

初中体育教学中培养学生体育素养的有效策略

魏有凤

江西省赣州市龙南市九连山学校 江西 赣州 341700

[摘要]在新的教育背景下，初中体育教学理念和教学目标发生了深刻的变革，传统被动式的学习和机械的训练虽然能够锻炼学生的身体，却忽视了培养学生的思维和情感，已经不适应现代教育的发展。因此，初中体育教师要转变教学观念，以培养学生的体育素养为教学出发点和归宿点，全面提升学生的体育素养，促进学生全面发展。本文基于实际初中体育教学经验分析了当前初中体育教学存在的主要问题，然后重点阐述通过初中体育教学培养学生体育素养的有效策略，以期对初中体育教学工作起到积极的促进作用。

[关键词]初中体育；体育素养；培养策略

【DOI】10.12252/j.issn.2096-6288.2020.04.1372

引言

新课程背景下，初中体育课程承担着培养学生强健体魄、提升学生意志力、形成终身体育的重任，让学生通过体育锻炼，缓解学习压力，积极参与体育锻炼，以促使学生实现全方位发展。因此，在新课程改革背景下，教师必须深刻认识体育学科的育人价值，从传统的过分关注体育知识和技能的教學模式中解放出来，更新体育教学理念，创新教学方法，采用灵活的训练形式，突出体育发展的价值，落实体育核心素养培养。

1 提升学生核心素养的初中体育教学的重要意义

1.1 有助于提高初中体育的教学效果

在传统的体育教学中，教师以学生掌握体育技巧和各种运动为主要教学目标，要求学生在短暂的课堂中熟练体育知识和体育技巧，达到体育评分标准。但是，由于现在的学生压力较大，活动较少，身体素质较低，在高强度的体育活动中很容易丧失对体育的学习热情，最终对体育运动失去学习兴趣，达不到教师制定的教学目标。如果以提高学生核心素养为教学目标，有效改革传统的体育教学方式，创新教学内容，对学校开展体育教学有很大帮助。同时，在体育教学过程中，要教师时刻培养学生的核心素养，鼓励学生积极参加不同的体育活动，有效培养学生自主学习能力，培养学生积极的学习态度，提高学生的兴趣爱好，促进学生主动参与体育锻炼。在体育教学过程中融入核心素养元素，能锻炼学生的毅力，从而提升体育教学效果，对学校提升学生核心素养有很大帮助。

1.2 有助于提升学生的核心素养

随着我国课程的不断改革，学校更注重学生的综合素质、核心素养的培养，连体育课都不例外。目前，我国初中体育教师注重学生的体育综合成绩，通过锻炼的方式帮助学生达到体育标准。虽然对初中生来讲，体育中考分数很重要，但是教师只关注分数，却忽视了学生的综合素质和身心健康发展。在新课改政策推行下，学校在体育教学过程中融入核心素养元素，改善传统的教育理念，加强培养学生的世界观、人生观和价值观，通过体育锻炼培养学生正确的体育

习惯，使学生具备核心良好的心理素质，全面提升学生的综合素养。

1.3 有助于为社会培养体育人才

目前，我国越来越重视体育人才的培养，这一措施不仅提高了体育人才的身体素质，还有助于国家体育事业的发展。在体育教学过程中，教师采用说教式方法讲解体育知识和体育技巧，没有关注学生的兴趣和爱好。在体育教学过程中融入核心素养元素，能加强学生理解体育理论知识，还能够获取更多的体育锻炼机会，最重要的是学生通过体育锻炼可以强身健体，还能增强意志品质，并使体育活动融入学生的生活，培养学生热爱运动的优秀品质，更有效提高学校的体育教学质量。

2 提升学生核心素养的初中体育教学中存在的问题

2.1 教学方式过于传统

在传统的体育教学中，大部分为户外运动时间，少部分在室内，很多时候还会被其他学科代替。而且，现在的体育活动课，教师只关注学生体育考试项目的锻炼和成绩是否达标，忽视了体育项目真正存在的意义，同时，教师的教学内容中基础知识也逐渐简化，忽略了体育课真正存在的意义。长久以来，教师只采用传统的教学方式和体育器材来传授简单的体育锻炼技巧，这样很容易让学生误解体育学科，甚至不能达到强身健体的作用。在这个过程中，学生慢慢地就会对体育课失去兴趣，会觉得体育课很疲惫，影响其他学科的学习。久而久之，离学校建设全面培养学生综合素质的教学目标越来越远，不利于体育教学的发展。

2.2 忽略了学生的个性

新课改背景下，对初中体育的具体教学过程也提出了更高的要求。教师讲解体育学科相关知识以及技能时，本应关注到学生的体育素养与发展。但在教学中，教师常常忽略学生作为课堂教学主体的实际学情以及个性特征。大部分体育教师为了完成相关任务，有效减轻教学负担，虽然会选择适合所有学生的教学形式，但学生受成长经历、身体发育多种情况的影响存在明显的差异，所以采取死板的教学方式，往往无法与教学实际相适应，最终影响到教学效果。

2.3 缺乏方法和技巧的引导

在初中体育课堂上,教师应注重对学生展开技巧和方法的引导。但是不少教师认为体育就是简单的操作,就是通过重复训练,让学生不断地去熟悉一个动作或者整套体育项目的流程。比如,教师演示多遍后,学生只能够不断地模仿和练习,教师在一旁纠正学生的错误动作,通过消磨时间,反反复复的练习来达到熟能生巧的目标,没有高效的方法,导致教学的效率非常的低。

