

# 信息技术在初中体育教学中的有效运用

吴志芬

江西省抚州市临川区青泥镇初级中学

**[摘要]**随着国家的科技实力越来越强,科技的优势越来越明显,在教育领域也是如此。将体育作为学校的必修课,引入到中学教育体系中,既可以提高学生的身体素质,又可以促进学生的全面素质发展。因此,教师应加强对体育教学的研究,并根据学生的具体情况,采取科学的方法,以保证学生的正常学习和生活。其中,运用信息技术是最有效的方法之一。在中学体育教学中,合理运用信息技术与中学体育相结合进行教学是十分重要的。本论文以信息技术为基础,探讨中学体育教育的行之有效的对策。

**[关键词]**初中体育;信息技术;有效运用

**[DOI]** 10.12252/j.issn.2096-6261.2020.02.880

信息技术在教学中得到了广泛的应用,它不仅给教学带来了新的发展,而且丰富了教学内容,调动了学生的学习热情,使教学质量得到了提高。把信息技术引进到体育教学中,既能活跃课堂教学氛围,又能通过直观的录像展示,打破教学难点,增强学生的运动能力。在中学体育教学中,如何将信息技术和体育教学有机地结合起来?

## 一、引起兴趣

在传统的体育课程中,教学仅靠教师的口述和演示,而学生只是按照教师所说的一步一步地走,对运动的本质不了解,对运动的兴趣也不大。同时,通过对多媒体课件的分析,结合多媒体课件中的“暂停”“重放”等优点,实现了对学生的多种学习要求。既能激发学生的学习兴趣,又能尊重他们的个人发展,这是一箭双雕的事情。因此,体育教学必须从教学内容的深度挖掘入手,发现学生的兴趣和学习内容之间的关系,并以此作为切入点,运用信息技术,激发学生多感官系统的参与。<sup>[1]</sup>

例如,在“中长跑”教学中,教师可以首先播放“中国选手王军霞在美国亚特兰大奥运会上获得了冠军”的录像。看到五星红旗在奥林匹克上空飞舞,同学们的国家荣誉感得到了极大的提升。这时,教师可以将这节课的学习引入到教学中:“中长跑是奥运会的一个主要项目,要求学生进行长期的耐力锻炼。除此之外,还有一些技巧和方法,我们今天就来学一下。”将信息技术引入课堂,既能提高学生的学习兴趣,又能直截了当地指出学习的重点,使学生对所学的知识有一个初步的认识。在“中长跑”的教学中,教师可以将“跑步姿势、双手摆动、呼吸节奏、弯道技术”的示范动作做成动画录像,由教师进行具体讲解。通过这种方式,学生不但能在“看电影”中激发学习的热情,而且能准确地掌握完整和规范的跑姿。此外,如果有些同学想要再看一遍“呼吸节拍”,教师还可以将录像回放,这样操作起来既方便又灵活,又能很好地适应不同的同学的学习方式,使体育教学更加生动、充实。

## 二、重点突破

体育与文化课一样,同样存在着一些教学中的重难点,而这些知识又是学生所不能理解的。所以,教师要采取各种方法,使学生突破知识的重难点。传统的运动教学方式是教师反复强调、做示范,学生重复练习。在这种机械单调的训练中,学生的学习积极性会降低,从而导致厌倦。而引进资讯科技则不同,教师可以运用资讯科技的特性,将重点知识以动态、直观的方式呈现给学生,强化他们的直观感受,让他们更好地了解知识。<sup>[2]</sup>

例如,在“实心球”课中,教师可以将“握球,预备姿势,预摆,最后用力”等关键知识,制作成多媒体录像,并配有音频讲解。对某些技术难度大的动作要领,教师可以利用回放的功能反复播放。当学员们熟练地掌握了这些技巧之后,教师就会将他们带到操场上练习,然后利用摄影机将他们的动作记录在计算机上。在课堂上,利用这些录像对学生的动作进行统一的引导,这种信息技术的教学,既能使他们突破课堂的难点,又能使他们认识到自身的不足,从而提高教学效果。

## 三、技能提升

体育运动是一项需要学员进行长期、持之以恒、循序渐进的锻炼过程。传统的体育教学方式受时间、场地等因素的制约,使学生在短时间内进行体育活动,在此期间很难提高运动技术水平,而引进信息技术则是另一回事。教师们可以将技术动作做成录像,上传至微信群,学生们只要下载即可观看。在不需要教师亲自动手的情况下,还可以通过视频来巩固动作技术,方便学员随时进行锻炼。这种灵活多变的教学方式,既可以满足学生在体育学习中的各种需求,又可以使他们在体育活动中坚持和提高自己的运动能力。因此,在体育教学中,信息技术与体育教学的有机结合,不仅可以为体育教学带来无限的活力,而且可以促进体育的发展。

比如,在“跳绳”课,教师可以将动作的步骤和技术做成录像,并附上每个步骤的要求和技术。教师将视频上传到微信群,同学们可以按照要求的标准,对照视频动作进行强化,从而有效地扩展和延长了课堂的教学。在进行基础跳跃时,双臂自然下垂,感受到腕部的力量。在起跳过程中,屈膝作为缓冲,可以防止损伤。每次跳跃时,都要用前脚掌先着地,绝对不能用脚后跟。跳绳有个小窍门,那就是用手腕摆动绳子可以跳得更快。跳绳的进步与跳绳速度息息相关。第一个方法是调整自己的呼吸,第二个方法是调整体能,最后就是减少错误,这样运动成绩就会提高。

总之,在科技与信息技术的普及下,中学体育教育在信息化的发展中已经成为一种必然。体育与信息技术相结合,既能激发学生的学习兴趣,又能突破教学中的难点,提升学生的运动能力,有利于学生的全面发展。

## 参考文献:

- [1] 赵益平. 基于信息技术的初中体育高效课堂构建研究[J]. 中小学电教(教学), 2019(08): 55-57.
- [2] 宋俊萍. 现代信息技术与初中体育教学的整合措施探讨[J]. 中国多媒体与网络教学学报(下旬刊), 2019(05): 139-142.