

# 分析初中体育教学中学生主动参与策略的应用路径

张磊

苏州市姑苏区三香路899号彩香实验中学校

**【摘要】**在新课程改革的实施过程中，体育在提高学生主动性、积极性、综合素质等方面的作用日益凸显。初中体育是提高学生体质以及综合素质的一门重要课程，在教育方面要始终坚持德智美劳全面发展的思想。在这些课程中，“体”的训练既能有效提高中学生的体质，又能增强他们的协调性，使他们的身体得到充分发展，为中学生的健康发展提供必要的保证。然而在当前我国初中体育教育中普遍存在一些问题，因此如何在初中体育教学中培养学生的主动参与意识是本论文的重要内容。

**【关键词】**初中体育教学；学生主动参与；培养方式；有效策略

**【DOI】**10.12252/j.issn.2096-6261.2020.02.1462

## 引言

开展教学活动的基本目标是提高学生的综合素质，培养实用人才，在中学体育教学中，仅凭教师一己之力面授难以实现全面的素质教育，只有使学生提高自己并有动力和渴望参加体育学习，才能真正投入到学习中去。只有提高自己的素质，才能获得更多的知识。在新的教育理念和新的课程改革的影响下，目前初中生体育与传统的课堂相比发生了较大的变化，比如将体育测验融入了学生的考试系统中，充分体现了体育的重要作用。在体育教学中，重点在于使学生学会科学有效地进行体能训练，提高锻炼意识，积极在日常生活和学习中强化体能训练。然而许多教师对体育教学的认识还不够深入，缺乏对学生积极参与的自觉意识培养，这极大影响了学生的运动积极性和主动性。本文试从初中教学中提升学生积极主动性的意义、当前初中体育教学现状入手，探讨如何加强中学生的积极参与。

### 一、初中体育教学中学生主动参与性提升的意义

全面提升中学生综合素质是初中体育教学的根本目的，想要培养实用的人才，单纯依靠老师单方面的授课很难达到全面提高，为了激发学生的学习热情，必须加强身体素质，才能增加他们的学习能力，因此才能使学生的学习热情得到最大程度地激发。新一轮的新课改强调“以人为本”，注重学生的自主性和主动性培养，为以后的学业奠定良好的基础。此外，中学生的逆反心理较为突出，如果不注意培养其主体性和积极性，就不能有效促进学生的学习，使其无法真正进入课堂。

#### （一）有利于提高教学质量

学生的积极参与和消极参与在结果上有很大的区别，当他们全神贯注地投入到课堂时，其注意力就会变得更加集中。如果是被动的，那么他们就会分心，无法跟上自己的课程，一节课下来很可能毫无收获。课堂的目标并非单纯地让学生参与，而在于学生参与的效果，所以在保证课堂教学质量的前提下，培养学生的主动性。要确保中学体育教学的质量，实现中学体育教育的目标，必须使学生认识到体育教育对学生的发展所带来的巨大影响。为此，体育教师应采取科学的方法改进教学方法，以调动学生的积极性。初中是一个很重要的阶段，承载着承上启下的重要任务，也是一个很好地促进学生体育活动的时期，因此教师要培养他们的体育兴趣，提高学生的课堂学习效果，让他们更好地参加体育活动。

#### （二）有利于增强学生综合素质

初中体育课因中学生青春期发育的差异（有些同龄人有发育迟缓），生理结构的差异，所以每个人对运动的耐受性也不尽相同。在开展体育教育前，教师要根据学生的喜好进行问卷调查，制定出适合自己、适合学生的教学计划。比如教师可以进行“你最喜爱的运动是什么？”和“你最不喜欢的运动是什么？”通过问卷调查，教师可以全面估计各班

学生对各种运动项目的接纳，从而防止他们产生抵触情绪。同时还要进行体能测试，以测试初中生的耐力，如俯卧撑、仰卧起坐、坐位体前屈等，以全面了解他们的体质。在后续教学中，教师可以利用体能测验和问卷调查的结果，进行有针对性地运动教学。

初中生在生理和心理上都有很大的发展，在这个阶段，学生对自己的价值观有了自己的看法。同时，在这一时期，也是学生最容易出现的叛逆期，而且他们的错误判断往往都是基于感情。在教学中，教师应充分了解学生的心理特点，并结合其自身特点制定相应的教学方法和内容，使教师能够更好地理解他们的心理状态和情绪，从而帮助他们解决问题。在中学生的综合素质中，心理健康问题一直是许多教师所忽略的问题，特别是在初中阶段，没有专门针对学生心理的专门课程，因此要注重学生的心理素质，才能使其得到更好的发展。体育教师可以利用自己的专业优势，与学生进行深入交流，了解他们的真实想法，从而合理地调整他们的学习内容和教学方法。针对在教学过程中所观察到的学生状况和与学生交流过程中出现的问题，要与其他老师一起探讨，共同解决问题，使学生得到更好的发展。

