

浅谈初中体育课堂有效教学实施策略

赖永金

江西省赣州市安远县重石初中

[摘要]新课改以后,要求初中体育教学不仅要提高初中生的体育知识和体育技能,同时还要充分挖掘初中生的潜力,从而实现初中体育教学的健康与育人功能。体育是初中阶段一门十分重要的学科,不仅能够有效地增强学生的身体素质,还能够帮助学生缓解学习方面的压力,使学生积极地调整自己的心态,以更加饱满的状态进入到学习的过程当中。但是要想实现以上目标,初中体育教育工作者必须不断地进行课堂教学模式的创新,为学生打造一个体育的高效课堂。利用多元化的教学方式,消除学生对于体育这门学科的畏惧心理和恐惧心理,有效地激发出学生对于体育这门课程的学习兴趣,让学生感受到体育活动的乐趣,调动起学生的主观能动性,使学生能够积极、主动地参与到体育教学活动当中。

[关键词]初中体育;体育教学;有效课堂;策略

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-6288.2020.02.823

初中体育的教学宗旨就是通过教授初中生体育知识和技能,提高初中生的体育意识,让他们能够通过体育锻炼增强体质,为学习提供保障。但是在实际教学工作中,经常会遇到一些阻碍体育教学的问题,比如体育教师的教学方式单一,无法吸引学生的学习;学校的体育设施配备不齐全,不能满足初中体育课的需要;学生对体育不重视,有时候会出现厌烦的情绪等等。新课程改革要求初中体育教育工作者应当在教学的过程中不断地进行教学模式的优化与完善,利用多元化的教学手段,激发出学生对于体育这门课程的学习兴趣,让学生真正了解体育这门课程的重要价值和重要作用。使学生都能够主动地参与到体育这门课程的教学过程当中,有效地提升体育教学的教学质量和教学效率,为学生打造一个初中体育的有效课堂。

一、强化师生对体育的认知

虽然说目前体育已经被纳入了中考体系当中,成为中考的一个必考学科,但是由于体育这门课程占得分值比较低,所以很多教师都没有充分地认识到体育这门课程的重要价值和重要意义。大部分教师都认为等学生到了初三阶段,带领学生突击一下相关的考试项目即可。在这样的教学模式之下进行体育这门课程的学习,完全是为了应付考试,很多体育教师的教学态度也比较随意。正是因为这些种种原因,学生才没有真正地认识到体育这门课程对其未来的发展和学习的重要性,最终导致学生对于体育这门课程缺乏学习主动性和学习的积极性,体育的教学效果也可想而知。针对上述情况,初中体育教育工作者首先要做的是积极地转变自己的教学理念,对体育这门课程有一个全面的认知和理解。体育之于学生的作用和价值是非常大的,对学生展开体育教学不仅仅能够有效锻炼学生身体的各项技能,还能够帮助学生释放不良的情绪,缓解来自学习的压力,让学生以一个更加强健的体魄和一个更积极的心态,进入到其他课程的学习当中。除此之外,进行体育锻炼还能够有效地提升学生的耐力、团结协作的能力,帮助学生形成良好的团队意识和竞争意识,有效地提升学生的整体综合素质,这些素质能够使学生受益终身。初中阶段的学生相对来说学习压力比较大,如果不及时地对学生的学习压力进行缓解,学生很容易出现各种各样的心理问题。这个时候初中体育教育工作者就可以顺势引导学生,一方面让学生认识到体育这门课程的重要性,另一方面还能够对学生展开有效的心理健康教育。例如,初中体育教育工作者可以申请一个邮箱,并将其命名为“心理咨询小课堂”,将邮箱的账号发放给学生,鼓励学生把自己在学习过程中的学习压力,或者自己目前遇到的一些心理问题,利用邮件的形式匿名发送给教师。体育教师在收到这些邮件之后,一定要对学生的心理问题充分重视,并且为学生提供相应的解决策略。比如说有的学生会说自己的心理压力比较大,这个时候体育教师就可以让学生尝试一下利用跑步释放自己的压力;有的学生在平常的生活和学习过程当中比较容易生气,而且十分急躁,这个时候教师就可以建议他们多打打篮球,锻炼自己的耐心;还有的同学做事十分毛躁并且不稳当,这个时候教师就可以为该学生提出意见,引导学生尝试着打打太极拳等等。利用

