

新中考背景下初中体育教学方法的实践应用

李瑞

云南民族大学附属中学

[摘要]中考改革为教师的教学创新进程提供了明确的指引与目标，并且中考是学生面临的第一次选拔性质的考试，所以教师应该探索适合中考改革背景的教学方法。初中阶段是衔接义务教育与素质教育的重要时期，此时不仅要求学生高效掌握知识，还应提高其各个方面的素养为长期发展提供保障。体育课程是提高学生身体素质的重要科目，并且其被纳入中考考查内容中，为此，教师应该积极探索新中考背景下初中体育教学方法的实践应用现状与策略。

[关键词]中考改革；初中阶段；体育；实践应用；现状与策略

【DOI】10.12252/j.issn.2096-6261.2021.11.411

只有在准确把握教学短板与劣势的基础上才可制定具有针对性以及高效性的教学方法，并且新中考政策的推行对当前的教学模式产生了一定冲击，为此，本文作者从当前的初中体育教学现状入手，发现存在学生知识学习效率低、课堂教学模式活力差、师生之间存在距离感、教学内容存在局限性以及教学进程缺乏连贯性五个方面的问题与不足，随后教师结合新中考提出的要求与任务，从借助媒体资源、引入小组模式、开展体育活动、加强师生互动、丰富教学内容以及重视总结回顾六个角度阐述如何优化教学模式，推进学生身体素养的全面提升。

一、初中体育教学现状

（一）学生知识学习效率低

体育知识的学习包括理论以及实践两个方面，但是目前这两个进程中都存在一些问题，在理论教学中教师忽视学生对知识的理解程度，导致学生一知半解，在实践教学，没有为学生提供充足的练习机会，导致学生知识掌握与学习效率较低。

（二）课堂教学模式活力差

初中生群体仍旧处于探索欲以及好奇心较为旺盛的阶段，但是目前教师过于以考试内容为指引，忽视为教学过程增添趣味性，导致学生学习进程仅以完成任务为主要目标，无法深入体会体育学习的活力，配合度越来越低，从而教学模式显现出低活力的特点。

（三）师生之间存在距离感

良好的师生关系是营造和谐教学氛围的前提，但是目前学生缺乏与教师进行主动沟通与交流的意识，并且一旦课程结束，教师便缺乏与学生进行有效沟通的渠道，从而师生之间的距离感与隔阂越来越重，进而教学进程的有序推进受到一定阻碍。

（四）教学内容存在局限性

丰富的教学内容是增强学生课程体验的基础，但是目前教师将教学内容局限在考试考查范围中，虽然可以针对性帮助学生提升学习成绩，但是学生的学习进程逐渐显现机械性与刻板性，从而教学进程无法实现良性发展，教学成效较差。

（五）教学进程缺乏连贯性

连贯的教学进程是持续提升学生身体素质与运动能力的前提，目前教师的教学止步于课堂讲解的结束，忽视在课后关注学生的运动与练习情况，学生对于知识的记忆较为短暂且极易消减，所以教师需要花费大量时间进行重复讲解，导致课堂教学容量较低。

二、新中考背景下初中体育教学策略

（一）借助媒体资源，提高理解效率

媒体资源是一种重要的信息化教学手段，其可以将纸面性的、不易理解的知识内容转化为直观性的、学生偏好的形式，从而降低知识理解的难度，进而推进学生学习效率的提升。为此，教师应该在教学中合理借助媒体资源这一工具，例如：教师在讲解“篮球”的相关知识技巧时，首先，运用讲解篮球比赛基本规则的视频内容作为课程导入，帮助学生初步了解篮球这一运动形式；其次，教师在讲解篮球上篮、投篮、运球的技巧时，运用讲解动作要领的慢动作视频，并且运用幻灯片的动画效果拆解动作步骤，帮助学生清晰掌握完成每一个篮球动作的顺序以及技巧，以此提高知识讲解的清晰度，并且省去教师多次重复讲解，引导学生在观看中学习；最后，在学生进入篮球场进行实践时，在场外播放动作要领视频，学生在遇见疑问与困难时，通过观看完成知识的查漏补缺。由此可见，教师在教学中借助媒体资源这一形式，可以弥补传统教学的短板，提高教学效率以及学生对知识的理解效率。

（二）引入小组模式，增强课程体验

小组模式是一种较为常用的学习模式，其可以推进学生在群体性活动中提高对知识的认识，并且其可以创设出一种互相帮助与监督的机制，为学生学习进程提供重要辅助，推进其多个角度感受体育学习的乐趣。为此，教师应该将小组这一模式引入体育教学中，例如：教师在讲解“足球”这一运动形式时，首先，要求学生五人为一组自由结组，随后教师讲解足球场地的设置、简单的足球运动规则，然后要求学生在小组内围绕教师教学内容进行讨论，避免知识遗漏与误记；其次，教师讲解足球的射门、传球以及带球技巧，随后要求按照小组形式进行练习，组内学生轮流担任防守者与守门员的角色，保证每名组员具有充足的练习机会，并且学生在观看组员实践的过程中，可以自主纠正自身动作以及指出

对方方法错误,以此丰富学生课程体验,并且加深其对课程的感知与记忆。由此可见,教师引入小组这一模式,可以引导学生在理论学习以及实践练习中感受多样的体育乐趣,从而激发其主动学习兴趣。