3 培养学生体育素养的有效策略

3.1 实施体验式教学培养体育行为

体验式教学是体育教师常用的教学策略,给初中生提供了广阔的发展空间,解决了教育教学中社会实践活动薄弱的问题,有利于提高学生的体育综合素质。为了能够有效激发初中生学习体育的兴趣,初中体育教师可以在课堂上实施体验式教学,从初中生的兴趣点出发,充分激发学生参与体育活动的积极、主动性,促使初中生更好地参与体育学习,养成良好的体育行为,进而发展成一种体育运动习惯,让学生获得持续发展的动力。初中生活泼好动,具有很强的模仿力,教师在体育教学过程中可以根据教学内容借助徒手操、体育游戏等教学形式,引导学生在“玩”中学习体育知识、增强体育素养,让每一名初中生都能选择自己感兴趣的体育活动项目。体验式教学创建了一种互动交流的形式,强调师生的双边体验,能够优化师生关系,达到更好地传授体育知识的目的。初中体育教师可以创设活动场景,利用多媒体播放体育赛事或介绍体育项目,促使初中生内心产生强烈的体育运动欲望,然后再组织学生开展体育训练,这样能够取得更好的效果,满足教学发展的需要。由于初中生的体育能力有高有低,教师在开展体验式教学时应该做到因材施教,照顾全体学生的自尊心,让体育活动成为连接师生的纽带,带领学生从课内学习走到课外学习,更好地增强学生的体育学习效果及运用程度,让他们做好体育的学习者、传播者。

3.2 丰富体育教学内容

在体育核心素养下,各种先进的体育训练方法和训练内容进入了初中体育教师的视野,教师应结合当前体育教学的实际情况设计多样化的学习内容,以符合学生的学习需求。教师要围绕既定的教学内容,增加新颖的、趣味性的体育项目。并且,教师在丰富教学内容的同时,需确保学生在课堂上的主体地位,了解学生的年龄、体质健康状况、体育水平、兴趣爱好等,有针对性地选择体育内容,保证体育内容的开展能够和学生体育训练需求相契合,提高学生的锻炼积极性。

3.3 重视初中体育技巧教学工作

要想让初中体育教学工作质量有明显提高,就必须重视体育技巧方面的教学工作。完成任何一项体育项目,学生都必须要有有一定的技巧,没有技巧这项体育活动就不能够高效

完成。教师要将体育技巧的教学工作列为重点,在技巧教学方面,很多教师都没有采取有效的方法,其实,最为主要的是,让学生观察和体验,让学生参与,这样教学的效率才会提高。例如,篮球是很多初中生都喜欢的体育项目,但是很多学生都没有掌握三步上篮的技巧,甚至基本的上篮动作都不是非常灵活。基于此,教师设置篮球上篮技巧培养的教学活动,本次游戏活动的场所就是学校的篮球场,活动要求学生能够在本堂课上完成基本的上篮动作的学习,提高上篮过程的灵活性。教师在篮球场上设置很多个障碍物,并且将这些障碍物摆放成不同的形状,要求学生能够一边运球一边绕过这些障碍物,最后能够在没有触碰到障碍物的前提之下,完整地将篮球放至篮筐之中。在本次教学活动中,教师发现无论如何改变障碍物组成的形状,依然有很多学生还是会触碰到障碍物,一方面是由于学生的心理比较紧张,另一方面是因为学生的反应力还不够,不能够及时判断障碍物离自己的距离大概是多少,导致无法躲避障碍物。但是在教学活动的过程中,教师应耐心、细心地引导学生如何躲避障碍物,告诉学生躲避障碍物的方法是什么等等,提高学生的学习能力,发展学生的体育技巧和能力。

3.4 完善教学评价方式

教学评价作为教学开展的指挥棒,通常对教学有着显著的指导意义。立足体育学科的核心素养相关要求,体育教师需转变传统评价方式,不断提升教学评价的科学性、合理性。一方面,教师应基于以往教学评价标准单一、过分关注学生运动技能的现状,拓展和完善教学评价标准,将学生学习过程中的具体表现、情感态度、品德修养等纳入其中,确保教学评价与体育核心素养的要求相契合。另一方面,体育教师需注重教学评价的进一步优化,与多层次学生学习需求有效结合,设计差异化的评价标准。尤其是针对因为先天身体因素导致体育技能掌握不够的学生来说,应适当降低评价标准,并关注其进步程度,确保所有学生均可在原有的基础上获得提升和发展。

结束语

综上所述,初中体育教学要把培养学生的核心素养当成重要工作,既要给学生讲述基础理论知识和动作技能,还要注重培育学生的道德素养和心理健康,达到全面进步的目标。初中体育教师要善于把握学情,为初中生构建多元化的体育课堂,把培养体育素养融入体育教学中,创设具有趣味性和生活化的体育课堂激发初中生参与的热情,锻炼初中生的体育意识,使学生受益一生。

参考文献

- [1]宋洪军.初中体育教学中培养学生核心素养的实践探讨[J].神州,2019(21).
- [2]陈延军.初中体育教学中加强学生核心素养研究[J].文渊(中学版),2019(6).