

拓展训练在初中体育教学中的实践探索

孙学刚

甘肃省兰州市第七中学

[摘要]在新时代背景下,随着新课改革的不断深入,初中体育教学方式也变得更加具备多样性。对于拓展训练而言属于一种教学方式,就现阶段来讲,把拓展训练科学合理的融入初中体育教学过程中,不仅可以使得学生的综合能力得到有效提升,也能够使得学生的体育综合素养得到有效提高。本文将对拓展训练在初中体育教学的重要性进行充分分析,并且对拓展训练在初中体育教学中渗透的有效策略进行深入探讨,希望可以为相关教育工作者提供有效帮助。

[关键词]拓展训练;初中体育;有效策略

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-6261.2021.11.167

在发展素质教育过程中,应当对培养德智体全面发展的人才给予高度重视,这对初中体育在人才培养层面所起到的作用是不容忽视的。把拓展训练与初中体育教学内容科学合理的融合在一起,不仅可以让学生形成正确的人生观以及价值观,同时也会使得学生的品质以及团队意识得到有效提高,并且对学生全面进入发展也会起到促进作用。本文将根据实际教学状况,对拓展训练在初中体育教学当中所发挥的作用进行充分分析,希望可以为相关教育者提供有效建议。

一、分析拓展训练融入初中体育教学的重要性

对于拓展训练而言属于一种教学模式,具备一定的有效性,在培养人才方面所起到的作用更是不容忽视的。人才培养的重要环节,就是初中体育教学环节,把拓展训练科学合理的融入初中体育教学过程中,不仅可以使得学生的学习积极性以及学习兴趣得到有效提升,对提高整体教学质量以及教学效率所起到的作用更是不容忽视的。

(一)提升学生学习兴趣

最好的老师就是兴趣,就现阶段而言,大多数学生对体育活动的兴趣还有待提升,这与体育教学方式有着密不可分的联系,针对传统的体育教学而言,只是对学生身体素质的训练给予了高度重视,往往忽视了培养学生情感能力,所出现的这种现象,不仅会对学生学习体育教学的积极性以及兴趣造成一定影响,同时也会对提高整体教学效果造成干扰。在实际教学过程中利用拓展训练教学方式完成教学工作,可以让学生在游戏时进行学习,在设置每一种游戏环节以及体验活动过程中,老师应当结合拓展训练教学方式完成设置工作,这样不仅可以使得学生参与体育教学的兴趣得到有效激发,同时也能够使得初中体育教学课堂效率得到有效提高。

(二)提升学生的思维能力

对于体育教学而言,不仅要对学生具备强健的体魄给予高度重视,在实施初中体育教学作业时,老师应当结合实际情况,利用科学有效的教学模式不断地提升学生的思维能力,进而实现为社会培养高素质人才的目标。在初中体育教学过程中,老师应当摒弃原本机械以及呆板的教学方式,确保所使用的教学模式具备一定的多样性。把拓展训练科学合理的融合到初中体育教学过程中,不仅可以使得教学内容

变得更加丰富,也能够让学生在选择题游戏方式以及活动路线时,使得学生的学习积极性得到有效提升。把拓展训练与初中体育教学内容科学合理的融合在一起,不仅可以使得学生的思维能力以及判断能力得到有效提升,也能够把初中体育教学在人才培养方面的重要作用以及价值完全凸显出来。

(三)帮助建立新型的师生关系

在发展素质教育过程中,老师应当结合实际情况,利用科学有效的教育手段对传统的教学理念以及教学方式进行了创新以及整改,在实际教学过程中,要结合实际情况,确保所营造的师生关系具备民主和谐以及轻松愉悦的特点,这样可以使得课堂教学质量以及教学效率得到显著提高。针对拓展训练而言,属于一种有效的教学模式,可以把学生的主导地位完全凸显出来,在运用拓展训练方式完成教学工作时,老师应当结合学生特征,利用科学有效的教育手段,把学生的主体地位完全凸显出来,针对初中体育老师而言,在实际教学过程中只是参与者以及组织者。把拓展训练与初中体育教学内容科学合理的融合在一起,不仅可以拉近老师与学生之间的距离,还能够让学生在轻松愉悦的气氛下进行学习,不仅如此,会使得学生参与课堂的主动性以及积极性得到有效提升。

(四)提升学生综合素质

就现阶段而言,人才的竞争是社会竞争的主要目标,人才必备的综合素养是需要具备良好的文化意识以及团队意识和创新能力等。在初中体育教学过程中科学合理的利用拓展训练教学方式完成教学工作,不仅可以使得学生综合素质得到有效提升,同时也会使得学生的团队意识得到显著提高。把拓展训练科学合理的融合到初中体育教学内容当中,可以让学生真正明白想要完成一件事情,单纯依靠一个人的力量是很难实现的,在此过程中不仅需要具备良好的思维以及坚强的意志,同时也要借助于团队的力量。在实际教学过程中,利用拓展训练教学方式完成教学内容,不仅会使得学生的综合素养得到显著提升,对提升学生克服困难意识所起到的作用更是不容忽视的。