(三) 开展体育活动,增添教学活力

教学活动是一种不同于课堂讲解的教学形式,其运用趣味性的内容与形式,吸引学生注意力,促使其在参与过程中自主探索如何获得更好运动表现,从而提高其对知识的掌握度。为此,教师应该通过开展体育活动的形式,推进体育教学充分发挥其作用,例如:教师在开展“跳绳”教学时,举办个人赛以及团体赛,首先,开展全班范围内的个人比赛活动,要求学生进行一分钟跳绳,教师对其进行跳绳计数,数量最多的五名学生获得比赛胜利,并且可以获得一次“跑操豁免权”的奖励,以此为教学增添趣味性;其次,教师结合学生个人赛的表现,将学生划分为水平相当的六个小组并举办团体赛,规定比赛时间为三分钟,组内自主决定跳绳顺序以及跳绳的时间,以此学生可结合自身的耐力、爆发力等方面因素进行合理布局,不仅帮助学生锻炼技巧,又促使其感知体育课程的魅力。由此可见,教师开展体育活动,可以为教学增添新的生机与活力,从而为学生快乐学习与高效学习的同步推进奠定基础。

(四) 加强师生互动,培养运动习惯

构建良好的师生关系不仅是营造良好课堂氛围的重要途径,并且其还可以为教师了解学生的课后运动习惯以及表现创设通道。与此同时,运动习惯的养成不仅对于学生身体素质提升意义重大,还可以为学生的长期成长进程奠定良好基础。为此,教师应该加强与学生之间的互动,例如:教师构建与学生的线上沟通渠道,首先,将所有在家长监督下的学生纳入到同一线上平台中,为双方之间的良好沟通创设更多机会;其次,教师在每次课堂教学结束后,将本节课程所涉及到的知识内容通过线上平台发送给学生,要求其在家中结合教师分享对知识进行回顾,随后要求学生每天运用三十分钟的时间进行体育锻炼并将其运动内容以及感受反馈给教师,以此教师可以及时掌握学生的运动习惯培养进程,并且适时帮助学生调整运动计划,促使其逐步提升身体素质。由此可见,教师加强与学生之间的互动,可以加快学生运动习惯的培养进程,引导其进行长期的体育锻炼,从而推进其整体运动水平的提升与发展。

(五) 丰富教学内容,多维提升素养

丰富教学内容既是提高教学成效的要求,还是增强学生课程体验的必经之路,并且这两方面对于学生体育素养的提升具有促进作用,所以教师应该进行综合性教学,引导学生多维身体素质的同步提升。为此,教师应该在保证学生掌握基本知识的基础上,增加丰富的教学内容,例如:教师在讲解“短距离跑”这一知识时,首先,引导学生学习在跑动过程中掌握如何保持身体平衡以及提高爆发力,促使其有针对

性地提升短跑能力与水平;其次,教师融合“障碍跑”这一形式在教学中,开展“50米绕杆跑”的活动,通过在50米距离中放置三至五根杆子以及要求学生进行绕杆跑动的方式,锻炼学生的急停急起能力以及调整身体重心更快绕过障碍的技巧,以此实现身体素养的提升;最后,教师带领学生进行“往返跑”练习,既为学生创造更多练习机会,又引导学生在其中有效锻炼爆发力、耐力以及下肢力量。由此可见,教师丰富教学内容,为学生的多维素养提升创造了良好的条件与机会,有助于学生身体素养的综合发展。

(六) 重视总结回顾,避免知识遗忘

教学的总结与回顾进程是帮助学生查漏补缺的重要环节,但是目前部分体育教师没有认知到其对于学生体育学习的重要意义与价值,导致学生学习记忆呈现短期性以及易消减性。为此,教师应该重视教学总结与回顾环节的实施,降低学生知识遗忘的可能性,例如:教师创设学生自我总结与教师带领回顾相结合的机制帮助学生巩固知识记忆,首先,在每次教学结束的前五分钟,教师不再讲解新知识,而是要求学生运用此段时间回顾本节课程所讲的知识内容,总结其经过教学掌握的技巧与方法,随后教师通过提问教学中重难点的形式,强调本节课的主要教学内容,引导学生高效掌握所学;其次,在次节课程开始的前五分钟,通过随机抽查或者开展简单比赛的形式,检验学生对于知识的记忆程度,并且在总结出共性问题的基础上,运用简短时间纠正学生错误以及帮助其回想遗漏内容。由此可见,教师重视总结回顾这一过程,可以有效减少学生对知识的遗忘,从而引导其夯实知识基础,持续提高体育能力。

总而言之,中考改革为教师的教学提供了重要的任务与要求,并且初中生群体最重要的学习任务之一便是为中考做准备,所以教师应该从学生长期发展的角度进行考虑,寻求更为高效的教学方法,保证教学成效。体育课程是唯一一门以提高学生身体素质为目标的课程,并且目前中考将对学生的身体素质与运动能力的考核纳入考查范围,所以教师应该重视其对于学生成绩提升以及未来发展的意义与价值,但是目前体育教学进程中存在诸多弊端阻碍教学价值释放。为此,教师应该在新中考背景下明晰初中体育教学的重要性,寻求多样化的教学方法,构建高效教学进程。

参考文献

- [1] 郑万红,姜丽琴.新课程改革背景下的初中体育教学方法[J].当代体育科技,2020,10(2):76,78.
- [2] 吴荔贞.新课程背景下体育教学与体育中考的融合探究[J].当代教研论丛,2019(4):119.
- [3] 杨建周.新教育理念下初中体育教学方法理论与实践研究[J].新课程·中学,2018(2):37.
- [4] 孙瑞瑞.体育中考背景下初中体育教学的困惑与改进对策[J].高中生学习,2018,0(7):249.