

# 关于初中体育与健康教学有效性的思考

刘佳丽

(江西省上饶市弋阳县朱坑中学 江西 上饶 334400)

**[摘要]** 随着人们对素质教育重视度的不断提升,初中体育与健康教学获得了良好发展,同时我国教育部也为体育与健康教学颁布了相关的课程标准,表示要对学生的体育意识和运动兴趣进行培养,让学生既能掌握知识又能够获得健康的身体。因此为了增强初中体育健康的教学效果,本文对初中体育与健康教学有效性做了分析。

**[关键词]** 初中; 体育与健康; 教学有效性

## 0 引言

新课程改革令我国的教育理念发生了很大变化,对初中体育健康而言,教育理念也从最初的增强体质变为了增进健康,并且对学生的个性发展更加重视,学生的主体性得到了更充分的体现,令我国初中体育健康教学的有效性得到了明显增强。但当前仍然存在一些影响初中体育与健康有效性的问题,因此为了真正提升初中体育健康教学的有效性,还需要对此进行分析。

## 1 影响初中体育与健康教学有效性的问题

### 1.1 教学观念落后

教师讲授仍然是当前初中体育与健康教学的主要模式,学生大多数时间都是在被动接受教师所讲解的知识,主体性没有得到任何体现,这样很容易导致学生失去对体育与健康课程的兴趣,而教学有效性也难以提升。初中体育健康课程在经过课程改革之后被分为了运动参与、运动技能、身体健康、心理健康、社会适应等五个领域,并且强调要让学生自主参与到这五个领域的学习中,让学生的体育意识在学习过程中得到有效发挥,实现心理健康和身体健康的共同发展。但是受传统教学理念的影响,课程改革的要求没有得到充分落实,学生只能被动接受教师所提供的内容,无法以个人爱好为基础选择学习体育项目。

### 1.2 体育项目单一

不同性别、不同身体素质的学生所喜欢的体育项目也有很大差别,比如足球篮球等对抗性较强的体育项目更受男生欢迎,而女生则更喜欢羽、毛球乒乓球等,身体素质较差的学生则更倾向于慢跑<sup>[1]</sup>。但当前大多数初中无法满足学生对体育项目的需求,通常在体育健康教学时都是通过跳远、跳高等田径项目来完成,不排除有部分学生喜欢这些项目,但更多学生的需求得不到满足,这也是导致学生逐渐时期对体育与健康兴趣的原因之一。

### 1.3 教学效率低

主动探索以及互相配合是提升初中体育健康教学效率的有效方式,但当前很多初中体育教师对此都较为忽视。据相关调查可知,初中体育教师虽然能够认识到主动探索和互相配合的作用,但却表示采取的这种教学方式会浪费更多的时间,尤其初中体育教师通常都要负责很多班级的教学,这就导致就是更不愿意为这种模式花费过多的时间。另外很多初中体育教师在教学中只是一味的向学生输送教学内容,没有和学生共同对体育健康进行讨论,因此在不了解学生的情况下也导致课堂教学效率受到了很大影响。

## 2 提升初中体育与健康教学有效性的策略

### 2.1 教学理念的更新

教学观念对教学效果有着直接影响,初中体育教师一定要保

持正确和先进的观念,这样才能为体育健康教学有效性的提升提供保障。在教学过程中就是要懂得如何树立正确的目标,要充分尊重学生主体地位的体现,以学生的实际情况为基础对教学目标进行设置。在实际的教学过程中,为学生提供更符合其兴趣爱好和实际情况的项目,让学生能够在其能力范围之内完成项目以此提升学生的自信心。同时教师也要注意,为学生提供的体育项目应具有一定挑战性,以此激发学生参与的兴趣,这样才能够达到通过体育健康教学促进学生身心健康共同发展的目的,而体育健康教学的有效性也就因此得到了提升。

### 2.2 对课程内容进行完善

教师一定要注意在设置课程内容的过程中要参考学生的兴趣爱好,这样才能让学生更积极的参与进来,进而发挥体育与健康教学的作用。因此就是不应只重教科书的角度选择教学内容,在选择之前结合学生进行沟通,了解不同学生的爱好<sup>[2]</sup>。学校要以学生的爱好为基础完善相关设施,比如采购足球、篮球、在校内设置乒乓球台等,而教师在教学中可以以学生的爱好为基础进行分组,让不同组别的学生最近喜欢的项目中接受锻炼,同时也要对教学模式进行创新,使用情景教学、游戏教学等学生更喜欢的模式,以此来进一步提升初中体育健康教学的效果。

### 2.3 给与学生心理感受足够的重视

课程改革对初中体育健康提出了要让学生身体和心理共同发展的要求,因此教师就要给予学生心理感受足够的重视。教师要更加重视学生的人权,在每次课程结束之后,可以组织学生一起对课程进行讨论,让学生分享个人的经验,同时给予学生积极的鼓励,以提升学生的自信心,并且这种方式也可以促进教师和学生之间的沟通,有利于积极课堂氛围的构建,学生在这种课堂氛围下可以感受到更多的快乐,令心理世界更加健康,有利于学生的全面发展。

## 3 结束语

综上所述,本文首先对影响初中体育健康教学有效性等问题做了分析,随后提出了提升初中体育健康教学有效性的策略,希望本次分析能够为初中体育教师提供一些参考,从而更有效的开展教学,令学生的身心健康通过体育与健康课程都能够得到良好发展。

## 参考文献

[1] 孙建国, 房晓红. 初中体育与健康教学有效性研究[J]. 中国校外教育: 美术, 2018, 16(4): 74-74.

[2] 何洁全. 关于提高初中体育教学课堂有效性的对策研究[J]. 中华少年, 2019, 21(19): 134-134.