这样的方式不仅能够使学生进一步认识到体育这门课程的重要性,还能够有效地拉近师生之间的距离,为之后体育高效课堂的构建奠定了良好的基础。

二、建立和谐、平等的新型师生关系

在体育教学的过程当中课堂氛围是十分重要的内容,一个良好的课堂氛围、一个舒适的课堂环境,能够使学生在学习的过程中快速地掌握所学的内容。和谐、平等、融洽的师生关系,能够有效地推动良好课堂教学环境的构建。但是在目前的体育教学过程当中,大部分体育教师都会树立自己的威信,很少主动和学生进行沟通与交流,甚至有的体育教师由于自身的职业素养较低,在教学过程当中会时不时地对学生进行语言攻击,并且将体育的项目变成惩罚学生的措施。这样的教学模式不仅不能够发挥出体育这门课程的教育优势和教育价值,还会逐渐降低学生对于体育这门课程的学习主动性和学习积极性,十分不利于良好课堂氛围的构建。为了有效地解决这一现象,初中体育教育工作者可以从以下几个方面进行指导:第一,初中体育教育工作者在展开体育教学时,一定要以一个和蔼的态度对待学生,不责骂学生,更不要体罚学生,让学生真正地了解到进行体育学习之后对自己带来的益处。这样学生才能够主动地参与到体育教学活动当中,并配合教师的指导。积极构建和谐且融洽的师生关系,有效地提高了学生的学习效率,使体育教学的课堂充满了活力和激情。第二,在体育教学的过程当中,教师还应当多和学生进行交流和沟通,及时地帮助学生解决在课堂当中遇到的问题和困惑,并利用鼓励的眼神、肯定的语言、赞美的动作,充分地认可学生,让学生真切地感受到来自教师的关注与关怀。这样学生才能够放下自己心中的芥蒂,愿意和教师成为朋友,和教师构建一种融洽的师生关系。俗话说“亲其师而信其道”,在这样的师生关系之下学生才会真正喜欢上体育这门课程的学习,并且能够使体育的教学氛围更加活跃。第三,教师还可以带领学生一起参与形式多样的课外活动,以此促进师生之间的友谊的建立,构建起良好的师生关系。比如体育知识趣味竞赛、班级篮球比赛、野外探险活动等,教师应当将自己置于与学生平等的地位上,和学生一起参与体育活动,让学生在形式多样的体育活动中学习到更多的体育知识,还能够促进亲密师生关系的建立,使学生在体育课堂教学的过程当中也能够充满热情,以此建立初中体育的高效课堂。

三、灵活多样的教学模式

(一) 游戏教学法

初中阶段的学生相对来说年龄比较小,身心发展尚未成熟,爱玩是这个阶段学生的天性,而游戏则是他们最喜欢的一种活动形式。所以初中体育教师在为学生展开体育教学时,可以充分地根据学生的年龄特点以及教学的内容为学生设计相关的教学小游戏。以此最大限度地吸引学生的注意力,激发学生的好奇心,使学生在体育学习的过程当中涌现出源源不断的学习动力和学习热情,并且能够积极、主动地参与到教师组织的教学活动中。例如,在锻炼学生的反应能力时,教师就可以为学生设计游戏“篮球与乒乓球”。首先教师应该和学生一起制定篮球的手势

和乒乓球的手势，在制定完成之后带领学生对手势进行强化训练，以此增强学生的记忆，接下来再展开具体的游戏。具体的游戏规则是让学生围成一个圈，游戏开始后教师可以向某一位学生发出指令，学生必须根据教师指令做出正确的动作，否则就算游戏失败，游戏失败的学生必须接受惩罚，惩罚是做20个蛙跳。如，“XX同学请听好，篮球！”这名同学听到篮球的指令之后，必须做出乒乓球的手势。再如，“XX同学请听好，乒乓球！”听到乒乓球的指令之后，这名同学都必须做出篮球的手势，以此类推。利用这样有趣的游戏，能够有效地锻炼学生的反应能力，使学生在游戏的过程当中感受到体育带来的快乐，并且获得身心的放松。同时还能够激发出学生对于体育的学习兴趣，有效地提升了体育教学的教学质量和教学效率。

（二）合理地运用竞争

竞争心理是每一个需要适应时展的人必备的技能，而体育的本质特征就是具有比较强烈的竞争性，要求参与者都具备一定的竞争意识。所以作为一名初中体育教育工作者，应当着眼于学生未来的发展，在体育教学的过程当中，有意识地对竞争意识的培养，使学生在体育活动当中学会竞争、学会合作，不断地激发学生的创新能力，培养学生的拼搏精神，丰富学生的情感体验，为学生打造一个高效的体育教学课堂。例如，初中体育教育工作者可以带领学生不间断地参与体育比赛，利用体育比赛增强学生的团队意识，提高学生的参与性和竞争性，并且积极地为学生营造一个良好的竞争机制，使学生形成健康的竞争意识。比如说教师可以在教学的过程当中，将学生分成不同的学习小组，以小组为单位展开体育活动，对小组成员的表现进行评优。除此之外，教师还可以带领学生进行班级之间的对抗赛，如足球对抗赛、篮球对抗赛等等，以此充分地调动学生对体育知识学习的积极性和竞争心理。而且竞争是有输有赢的，难免会有胜负，

