新课改的背景基础上,教育方式不断改进,初中体育教师也有了更多的教育方案去选择。且体育课堂的开展相比其他学科来说更为轻松,教师应对教学大纲进行充分分析,根据学生的性格特点和个人需求学生尝试新颖的教学方式,通过开展课外体育教学的教学模式去提高学生对体育的学习兴趣。在教学过程中利用教学工具的便捷性开展教学活动,让学生更直观地感受到运动的快乐,从而激发学生对体育的热爱,实现高效学习。

例如:教师在进行体能训练教学时,可以模仿最近火热的“奔跑吧兄弟”开展教学活动,在课外给学生划分一个区域,让学生在趣味性游戏中将理论知识具体应用于实践运动的开展。同时在进行游戏比赛时采取小组比赛的形式,加强学生在比赛中的竞争性,也可以在比赛过程中通过学生之间的互帮互助体会到体育课堂的乐趣。教师也可以在学生进行游戏比赛时观察学生的表现,对学生的动作进行指导,并对结果进行评定。通过设计适当的游戏比赛,烘托体育教学的热闹氛围,吸引学生的注意力和学习兴趣。同时在游戏活动的开展过程中,学生可以更有积极性和意志力去进行课堂活动。

结语

总而言之,快乐体育是一种非常有趣的创新教学模式,能够促进初中生身体、心理素质的提升与发展,让学生获得快乐和成就感。并且体育运动的开展是在教育模式不断改变下的产物,教师应切实做好教学方案去帮助学生在课程中得到实际意义的帮助,丰富教学内容充分落实体育快乐教学。

参考文献

- [1] 文贡. 谈初中体育快乐教学模式的构建[J]. 才智, 2018(30): 66-67.
- [2] 李小伟. 浅谈初中体育快乐教学[J]. 新课程(中学), 2017(08): 209-210.
- [3] 王义斌. 初中体育快乐教学“三策略”[J]. 新校园(中旬), 2017, No. 435(01): 136-137.