

# 基于高效教学的初中体育教学实施研究

庾年丰

(重庆市万州第二高级中学 重庆 404000)

**【摘要】**在当前形势下,积极推动初中课堂的高效教学已然成为教学趋势,这种高效教学的要求不仅是文化课学习应当满足的,更是体育课所必须具备的,只有初中体育课真正成为一门高效课堂,让学生充分锻炼身体,才能更好地为其他文化课学习打下坚实基础。但这种高效的初中体育课教学真正实施起来还存在着一些亟待解决的问题,因此要提高初中体育课的效率,就要进一步分析现存不足之处,并加以针对性解决。

**【关键词】**初中体育; 高效教学; 实施对策

## 1 初中体育教学现状分析

### 1.1 体育课定位不明确

初中体育课的定位尚存在一些不明确的地方。由于初中体育课程开始接触系统化、专业化的学科知识,但又面临着其他学科知识难度的提升,很多学校开设的体育课程就变得流于形式,许多体育老师在上课之后带领同学们先是简单热身,其后就直接让同学们自由锻炼,只有等到有体育比赛或课间操等比赛时,才会带领同学们仔细研学一些知识,这样的课堂就无法让同学们真正学习体育知识、培养体育素养,对那些不热爱体育运动的同学来说,这种自由活动的课堂,就变成了静坐休息的课堂。此外在部分学校还存在着文化课挤占体育课的现象,在文化课学习压力增加的情况下,如果此时体育课课程定位依然不明确,体育课无法做到让学生充分锻炼身体,那么初中体育课程的价值将无法发挥,也难以真正实现高效课堂的建设。

### 1.2 课堂教学模式固化

导致初中体育课教学无法做到高效化的一个重要原因是初中体育课教学模式固化。在大多数初中中,体育课堂的教学以教师带领热身之后,花十几分钟讲授一些基础知识,其余时间就让同学自主训练和玩耍了,还有时候教师直接就让学生自由训练,这种教学模式看似给予了学生更多的自主选择权,但是针对初中学生这个群体中,更多的学生是不懂得也并不积极去进行自己锻炼的,而是把这种自由的时间留着静坐、聊天,这就无法让初中体育课发挥自身的学科魅力,也并不能给学生带来实质性的提升。而且伴随着课程标准不断深化和科学,许多教师依然抱着传统陈旧的观点,一套教学方案运用十几年,这种传统的教学模式下,体育课堂还坚持着教师说、学生做的方式,无法真正发挥学生的主体作用,也就难以做到体育课堂的高效化。

### 1.3 体育运动设施使用不充分

在初中体育课的教学过程中,体育运动设施使用不充分依然是一个很严重的问题。就笔者教学实践来看,在现有的初中体育课教学过程中,学生真正能接触和使用到的器材十分有限,主要是足球、篮球、跳绳等,这种有限的体育器材无法真正发挥各学生的专长,也难以满足各学生的兴趣爱好,有的时候学生往往会自己携带羽毛球、乒乓球等器材进行锻炼,在这种球类运动上学校层面的体育运动设施使用率就变得非常低。此外,在初中体育教学中,根据课程标准来看,也安排设立了许多专业化的教学内容,教师应当更多的把体育设施拿出来给学生使用,并在运用的过程中教会同学如何通过此类设施加强自身的锻炼,事实上许多教师并没有这样做,这样就导致了初中体育教学在实施层面较为低效。

## 2 初中体育高效教学解决措施

### 2.1 明确体育课堂定位

要想实现初中体育高效教学,首先就要明确体育课堂的定位,这种体育课堂的定位不仅要求教师之间明确,更要让学生对体育课堂有一个准确定位。初中体育课程作为真正能够帮助同学舒缓压力、锻炼身体、增进体魄的课程,它不应当仅仅是为文化课服务的一门课程,其自身仍然具有独立的价值。由于不同地区对中考里的体育要求不同,这就导致了初中体育的教学会随着

中考的指挥棒走,“中考考什么,初中体育就教什么”的思想是错误的,体育课的教学设计应当与学生的身体素质和学科目息息相关。要实现体育课教师、文化课教师与学生三方共同重视体育课的目标,不能让文化课挤占了体育课,也不能让学生把体育课当成纯粹的娱乐课,在体育课的教学中学生也是要学习知识的,只不过这种知识的习得是不从试卷中体现,这种知识的习得是为自身身心健康发展奠定良好基础的。

### 2.2 逐步完善教学方式

做到初中体育实现高效教学,更重要的一步是教师应当逐步完善教学方式。首先教师应当结合学生自身特点不断调整教学方案,相比于其他课程来说,体育课最大的优势就在于它的灵活性,教师可以结合学生的需求和现实状况,逐步调整完善课程教学计划,把学生的兴趣、需求和体育课的教学目标、要求相结合,真正让学生热爱体育课,热爱体育锻炼。其次教师要尽可能做到因材施教,教师可以通过一些小测试,为同学们找到自身身体素质薄弱环节,并在此基础上为同学们设计一些锻炼方案,这样才能真正实现体育课程的科学化、针对化,让每一名学生能够在体育课堂的学习过程中感受到体育课的魅力,实现体育课的高效教学。最后教师要把课堂“还”给学生,真正让学生成为体育课的主角,通过体育课堂培养学生的自主意识和团队协作能力,增进学生之间的沟通交流,彻底改变教师教学、学生跟学的传统教学模式,不断开发学生的自主性。

### 2.3 合理利用体育器材

要推进初中体育高效教学,教师还应当合理利用体育器材,在这里如何合理利用体育器材,教师应当从如下两步进行着手。首先,作为初中体育教师,应当结合教师之间的群力,合理选购体育器材,并向学校层面积极争取资金,真正选取一些既适合初中大多数学生锻炼的器材,又适合一些专业学生使用的器材,既适合教师课堂互动教学的器材,又适合学生自主锻炼的器材,真正实现课堂指导锻炼和课余自主训练相结合,让学生有优质器材可用。其次,教师应当带领学生积极使用器材,在课程自主锻炼的时候,教师可以把器材准备好,让学生自主选择,既可以多人互动开展排球、篮球等球类运动,也可以几个人玩一玩跳绳、丢沙包等相对温和大众化的活动,教师要保证学生在想锻炼的时候有东西可以锻炼,在课堂教学的时候也要依托器材进行教学,也只有这样才能真正让初中体育课的教学不那么乏味低效,真正构建起一堂高效的初中体育课。

## 3 结语

在初中体育教学过程中,体育教师更应该不断明确体育课堂的定位,并在此基础上逐步完善教学方式,推进体育课程的因材施教,辅以合理利用体育器材等方式,真正落实体育课堂高效化的措施,逐步推动初中体育以高效化课堂的面貌帮助同学更好的锻炼身体,提高自身的身心素养和精神气质。

## 参考文献

- [1] 王丽梅. 新课程背景下中学数学高效课堂教学策略分析[J]. 课程教育研究, 2016(14): 156-157.
- [2] 王永. 构建初中体育高效课堂的有效策略[J]. 中学课程资源, 2015(6): 26-27.