

# 运用快乐体育完善初中体育教学策略

袁轶君

(南昌市洪都中学 江西 南昌 330024)

**[摘要]** 在人文教育观念的影响下,“生本教育”逐渐成为了各级教师开展教学工作的主要指导思想,要求他们立足学生角度来设计教学方案、选择教学手段,进而不断触发学生的学习动机,使教与学的过程更加高效和顺利。在此背景下,初中体育学科中引进了快乐体育的教学理念,旨在进一步激发学生的学习主体意识,使其在积极参与和主动锻炼中收获快乐、强健体魄,进而不断增强体育教学效果,促进学生的身心健康发展。

**[关键词]** 快乐体育; 初中体育; 教学策略

快乐体育不仅仅指的是教师运用有效的方法提高体育教学内容的吸引力,让学生对体育学科产生浓厚的兴趣,还应当使他们在参与体育学习和锻炼的过程中感受到乐趣、体验到快乐。基于此,初中体育教师在指导学生开展体育学习工作时,应当不断加强实践和创新,将各种富有趣味性的活动与所教内容有机结合起来,用以调动学生的参与热情,同时充分照顾到个体之间的差异,确保学生们在良好的学习、运动氛围中不断增强个人的身体素质。

## 1. 积极引进信息技术, 打造有声有色的体育课堂

初中体育学科主要包括理论和技巧两个教学模块,能够指导学生树立健康的生活态度、掌握科学的运动方法,进而促进他们身体素质与心理素质和谐发展。在快乐体育理念的引导下,教师可以将信息技术引进到课堂教学活动之中,将枯燥的理论内容和比较复杂、多样的动作技巧转化为生动、形象的直观画面,以此使学生在有声有色的学习环境中不断增强个人的体育学科素养。如,教师可以在讲解具体的理论知识时,运用信息技术制作相关的漫画图来分解教学内容,由此使学生的学习过程更加高效和有趣,能够不断激起他们的愉悦感;教师也可以在指导学生相关的运动技巧时,借助信息技术播放有关的视频,以慢放的方式为其详细讲解每个动作的准确操作方法,也可以播放一些体育赛事的直播记录,要求学生结合个人所学来对运动员的动作进行解说或是评价,从而使体育课堂更加富有趣味性,不断践行快乐体育的教学目标。

## 2. 开展丰富多彩的体育游戏, 提高学生学习兴趣

### 2.1 组织竞赛类游戏, 调动学生的参与热情

初中学生正处于青春期阶段,往往具有很强的表现欲和好胜心,因此体育教师在课堂中可以通过组织竞赛类的教学游戏来调动他们的学习热情,并将具体的教学任务贯穿于游戏之中,确保学生们在收获学习趣味的同时,能够顺利实现提高自身身体素质的目标。例如,体育教师可以根据所教内容来设计具体的比赛活动,并结合较为专业的竞技赛事的规则来确定游戏的规则,然后要求学生以个人战或团体赛的方式分别完成相关的运动项目,由此在强度适当的比赛游戏中不仅提高了学生参与体育锻炼的积极性,还能够使他们在潜移默化中完成当天应有的运动量,进而辅助教师实现增强其体能的目标。

### 2.2 引进球类游戏, 不断提高学生运动兴趣

初中体育教师还可以将具体的教学内容与球类游戏相结合,以此进一步增强学生的学习兴趣,有利于引导他们更加高效地完成体能锻炼的任务。此时,教师可以在课堂中引进篮球、足球或是网球等运动模块,然后将其与具体的授课内容有机结合起来,比如让学生带着篮球或是足球参加4×100接力跑活动,或是要求学生用网球拍端球完成绕场一周高抬腿的活动,由此使其在完成球类游戏的过程中不断锻炼四肢的协调性,并由此高效地完成的

体能训练的任务,推动其身体素质的不断提高。

### 2.3 开展表演类游戏, 活跃课堂教学的气氛

体育教师也可以在具体的授课过程中引进表演类游戏,并将需要学生掌握的各种运动技巧或是动作融入其中,进而使其在娱乐的同时不断完善个人的学习成果。如,教师可以让学生以某个情景剧中的相关片段为参考进行表演,同时要求每个角色要在表演过程中完成指定的动作,可以是高抬腿跑、正侧面压腿,也可以是仰卧起坐、俯卧撑等,且必须将该动作维持30秒,由此让学生在还原情景内容的同时,能够进行相应的运动,有助于进一步活跃教学气氛、提高教学乐趣。

### 3. 渗透分层教学理念, 辅助学生体验运动的乐趣

针对身体状况各不相同的学生,初中体育教师需要实施分层教学方法来对他们进行针对性地引导,以便让每个个体都能真正体会到运动的乐趣,并在身体承受范围内不断挑战自我,继而促进其身体素质有效提升。例如,教师可以为体能较差的学生制定一个阶梯式的运动计划,并在每一次上课时依据具体的教学内容及其状态来适当调整他们的运动量,在保证其安全的前提下,使之顺利掌握所学内容,同时在循序渐进中提高他们的体能,由此让学生更易于接受体育课程并感受到学习的趣味性,进而使体育课堂真正成为快乐的课堂。

### 4. 运用赏识策略实施教学评价, 激发学生自信心

初中体育教师在教学过程中需要及时调整和优化自身评价学生的方式,并在其中渗透赏识教育的策略,以便通过不断强调学生的优点使其形成积极的心理暗示,同时进一步调动他们参与学习和锻炼的热情,进而有效提升其学习自信,在愉悦的心理状态驱使下不断增强个人的身体素质。

## 5. 结束语

快乐体育的引进为初中体育教学工作创新提供了更多可能,且有效转变了体育学科教学活动枯燥、刻板的特点,能够让学生以更加积极的心态参与到理论学习和体育运动之中,继而不断提高课堂教学活力、增强学生的身体素质。在运用该种模式组织初中体育教学工作时,教师需要进一步了解学生的兴趣爱好,同时结合本学科的特点来设计各种富有趣味的教学环节,由此来打造灵动、活跃的体育课堂,促使学生们在主动锻炼中提高个人的体育素养。

## 参考文献

- [1] 汪金亮. 浅谈“快乐体育”在初中体育教学中的实施策略[J]. 好家长, 2019(51).
- [2] 王月宝. 运用快乐体育完善初中体育教学策略[J]. 新课程(中), 2019(06).
- [3] 高文武, 王士霞. 运用快乐体育完善初中体育教学策略[J]. 课程教育研究, 2019(02).