

探讨初中体育与健康课堂教学优化对策

杜永刚

(山东省文登第二中学 山东 威海 264400)

【摘要】现如今,我国各个地区学校都有在积极开展阳光体育教育活动,在这一活动教育理念指导之下,初中体育与健康课堂教学受到的关注度也在不断提升,其能够帮助学生形成终身体育意识,也能有效促进学生身体素质与综合能力,基于这一目的本文也就初中体育与健康课堂教学优化对策进行了探讨。

【关键词】初中;体育与健康;教学优化

引言

在初中阶段进行体育与健康课程教学,主要目的就是为了培养学生健康第一、自主锻炼的意识,真正让学生在日常生活以及生活之中积极主动的参与到体育锻炼之中,同时帮助学生树立起健康的生活意识,以此来为文化课程学习奠定良好的基础。就目前来看,初中体育教学活动的实施还是存在着一些问题,像是教师体育与健康课堂之上没有注重对学生体育锻炼意识与习惯的培养、学生对于体育运动与健康认识不足等等,这些都直接影响了初中体育教学改革与发展。为了能够有效纠正这一问题,本文也对初中体育与健康课堂教学优化对策进行了如下分析

一、更新体育与健康教学理念

初中体育与健康课堂教学要想得以有效优化,教师在教学中一定要准确认识这一课程的重要性,在教学课堂之上及时更新教学理念、提高重视,学校方面则需要构建出完善的教学管理制度、加大体育课程改革力度,同时做好体育教学环境优化,这样自然能够有效为体育与健康教学提供良好保障。在教学过程中,教师需要严格执行体育与健康教学计划,充分借助学校已有的场地器材以及政策来保证学生运动量以及运动强度,切实确保每一位学生每日均能够锻炼一小时,让其在无形之中树立起良好的体育锻炼习惯。其次,教师在体育与健康教学课堂之上还可以积极借助于信息化教学手段来展开理论教学,这样学生不仅能够获得身体素质提升,还能在认知与情感上也能够意识到体育与健康的重要性,真正树立起终身体育锻炼意识。总之,体育与健康教师教学理念会直接影响教学活动的实施过程,在初中体育与健康课堂教学优化的时候,教师一定要结合新课程标准以及学生实际情况来更新体育与健康教学理念,这样才能促进学生全面发展与提升。

二、创新体育与健康教学模式

传统体育教学课堂大多是以教师为主导,学生被动学习、练习的情况,这种教学模式下学生个性受到了抑制,无法得到个性化发展,也不利于学生体育活动主体意识与能力的培养。综合素质教育提倡以学生为主体,全面激发学生学习主观能动性,让学生在体育与健康课堂上形成良好的体育意识与技能需求。为此,教师在体育与健康课堂之上,还需要及时创新教学模式,让学生成为课堂主体,教师则发挥出自身组织与引导作用,借助于有效的手段、有趣的体育活动来激发学生参与兴趣,这样学生自然会自觉的参与到体育锻炼之中。例如,教师在“耐久跑”教学课堂之上,教师不仅可以教会学生跑的技巧,还需要帮助学生学会如何有效控制跑的速度以及间歇的时间,让学生懂得如何调整呼吸、消除疲劳以及补充营养,这样学生不仅能够掌握这一运动技能,还能真正形成良好的意志力以及正确的认知,从而有效提高

初中体育与健康课堂教学效果。

三、注重体育与健康教师培训

初中体育与健康课堂教学要想得以有效优化,教师自身专业素质与能力会直接影响其优化效果,所以还需要注重对体育与健康教师的培训。在这一过程中,学校可以积极暂开学科教研、理论讲座、教学诊断,借助于这些手段来对体育与健康教师进行继续培训与教育,从而有效提高其业务能力以及教学水平。其次,还需要对体育教师待遇进行改善,从体育教师职称评审、工资待遇等多方面来进行优化与改善,这样就能有效提高体育与健康教师工作积极性,让体育教师能够更好地投身于教学课堂之上。总之,体育与健康教师专业能力以及业务水平会直接影响课堂教学效果,所以加强体育与健康教师培训对于提高教师能力也可谓是十分重要。

四、优化体育与健康课堂教学评价

初中体育与健康课堂教学要想得以有效优化,除了上述几点之外,还可以及时优化教学评价,借助于有效的教学评价来激励学生自我锻炼。传统体育与健康教学课堂之上,教学评价对象均是集体,没有细化到每一位学生,使用的评价方式也因为学生个体差异而引发了不自信、自卑等情况,针对这一现象教师在体育教学课堂之上,可以借助于生本教学理念来创新教学评价,结合每一位学生实际情况与能力来进行激励性评价,这能让每一位学生都参与到体育与健康课堂评价之中,帮助学生树立起学习的自信心。在教学评价过程中,教师不仅要对学生体育技能进行评价,同时也需要对学生体育与健康学习态度、情感等多方面来进行评价,合理安排课堂三维目标评价,这样才能有效促进学生全面发展,充分发挥出教学评价的作用。

五、结语

综上所述,体育课改属于一场较为深刻的教育革命,要想真正有效落实需要从体育教育观念改革、教学方法创新等多方面着手,这样才能帮助学生更好地认识到体育锻炼的重要性,从而帮助学生树立起终身体育意识,让学生在体育与健康课堂之上得到全面发展与提升。

参考文献

- [1]周恩军,朱晖.构建高中体育与健康课堂教学多元性评价的措施[J].体育世界(学术版),2013(1):15-16.
- [2]石颖颖,崔斌.上海市初中体育教学增强学生体质健康现状与对策研究[J].才智,2010(13):277-277.
- [3]孔凡高[1].豫东城镇中学体育与健康教学现状与对策[J].体育成人教育学刊,2006(4).
- [4]陈健波.浅谈实施《体育与健康课程标准》课堂教学中的误区及对策[J].体育师友,2002(3):23-24.