

# 中学体育课堂教学方法运用的实践探索

奉泽仁

(西华师范大学体育学院 四川 南充 637000)

**[摘要]** 自新课程改革以来,素质教育的教学理念一直被推崇,随着时代的不断发展进步,传统的应试教育已经无法满足社会对综合型高素质人才的需求,因此,素质教育得到了越来越多人的重视,素质教育重在德智体美劳全面发展,中学体育作为锻炼学生体能,培养学生身心健康发展的基础课程,对素质教育的施行起着关键作用,如何提高中学体育教学的有效性,促进素质教育的发展成为了每个学校和教师急需解决的问题。本文从当前中学体育教学现状出发,结合笔者的实际教学经验,就如何提高中学体育教学质量提出了几个实用性建议。

**[关键词]** 中学体育;教学质量;有效性

**中图分类号:** G633

## 引言

中学作为我国义务教育工作中的重要阶段,中学教学工作的开展,对于学生未来的学习和成长都有着十分重要的影响,正因如此,很多中学都将教学的重点放在了文化课程上,却忽视了体育教学,这导致了中学体育教学工作落后,教学的有效性低下,但是体育教学对于学生综合素质的提高又有显著效果。因此在中学的体育课堂教学工作中,教师必须要正确认识体育课堂教学的重要性,分析体育教学中存在的问题,并采取有效措施对其进行改进,提高教学的有效性。

### 1 中学体育课堂教学现状

#### 1.1 体育课堂教学内容脱离学生生活

传统体育教学以锻炼学生的体能为主,在体育竞技运动中,教师和学生都非常累,而且教学效果不佳。体育教学内容朝学生生活方面发展是教育改革的必然趋势,体育教师在传授体育知识时要把体育知识融入学生的实际生活中,如此才能激发学生的好奇心,充分调动学生的积极性,促进体育教学的有效展开。

#### 1.2 教学定位不准确

在我国的义务教育工作中,中学阶段的重要性是毋庸置疑的,中学生在后期还需要面临中考的压力,所以初中教学工作中,一直将理论课程教学作为教学的重点,无论是学校还是家长都十分重视文化课程的教学,但是却忽视了体育教学,认为体育学习对于学生文化课程提高不会起到作用,对学生升学的影响也十分小。正是由于学校和家长对于体育教学的定位不准确,所以在初中的体育教学工作中,一些文化课程教师经常会出现占用体育课的情况,将体育课程的时间用于文化课程教学,很多体育教师也没有认识到体育教学的重要性,只是在体育考试之前对学生大量的练习,认为能够通过考试即可,这些都严重影响了中学体育课堂教学的有效性。

#### 1.3 体育教学的方法较为单一

中学体育教师通常不是专业出身,而且学校也很少组织体育课程教学的培训,所以教学基本采用的是传统单一的教学方式,常见的运动方式只有跑步、跳远、篮球等,而且教师进行理论讲解后很少教学生练习技能,在学生练习的过程中也很少进行技术指导。在这种情况下,学生对体育课程的积极性并不高,促使体育教学的质量难以达到新课标教学的要求。

### 2 提升中学体育课堂教学有效性的策略

#### 2.1 创设情景,充分挖掘学生潜能

其实一些学生的体育能力很强,但是由于条件的局限性,其体育潜能并没有充分发挥出来,而教师应该想出办法充分挖掘出学生的潜能,传统灌输式的教学方法过于机械死板,不可能从根本上提高学生的综合素质。例如,教师在给学生讲解篮球的体育技能时,可以在室内或体育馆利用多媒体向学生播放篮球比赛片段,将篮球比赛的场景再现在学生眼前,随后教师及时为学生讲解篮球比赛规则以及相关技能,再让学生提出自己不懂的问题,教师进行针对性讲解,鼓励学生积极发言。其次,教师可以让学生模仿比赛视频制作出篮球模型(可以用纸飞机)模仿他们的动作掌握投篮技巧,最后,当学生了解了基本规则和技能之后,教师再拿出真正的篮球带领学生去篮球场进行实地训练,使体育教学规范化,真实化。

#### 2.2 合理安排教学方案

体育教学的直观作用是能够提高学生的身体素质,促进学生的身心健康发展,虽然文化课程是中学教学工作中的重要内容,但是学校也不能忽视体育课程,也需要认识到体育课程的重要性,合理安排体育课程的教学方案,对课程教学工作进行合理规划,树立科学的教学目标,引导体育教学工作的有效开展。体育教学与传统的文化课程教学不同,在课堂教学的过程中,学生需要参与各种体育活动,因此教师必须要加强对学生的身体素质和运动能力的了解,根据学生的实际情况,为其安排合理的教学内容,制定科学的教学方案,使学生在课堂上能够达到最佳的运动效果,提高学生的身体素质和心理素质,养成良好的行为习惯,同时也保证学生的运动安全,长此以往,学生能够逐渐养成自主参加体育锻炼的习惯,对于提高体育教学有效性十分有效。

#### 2.3 创设灵活多样的活动,提供展示自我的平台

教师要在课堂中为学生提供展示自己的机会,让学生能够多思考多发挥自己的创新精神,教师在设计教学方案的过程中要引导学生提出自己的疑问,并且要将正确的解决方法记录下来,当学生提出质疑时教师尽量不要插手,让学生自己讨论,这种方法被称作反思提问法。教师在教学的过程中利用这种教学方式能够很好地改变传统的课堂教学状态,不再是只有教师进行提问,学生不可以反问的上课状态。这样的教学方式能够让学生充分地展示自己的想法,在课堂中能够勇敢地将自己的看法与见解表达出来。这种教学方式中教师与学生的地位是平等的,这样的平等关系会让学生对于体育课堂更加喜爱,因此学生在之后的相关活动中也会表现得非常积极。不仅提高了体育教师的教学质量也使学生的综合能力在活动中得到了发展,使学生的自信心得到了满足。反思提问法对于培养学生的创新性思维有着很重要的积极作用,能够让学生在享受学习的过程中学到知识,促进学生探索精神的发展。

### 3 结束语

总之,体育教学方法的有效运用是为了体育课程内容更好地传授,学生更好地习得体育运动技能。教师可以从不同的课程内容、不同技术动作阶段、不同学生身心发展特点、不同教学情境中探索研究不同教学方法以及方法间的组合,以此提升体育课堂的教学实效。

#### 参考文献:

- [1] 武杰. 关于体育游戏及其在中学体育教学中的作用 [J]. 课程教育研究, 2018 (21): 212.
- [2] 孙雪姣. 人本主义视角下中学体育课堂教学模式研究 [D]. 山东师范大学, 2018.
- [3] 耿彬. 成都市民办初中体育课评价方法对教学效果的影响研究 [D]. 四川师范大学, 2018.
- [4] 赵毅琦. 基于核心素养的中学体育课堂转向与教学转变 [J]. 运动, 2018 (10): 98+100.
- [5] 万里. 新时代背景下对中学体育教学的现状分析与探究 [J]. 文化创新比较研究, 2018, 2 (13): 121-122.