

探讨阳光体育下的初中体育教育改革

李志超

(山东省德州市平原县第五中学 山东 德州 253100)

【摘要】 体育课程是我国教育中非常重要的组成成分,对于学生体育素质培养有非常积极的影响。我国教育在改革的过程中,逐渐意识到体育素养对学生综合能力培养的重要性,教育部门也逐渐完善体育教育改革内容,学校在教育部的推动下,也开始重视体育教学,阳光体育理念就是在这种背景下出现的。初中体育教学需要从阳光体育里面角度出发,注重学生心理培养,让学生可以乐观的成长,热爱生活,热爱老师和同学,但是阳光体育实施时间尚短,所以自爱实施过程中,依然存在较多的问题,教师需要反思教学过程中的优点以及缺点,找到问题原因之后,便能制定解决对策,保证阳光体育理念可以提升初中体育教学质量。

【关键词】 初中; 体育教育; 阳光体育; 改革

随着新课改的实施,我国教育体系逐渐完善,学生综合能力以及综合素质培养工作正在如火如荼的进行着,初中学校在这段时间中非常注重学生体育素养,引入阳光体育,完善初中体育机构,提升体育教学质量,保证学生可以在完善的教学制度下,提升身体素质以及人文素养,这对学生未来发展有非常大的帮助。

一、阳光体育理念特征

阳光体育理念具有全面、自主、主体等特点。要想提升体育教学的科学性,让学生在体育课堂中有所收获,需要合理的规划体育教学内容,还应该在教学中重视学生健康问题,健康不只指身体,还需要关注学生的心理建设。为了能够使参与学生可以顺利参与到体育教学中,需要营造良好的活动氛围,同时需要从学生综合素养方面角度考虑,让学生情商、智商可以同时得到培养。教师还应该注意初中生正处于一个特殊的年龄段,在这段时期内学生各项能力正式培养的关键时期,教师应该灵活地抓住这个时期,培养学生的德智体美劳等方面,同时需要合理的设置体育活动内容,通过体育活动让学生在活动中与他人合作,从而培养学生的人际关系,让学生在团体活动中了解到集体荣誉等内容。体育教师需要从个性化角度出发,培养学生的能力,教师应该注重与学生之间的沟通交流,了解学生在当前阶段所思所想,并从新课标的教学内容出发,思考体育教学工作。

教师还应该明确教学重点,教学工作要想顺利开展,需要提升体育学科的趣味性以及科学性。部分体育教师在开展初中体育课程时,只是简单的讲理论知识,讲完后,让学生自由活动,这种方式存在很大的弊病,体育教师需要及时改变教学方法,注重体育学科趣味培养,让学生可以积极主动地参与体育教学。教师还应该将每个体育项目的内容展现出来,让学生可以根据自己的喜好选择体育项目,这样可以使体育教育变得更加合理、科学。初中体育教师在教学中要注重情感培养,教育工作是需要教师与学生双方参与的活动,阳光体育理念随着现代教育理念发展出现,强调是学生心理建设,在教学中注入阳光,让学生在学期间,感受到教师的关注与关怀。通过教师的理解,让学生有接纳感,从而满足学生的心理需求,在这种教育模式下,教育者应该将学生作为课堂的主体,改变以往教学存在的弊端,发挥学生的主体性,从而提升体育教学质量。

二、初中体育教育融合阳光体育理念后的应用表现

(一) 转变教育理念

初中体育教师在教学过程中,需要转变体育教育理论,从新课标的角度出发培养学生综合能力以及综合素质。同时还需要了解阳光体育理念的核心内容,明确教师重点,让学生主动走出家门,参与体育活动,运动会给学生身心以及身体带来非常大的乐趣。教师需要在此过程中,注重学生身心健康发展,同时还需要关注学生日常生活,了解学生成长过程中出现的问题,并合理制定教学方案,开展体育教学活动。了解学生在此阶段存在的特点,贪玩好动是学生在初中阶段普遍反映的特征,但是学生并没有养成良好的体育锻炼习惯,教师需要思考体育教师工作,同时还应该考虑到学生日后的发展,从而合理地设计体育锻炼项目以及内容。

比如,教师在讲人教版体育九年级第一课“体育与健康理论知识”时,可以采用活动理论双向进行的方式,生动的展现体育教材提及的内容。

通过体育活动,丰富学生的课余生活,同时还可以保证学生心灵以及身体可以健康发展,教师需要合理的安排体育活动,通过体育活动保证学生的心理教育与体育锻炼都可以得到良好的发展。教师在此过程中,需要做好引导工作,从阳光体育理念出发,了解到传统教学存在的问题,比如体育课上教学形式单一,区域性不足,是传统体育学科教学存在的弊病,教学内容与教学方式很难吸引学生参与到体育课堂中,同时在课程中也没有重视课程准备运动。教师在往后的活动中需要注重体育课程准备,同时还应该让学生了解到体育活动,中生拉伸对身体的好处,这样可以在很大程度上,防止学生在体育活动中受到伤害。教师还应该提升准备活动的趣味性,比如教师可以采用扎马步的方式,拉伸学生的身体,活动关节。还可以灵活的安排站立位置,通过这种方式可以在很大程度上,提高活动的趣味性,同时还能达到良好的锻炼效果。

(二) 优化课程体系

初中体育教师需要了解学生所处的年龄段特点,同时还应该从重视体育活动的合理性,设计活动内容,满足学生对体育活动强烈的需求与欲望,改变课程体系,让体育活动贴近学生的生活。体育教师需要及时向学校反映体育教师存在的不合理现象,针对初中学校设置体育课程次数少,自然难以满足学生对体育运动的需求。同时教学内容较为单调,难以充分发挥体育教学的优势,让学生积极参与体育活动,从而提升学生的身体素质。为了改变体育设备、课程安排不合理的现状,教师可以丰富体育锻炼内容,增加训练项目,还应该向学校建议,购入相应的体育训练器材,通过这种方式可以有效的提升体育教学的趣味性,同时还可以让学生借助器械设备进一步强化自身的身体素质。教师在学阶段还应该透过活动渗透体育理论知识,让学生可以从活动中理解理论知识的内容,从而加深学生的体育运动各项动作的理解,这样有助于学生习惯以及意识的形成。

结语

教师在教学过程中,需要从阳光体育理念角度出发,思考体育教育工作,还应该主动与学生沟通交流,了解学生的想法,结合新课标要求以及学生当前状况,设计教学活动方案,合理的规划教学内容,从而可以促进学生身心健康发展。教师在学过程中,还需要不断学习体育知识,丰富体育内涵,提升体育教学的趣味性,吸引学生关注体育课程,让学生主动参与到体育活动中,加快体育教育深化改革步伐。

参考文献

- [1] 张天柱. 阳光体育理念下的初中体育教育改革[J]. 课程教育研究, 2019(47): 215-216.
- [2] 张玉贵. 阳光体育背景下初中体育教育改革思考[J]. 学刊, 2018(07): 159-160.
- [3] 宣丽. 安徽省初中体育教师职后教育现状调查与对策研究[D]. 扬州大学, 2011.