带领学生参与具有竞争性的体育活动，能够有效磨炼学生的意志，帮助学生形成良好的道德品质，促进学生健康且全面地发展。

（三）利用多媒体展开教学

在全新的教学时代之下，初中体育教育工作者应当充分地利用多媒体信息技术的优势丰富初中体育的教学内容，比如说可以将一些难度系数比较高的技术性动作，利用多媒体为学生展示出来。这样不仅能够有效提升学生的认知和理解，还能够为初中体育的课堂教学注入源源不断的新鲜活力。除此之外，初中体育教育工作者还可以利用多媒体为学生进行体育文化的教学。比如初中体育教师在讲解乒乓球这项运动时，就可以利用多媒体为学生普及乒乓球的发展历史，还可以带领学生一起观看有关于乒乓球的奥运视频，让学生通过图片、视频更加全面地了解乒乓球这项运动的实操方式等等，以此有效地提升学生的学习质量和学习效率。

四、结束语

综上所述，在全新的教学时代之下，初中体育教师应当在教学的过程当中不断地进行探索与创新，优化与完善体育课堂的教学模式，有效地激发出学生的学习兴趣，调动起学生的主观能动性，使学生对体育课程有一个全面的认知和了解。利用体育教学锻炼学生的各项身体机能，帮助学生释放压力，最终有效地提高体育教学的教学质量和教学效率。

参考文献：

- [1] 赖耿斌. 初中体育教学有效性的提升研究[J]. 中学教学参考, 2016(15).
- [2] 骆长云. 论新课标初中体育教学方法改革[J]. 文体用品与科技, 2012(05).

（上接第1651页）

遏制学生的天性，反而要从他们的天性出发，开展多种活动，为学生提供多种“玩”的平台，帮助他们在“玩”的过程中强化自身数学计算能力。数学计算活动的开展对教师而言是不小的考验，他们要做好学生活动表现的监管，也要把握好活动的走向，保证学生能始终将注意力集中于数学计算能力的优化完善上，全面发挥活动对学生数学计算水平提高的积极作用。教师要不断更新活动方案，保持活动的新鲜感，激发学生对于数学活动的期待感，调动计算训练热情，使得每个人都能在活动中得到计算能力的长足进步。

例如在进行三年级上册《万以内的加法和减法》的教学时，教师可以通过活动的开展调动学生的数学计算热情。小学生普遍好胜心强，教师从学生的这一性格特征出发，设计了充满竞赛味道的数学活动。教师在黑板上写下了满满的数学计算题，都是万以内的加法和加法，如 $688+879=?$ $2344-892=?$ 要求学生用最快速的时间计算出所以式子的答案，答错一道增加15秒，比拼哪位学生能在最短的时间内完成所有计算。这对学生的计算能力而言是不小大考验，但是在好胜心的趋势下，学生纷纷参与到这一活动中，他们主动发挥自身数学计算能力，将注意力集中于数学题上，在追求正确率的同时尽可能地计算数学问题。在活动过程中，教师为了进一步调动学生的积极性，会不断观看先进生的解题情况，并进行全班通报，给学生以紧迫感，确保每个人都能真正地参与到活动中，在计算数学题的同时强化自身数学计算技巧，达到开展数学计算活动的预期效果。

（三）提倡合作，弥补计算不足

在小学数学教学中，学生计算能力的差异是普遍存在的，这是生活环境、先天智力等多个因素造成的，不可避免，如何拉近学生计算能力的差距却是教师需要思考的问题，合作学习是解决这一难题的最佳方法之一。在计算训练前，教师根据学生计算能力的高低分成先进生和后进生这两个层次，在此基础上进行小

组分配，保证每个小组的先进生和后进生数量一致，体现公平性原则，完成小组分配后，教师要提倡合作，鼓励他们在数学计算学习的同时相互建议，共同进步，先进生也要带领其他小组成员一起完成相对应的数学计算任务。

例如在进行五年级上册《小数的乘法》的教学时，教师会通过鼓励合作来弥补学生计算能力的不足。第一步，教师在黑板上写了几道数学乘法的计算题，从易到难分别是： $2.3 \times 4 = ?$ $2.3 \times 3.1 = ?$ $2.33 \times 3.12 = ?$ 要求学生以小组为单位，对这几道小数乘法进行计算，获取正确答案。第二步，将任务分配下去之后，学生会积极地参与到小组合作讨论中，先进生始终占据小组讨论的主导地位，把握整个小组的探究方向，而后进生为了不拖小组的后腿，他们会发挥自身能力，如有的学生从教材中寻找和多位小数乘法有关的信息，有的学生会根据猜想尝试计算……第三步，教师在小组合作计算后，根据每个小组给出的答案评估该小组的合作学习情况，指出他们在合作中的不足之处，要求他们及时做出调整，帮助学生及时解决在合作中忽略的细节问题，进一步提高学生的数学计算水平。

结语：

在小学数学教学中，教师不能忽略学生的计算能力培养，这决定着学生后期数学发展情况的好坏。学生计算能力的培养要从多个方面出发，循序渐进，通过合理的教学手段有效激发学生对数学计算训练的兴趣，促使他们主动参与到各种数学计算训练中，帮助他们在较短的时间内提高自身数学计算水平，展现小学数学教学的有效性。

参考文献：

- [1] 卢海梅. 基于核心素养的小学数学课堂教学刍议[J]. 基础教育论坛, 2018, 000(016): 33-34.