二、分析初中体育教学融入拓展训练的有效方案

拓展训练教学方式与传统教学方式相互比较,存在一定的差异性,其所具备的优势相对而言比较多。在实施初中体

育教学作业时，想要使得体育教学质量以及教学效率得到有效提升，老师就应当借助拓展训练教学方式的优点，把拓展训练科学合理的融入初中体育教学内容当中。

（一）科学拟定教学目标

在实施初中体育教学作业时，老师应当对明确教学目标给予高度重视，全部教学活动都应当围绕教学目标实施，教学目标制定的准确与否与教学任务的达成情况有着密不可分的联系。在实际教学过程中，老师应当结合实际情况，利用有效的教育手段，确保所制定的科学目标更加具备科学性以及时效性，这样不仅可以使得学生的学习效率以及学习质量得到有效提高，对提升整体教学效率所起到的作用更是不容忽视的。在拟定拓展训练目标过程中，老师应当结合初中体育教学目标完成此项工作，体育教学的辅助手段之一就是拓展训练，老师为了能够高效率地完成体育教学任务，就应当围绕体育教学目标实施教学作业，而教学的中心目标就是体育教学目标，将拓展训练融入体育教学时，拓展训练教学目标要与体育教学目标保持一致。在实际教学过程中，利用拓展训练教学模式完成教学工作时，老师首先需要确定拓展训练目标，具备科学性以及时效性的拓展训练目标，可以使得课堂教学效率得到显著提升。不断地提高学生的团队精神以及意志品质和心理素质是拓展训练的最终目的，所以，初中体育老师在运用拓展训练教学模式过程中，应当结合学生实际情况，要求学生对本节课的教学目标进行深入考虑，学生一旦明确了教学目标，可以使得拓展训练的实际效果得到有效提高。在实际教学过程中，老师应当根据实际情况确保所拟定的教学目标具备一定的可行性以及时效性，把拓展训练与初中体育教学内容科学合理的融入在一起时，初中体育老师应当结合实际情况，利用科学有效的教育手段，保证所制定的教学目标更加具备操作性以及可行性。在拟定教学目标过程中，老师应当仔细调查研究学生，结合学生具体状况，确保所拟定的教学目标符合学生实际要求，针对超出学生能力范围内的教学目标而言，要在第一时间给予去除，这样不仅可以使得学生的自信心得到有效提升，同时也会使得体育教学效果得到显著提升。

（二）合理安排拓展内容

对于拓展训练的教学内容而言具备一定的多样性，在实际教学过程中，老师应当结合实际的教学条件以及学生状况对扩展内容进行科学合理的安排，首先老师应当保证所选用的拓展项目具备一定的安全性，没有安全保证的拓展训练，会对学生的人身安全造成一定伤害，不断地提升学生的综合素养是拓展训练的主要目标，所以在实施初中体育教学作业时，老师在安排拓展内容过程中，要尽量选用一些危险性较小的拓展项目，要把保证学生的安全作为基础，进而使得学生的综合素养得到有效提升。老师应当结合实际情况，把民族体育融入实际教学过程中，其中包括扭秧歌以及踩高跷

等，这样不仅可以使得学生参与课堂教学的积极性得到有效提升，同时也能够使得教学质量以及教学效率得到显著提高。把这些具备浓郁地方特色的拓展内容融入初中体育教学过程中，不仅可以使得学生的学习兴趣得到有效提升，对提高整体教学效果所起到的作用更是不容忽视的。在选用拓展内容过程中，老师应当根据具体状况完成此项工作，我国属于一个地大物博的国家，由于各地教学资源存在一定的差异性，因此在实际教学过程中，初中体育老师要科学合理的安排拓展项目，本文将把农村学校作为例子，在实际教学过程中，老师可以为学生安排爬坡度红旗拓展活动，这样不仅可以使得学生的学习兴趣以及学习积极性得到有效提升，同时也会使得整体教学效率得到显著提高。

（三）强化拓展训练硬件建设

在利用拓展训练教学方式完成教学工作时，离不开硬件的支持，例如空中单杠以及穿越电网和毕业墙等。一旦出现硬件设施不到位的现象，会对拓展项目的顺利开展造成一定影响，同时也会使得教学质量以及教学效果无法得到有效提高。所以想要把拓展训练在初中体育教学当中的作用以及价值完全凸显出来，就应当不断提升硬件建设力度。但是就现阶段而言，在教育投入有限的状况下，老师应当真正认识到大多数的拓展项目所需要的硬件很难建设，因此老师应当把主观能动性完全发挥出来，不仅需要不断地向上级主管部门申请建设成本，并且还要要求上级主管部门把拓展训练硬件建设落实到实际工作当中，这样可以为顺利开展硬件建设工作奠定扎实基础。与此同时还要向社会各界寻求帮助，通过不断强化与爱心企业的交流以及沟通，可以使得硬件建设水平得到有效提升。对于拓展训练而言，老师应当结合实际情况，利用科学有效的教育手段，不仅要使得自身的体育教学能力得到有效提高，并且还要不断提升本身的设计能力和组织能力。因此对于学校方面而言，应当对初中体育老师进行定期培训，通过不断的学习，不仅可以让老师对拓展训练理论知识有更深层次的了解和掌握，同时也能够使得教师的教学水平得到有效提升。

结束语：

综上所述，提升学生综合素养的重要途径之一就是拓展训练，把拓展训练科学合理的融入初中体育教学过程中，不仅会对学生全面性发展起到促进作用，同时也会使得学生的综合素质得到显著提升。

参考文献：

- [1] 卢雄林. 拓展训练在初中体育教学中的实践探索[J]. 天津教育, 2020, (29): 12-13.
- [2] 张建勇. 拓展训练在初中体育教学中的实践分析[J]. 新课程, 2020, (27): 103.