

体育文化对于军校学员的影响较大，特别是关系到战斗精神的培育，应该积极的督促学员们锻炼身体，由此拥有更为强壮的体魄。在参与训练的过程中，强身健体是一个十分重要的目标，学员们本身体质的增强可以让其战斗力提高，由此磨炼其适应环境的意志。体育文化可以让每一位学员拥有顽强的精神，只有学员具备了基本信念，才可以更好的参与各项活动，促使意志力得以提升，激发战斗精神。

4 军校体育文化对培育学员战斗精神的渗透途径

在军校开展教育教学活动的时候，应该重视体育文化的宣扬，只有宣传到位，才能保证每一位学员认识到体育文化的重要性，积极的参与到学习的行列，努力培育自身的战斗精神。

4.1 积极开展多元化的实践活动

在军校教育活动具体开展的过程中，应该重视体育文化的渗透，只有将其渗透至方方面面，才能保证其影响力深远。比如在开展消防演习活动的时候，需要重视此项活动的最终目的，保证其能够锻炼学员们的多项能力，使其真正的成为临场应变高手，逐步的提高战略部署能力等。在以往的体能训练活动中，还需要关注的就是学员们综合能力的提高，只有真正的将多种训练课程相互结合，落实综合性训练模式，才能促使学员们的实战水平稳步提升，由此让其战斗精神得以发扬。

4.2 稳步提升教员的素质及能力

在开展训练活动的时候，学员们的训练离不开教员的指挥，因此要求每一位教员重视自身能力的提升，通过积极的为学员们传达体育文化，使其可以充分的认识并学习。教员在对学员进行指导的时候，需要重点关注的是其主体地位的体现，通过全面的掌握学员基本特点，采取适宜的手段，积极的落实训练项目。每一位学员的学习能力存在差异，应该重视因材施教，针对于具有较强军事能力的学员，可以加大训练力度，使其成为更优秀的人。

5 结语

军校体育文化的宣传教育具有深刻影响，本文重点分析了军校体育文化对培育学员战斗精神的渗透途径，通过结合战斗精神的基本概述，了解到现阶段宣传体育文化的重要性，为了更好的发挥出体育文化在军校教育中的影响力，应该采取得当的手段，适时的创新并传扬，提升学员对于体育文化的认识，逐步的培养其战斗精神，使其可以为国家的军事发展积极贡献。

参考文献

- [1] 李斌, 徐抱平, 朱於明. 军校体育文化对培育学员战斗精神影响力的渗透[J]. 消防界(电子版), 2018, 4(04): 116.
- [2] 宁周红, 王琪. 军校体育文化对培育学员战斗精神影响力研究[J]. 当代体育科技, 2016, 6(04): 145+147.

提高初中体育教学的有效性策略

张振宁

(广西柳州市第三十四中学 广西 柳州 545002)

【摘要】 在教育教学中，体育教学是必不可少，既是提升学生身体素质的主要途径，也是促进学生身心健康的主要课程。但是，在应试教育的教学背景下，教师为了提高初中升高中的升学率，普遍提升班级体的学习成绩，往往忽视了对体育教学的重要性。导致学生虽然学习成绩逐步提升，但是身体素质、整体的学习状态却不尽人意。鉴于此，文章将主要对初中体育教学的有效性策略进行深入分析，促进初中生在提升学习成绩的同时，可以不断增强自身的身体素质。

【关键词】 初中；体育教学；有效性；策略

一、初中体育教学中存在的主要问题分析

在我国的初中体育教育教学中，主要存在着以下问题，首先，教育方法的落后。长期以来我国体育教学一直采取的方法是以老师讲课为主，学生为辅的教学方法。而这种教学方法并不能真正的发挥学生的主观能动性，让学生真正的从体育运动中得到锻炼，增强自身的身体素质。其次，初中体育教育缺乏相应教学环境。受到我国传统应试教育的影响，初中体育教师因为体育课不是主要的课程，所以在进行体育教育的过程中也会相应的减少讲课内容。从体育教学的长远角度来看，这种教育教学方式不仅没有为体育教学创设一个好的环境，而且会影响体育教学的开展，阻碍学生的成长与进步。同时，当代的学生大多数属于独生子女，体育教师在进行教育的过程中，如果对学生缺乏关心，或者是对一些调皮的孩子们进行消极处理，就会导致师生关系变得越来越差。最后，在初中体育教学过程中，缺乏相应的教师资源。初中生是一个较为特殊的教育群体，对体育老师的要求逐渐增高。不仅仅需要体育老师对相应的体育运动体育活动进行精细化、有效讲解，还需要体育教师可以运用综合性知识对学生进行体育指导。但是从我国当前初中体育教师资源来看，体育教师非常少。造成了体育教师资源比较匮乏。