#### （三）有利于改善学生体质

随着经济的发展，人民的生活水平不断提高，物质条件不断改善，尤其是交通工具对学生身体素质的影响。中学体育教师不仅要对学生进行有关的知识和技能的教育，还要让他们了解自身发展。要实现这一目标，必须转变传统的教学方式，培养学生的兴趣，提高他们的体育意识，引导他们把体育课程的内容融入日常的学习和生活中，逐步提升自己的体能和运动能力。总之，在体育教学中，激发学生的积极参与感，就是要引起他们的兴趣，让学生真正能自主进行高效学习。另外，中学的学习压力很大，但是体育可以很好地缓解学生的学习压力，这说明学生的体质提高对他们的学习也有很大好处。

## 二、我国目前初中体育教学现状

### （一）教师、学生以及家长对体育教育的关注不够

许多教师把语文、英语、数学三大学科的教学重心放在了快速、高效的基础知识上，忽视了体育教育的重要作用，而且许多学生对运动的兴趣往往不高，针对许多项目如跑步、跳远等项目的态度大多是“糊弄”，致使教师不能有效开展运动训练，缺乏很多专业性的训练。而父母也是更多地把注意力集中在学生的学习成绩上，对中学生的身体素质并不了解，也无法根据教师的教学计划来进行辅助训练，由此也会影响学生的整体身体素质，这些都是因为对体育教育的关注不够而造成。

### （二）体育教学中内容相对单一化

目前，由于教师的思维习惯和教学方法的限制，许多教学活动都比较单调乏味，导致学生的学习兴趣和学习热情直

线下降。同时,许多学校教学设备和设施都不能适应体育教育的需要,在这种情况下,学生对运动的兴趣大幅降低。另外,由于受到应试教育的影响,许多教师、家长都开始重视文化课,把重点放在提高自身文化课的成绩上,而非体育课上,对学生的身体素质关注不足。中学生的身体素质要比小学生更好,对身体的协调性也更好,但是在运动训练中仍然有一些风险和不确定性因素。很多教师在体育教学中采取了传统的方法,采取跑步、站军姿等多种形式,一些体育教师甚至要求学生体育课上进行广播体操,这就大大影响了学生的积极性,造成教学内容相对单一,学生不能接触新鲜事物,这也是影响学生主动参与的一大因素。

### (三) 体育教学中的方法以及模式过于老旧

目前,国内很多中学的体育课教学方法都很落后、过于传统。教师讲课,学生听课,学生处于被动状态,这种灌输式的学习方法会使学生感到厌烦,从而影响他们的学习热情。在中学体育教学中,教师一般会下达命令,学生按照教师的要求做动作示范,使学生在课堂上处于一种消极的状态,这会影响到学生的创造力和积极性,主动参与意识不强。而许多体育教师在进行教学时往往只是照搬课本上的内容,并没有对学生进行调整和改进,这样的教学方式必然会导致学生的学习热情降低。而且很多教师采取了传统的教学方式,“以师为本”,这就导致体育教育的“被动式”。运动是人的天性,但是由于生物的多样性,人们也会有自己喜爱的运动,比如“暴汗类”运动,跑步、篮球、足球,而有些人则是喜欢慢跑、无氧运动等,所以在教学中应注意观察学生的动作倾向,制定有利于激发其学习兴趣的训练计划,这样才能在教学中更加高效,学生的参与意识也会更加强烈。

### 三、初中体育教学中学生主动参与的有效策略

#### (一) 丰富体育教学活动,制定多元化教学内容

在中学体育教育中,教师要对教学活动进行归类,使其表现出多样化的特点,让学生在不同的教学活动中体会到运动的乐趣,并能够对其产生浓厚的兴趣,提高学生的自主性。同时,要加强对体育的器材、硬件的投入,以适应体育教学的需要,使学生有充分的运动器材来进行活动,以达到提高学生积极性的目的。此外,体育教师要不断改进和调整教学内容,把体育教材中的理论知识与实际操作有机结合在一起,利用现代教育技术以及各种运动项目,调动学生的学习积极性,增强其主动参与的意识。