二、提高初中体育教学有效性的途径策略分析

(一) 转变教育教学的观念

观念先行，在体育教育教学中，教师只有不断地转变自身的教育观念，才能真正的将教育理念，融入到体育教学之中。在我国传统的教学模式中，通常情况下是以教师为主，学生为辅，教师占据主导地位。而当这种教师主导地位的教学情况长期在体育教学中存在的话。就会在学生的心里形成一种负面影响，难以促进学生的积极发展。为此在初中体育教学的过程中，教师需要不断的转变教育的模式。要适当的转变自身角色定位，将学生放在教学的主体上，在教学上注重学生的学习。例如，在进行体育教学的过程中，教师讲主要讲解的是100米赛跑需要注意的事项。这个时候教师不应该是一味的对一百米赛跑注意事项进行讲解，而是需要在讲解的过程中，观察学生的反应，对学生进行适当性的提问。从而让学生在教师的提问下，对百米赛跑有更多的了解，加深对百米赛跑注意事项的印象。这样一来，既可以提升学生的积极性与主动性，也可以进行更加高效的体育教学讲解。

(二) 营造轻松有趣的学习氛围

在我国古代教育教学中，孟母三迁就是为了给孟子营造更加良好的学习环境。由此可见，环境对人的影响是深远持久的。体育教育也是这样，需要体育教师在教学中不断的为学生营造良好的学习环境，让学习在轻松的，愉快的学习环境中接受知识，得到锻炼。而体育教师要想为学生营造更加轻松、愉快的学习环境需要做到以下几点：第一点，教师需要积极的、主动的与学生进行沟通交流。一般情况下，在教育过程中，学生难以做到有问题及时与教师沟通，在学习上往往处于被动地位，而教师则不同教师在教学中占据更多的主动地位，可以通过主动沟通拉近与学生之间的距离，帮助学生更好的接受教师的讲解内容。例如，在体育教育的过程中教师可以主动让学生谈谈对接下来教学内容的理解，并让学生进行动作演示，给予积极的鼓励，提升学生学习的注意力，帮助学生更好的集中精力在体育教学中。第二点，教师在与学生进行沟通与交流之后也需要对体育教育的内容进行正确示范，让学生加深对体育教学内容的印象。

三、不断扩大教师队伍建设

教师在教学中占据主体地位，是学校与学生之间沟通的桥梁。但是，从当前的教师队伍来看，体育教师的数量难以满足未来的教育教学需求。因此，学校可以从两个方面出发解决教师队伍不健全的问题。一方面，学校可以加大人才队伍的建设，如，可以通过扩招教师、提高教师准入门槛等手段从源头上增加体育教师的人数，适应当前的体育教学发展。另一方面，学校也可以提高对现有体育教师队伍的培训与管理要求，促进教师的自身素质逐步提升，不断提升初中体育教育的质量。例如，学校可以通过定期培训与不定期教育的方式，让体育教师综合掌握初中生的身心发展特点和状况，帮助学生更加全面化的发展。

四、结束语

综上所述，在体育教育教学中，需要采取多种措施、多种教学策略，逐步提升初中生学习的积极性、主动性，提升教师的教育教学质量。只有这样才能实现学生身心发展处于平衡状态。

参考文献

- [1] 陈能博. 对提高初中体育教学有效性的策略探讨[J]. 当代体育科技, 2013(21): 57-57.
- [2] 陈海军. 初中体育有效教学策略研究[J]. 新课程: 教研版, 2014(8): 31-31.

浅谈散打训练过程中头部创伤的产生及预防

郑志坚

(福建警察学院体育教学训练部 福建 福州 350000)

【摘要】 散打是中国武术的一种表现形式也是一项极具对抗性的运动项目，不管是在竞赛当中还是在日常训练中，都容易对身体造成创伤，尤其是为了强调攻击的效果，头面部自然成为击打的主要部位，所以在训练过程当中，要着重保护运动员的头部，做好头部的预防保护工作。本文所探讨的主要内容就是在散打训练过程当中，头部创伤产生的原因以及相关的预防措施。

【关键词】 散打训练；头部创伤；原因分析；预防措施

引言

头部创伤是散打训练活动当中最常见的一种受伤部位，同时对运动员所造成的

伤害也是最大的，但是如果在训练过程当中积极加强预防，就可以避免或者是减轻头部创伤所带来的伤害。在散打训练活动当中，自身身体素质比较差、专项素质不