#### (二) 多样化的教学方式提高学生学习的主动性

在中学体育教育中,应结合每个学生的实际情况,并结合教材的教学内容,合理选用合适的教学手段、教学方法,确保所采用的教学模式能够适应学生的实际需求,并能有效提高教学质量。同时注重学生主体的作用,使学生在游戏中获得知识,提高参与学习的效果。例如可以让学生自己决定要学什么,然后再根据学生的需要来安排教学,提高他们的学习热情。同时,教师要重视学生的个体差异,采取适合大多数学生的需要的教学方式,并根据不同的特点采取相应的教学方式,使教学活动更能满足每个人的需要,提高他们的学习热情。此外,要经常改进课堂教学方式,采用不同的教学方式,防止教学方式过于单一,从而降低学生的学习积极性。

#### (三) 完善教学评价方法

由于中学体育课程的内容较为清晰,因而其教学评估相对简单,许多教师倾向于通过课堂测试来评估每个学生的成绩,而忽视了学生的运动能力和运动意识,从而影响对学生

的全面素质的评估。为此,教师要改进多样化的评估方式,确立科学的评估标准,鼓励学生积极参加,提高学生的主观能动性。例如可以让学生对自己的情况进行整体评估,总结自己的优点缺点,提出改善措施,也可以让学生对自己的考试情况做出全面科学的评估,从而促进学生对运动的理解,让学生可以对自己的身体素质有一个更加清晰的认知。

#### (四) 加强教师与学生之间的互动

在体育教学中,教师要注意培养学生的情绪,以促进学生的积极参与性,而培养初中生良好师生关系的先决条件是要“充分融入”。比如可以和学生一起打篮球、踢足球,并进行相应的身体锻炼,以培养他们之间的配合,为培养师生关系打下基础。另外,在比赛结束后,教师可以和学员进行详细的比赛计划,讨论战术策略,并进行更深入地交流。通过教师搭建的交流平台,中学生会在不知不觉中与老师成为“队友”,降低学生对老师的排斥,提高对老师的亲和力。注重初中生对体育课堂的热恋程度的培养,在竞赛之后,教师会向参加者提供详细的竞赛方案,他们会因此产生积极的体育参与意识。要调动学生的积极性,就必须增强师生之间的交往,充分调动他们的能动性。教师能创造一个温馨、融洽的学习环境,使同学们在轻松、愉悦的气氛中减少对教师的畏惧,积极与老师交流。教师要善于激励、表扬学生,培养学生的自信,增强他们的学习能力,在面对各种问题时主动与老师交流,使他们能够更好地掌握运动知识,并能更好地参与到学习中去。

#### (五) 组建相关的体育小组

体育是一种高度重视团队精神的运动,学生在进行高难度的运动项目后,不但能在团队中获得相关知识,还能增进彼此之间的合作关系。因此在体育教学中,要以体育活动为基础,组织相应的团体,并以体育团体的形式来培养学生的积极参与意识。教师可以根据花样跳绳进行“跳绳比赛”,把学生分成4组,进行2V2的形式,其中教师负责保证比赛的公平性和技术,其他的都交给学生。对于初中生来说,在选择场地、讨论战术、训练花样跳绳、制订竞赛方案的过程中,充分调动了他们的参与感和积极性,从而达到激发学生积极参与的目的。

### 四、结束语

初中是一个快速成长的时期,适当的运动对促进学生健康成长有很大帮助,同时在这个时期学生学习压力很大,而良好的体质是学习最好的基础。在体育教学中,教师要不断进行教学方法的创新,使教学内容更加丰富,激发学生的主动性,针对不同学生进行有针对性的教育。在与学生交往时应对初中生的心理进行分析,确保师生关系的融洽。在初中体育教育中,要根据学生的实际情况采取积极有效的方法,以改变固有的思维模式。通过制定教学计划、培养师生情感、组建体育小组、示范教学、反馈评价、自我培养等多种形式,可以有效培养学生的体育参与意识,让学生真正成为素质教育下的受益者。

#### 参考文献

- [1]王广新.关于初中体育教学中学生主动参与策略探讨[J].中学课程辅导(教师教育),2018(04):40.
- [2]张国祥.关于初中体育教学中学生主动参与策略探讨[J].才智,2017(32):121.
- [3]黄耀光.初中体育教学中学生主动参与策略[J].中学教学参考,2016(24):72.
- [4]王伟伟.针对初中体育教学中学生主动参与策略的浅析[J].新课程(中学),2016(06):188.