

# 谈初中体育多样化教学的开展策略

李红霞

江西省瑞昌市第七小学

**[摘要]**随着新课程改革的到来,素质教育的广泛实施,现在各个学校为了响应教育部的方针,都在积极培养学生德、智、体、美、劳全方面发展。虽然每个学校都有了相应的体育课程,而且还有专门的体育教师,但是,体育教学在各个学校并没有引起足够的重视。尤其是在初中阶段,学生要学习的课程很多,课下作业比较繁重,这些已经让学生力不从心,更没有心思和精力再去重视体育课。每次上体育课的时候,我发现学生都是寥寥无几。再加上我们初中体育教学的教学方法也存在着很大的问题,导致这种现象越来越严重。作为一名初中体育教师,要彻底改变传统的教育理念和教学方法,不断探究新的教学方法,来提高初中生的综合体育水平,才能改变这种状况。

**[关键词]**初中体育;有效教学;体育教学

**[DOI]** 10.12252/j.issn.2096-6288.2021.11.1183

随着新课改的不断深入,明确地提出了在教学过程中要不断激发学生的学习兴趣,这样的教学要求不仅是针对文化课程,体育教学也应该严格按照新课改提出的要求,在传统的体育教学过程中教师都是让学生跑一跑或者跳一跳,并没有制定一些比较系统的教学方案,因此学生的体魄没有办法得到很好的提高,学生也会认为体育课堂就是简单的玩,并没有什么实际的意义,导致学生对体育教学的重视程度不高。

## 一、推动与促进初中多样化体育教学校本的构建

### (一) 提高体育教学专项化试点项目

专项化的体育训练一般出现在高中体育教学当中,这种专业化的体育训练对于提升学生的体育素养有着很大的帮助。因此,在开展初中体育教学改革时,应以高中体育教学制度为依据来落实初中体育项目学习和专项训练制度,以实现提升学生体育素养的教学目的。例如,现阶段,一些初中已经开始开展篮球和排球的专项体育课程,并将这些课程编入到初中体育教材当中,但为了能够拓宽学生学习体育的爱好与了解更多体育项目,初中院校可以引进更多的体育活动项目,例如,足球、网球、游泳等课程,以丰富初中体育教学内容,促进初中体育教学的多样化。这不仅能够在很大程度上提升体育教学的活力,也能够让学生在初中体育课程当中学习到更多的体育知识,实现全方面的体育锻炼,从而提升学生的体育素质,促进学生综合素质的全面提升。

### (二) 通过体育活动平台,举办更加丰富的体育赛事项目

建立体育活动平台主要是为了能够帮助学生更好地掌握体育知识及更清楚地了解自身的体育爱好。学生可以采用走班制的方式,根据自身对体育运动的兴趣与爱好来选取自己将要学习的体育科目,这有利于实现对于学生体育素质的专业化培养,以及最大程度地发挥体育教学的作用。除此之外,要想培养学生体育综合能力,学校应每一学期都为学生更换一次体育学习的项目,同时,体育教师应以学生的自身特点为依据,为学生提供一些科学合理的建议,在每一项体育运动训练中都安排一位专项的训练教师,让学生能够得到更专业化的训练,同时,提升学生学习的兴趣和热情。并且,学校应该为学生一同进行体育训练来选取一个固定的科学的时间,已让学生在有规律的体育训练当中,实现自身体育素质的提升,并为后期学生接受更加专业的体育训练奠定基础。

### (三) 积极延伸体育项目的实践价值

在学生的课余时间、做操时间及其他的时间,或是双休日时间,充分利用各种时间来进行适当的体育锻炼对于学生的健康发展与提升学生对体育的兴趣有着很大的帮助。学校应以学生的身体素质及体育技能训练为依据,来为学生制定一个符合学生的身体条件及个性化发展的体育活动项目,并选取一些较为容易实践的、对训练场地要求不高的体育活动来让学生进行日常的体育锻炼,这样的体育锻炼活动,学生即便是在家的情况下也能够进行锻炼,这样就实现了家校结合的体育锻炼与体育学习,与此同时,体育教师应对学生的体育锻炼进行科学的指导,以让学生能够以更加科学合理的学习方式对体育活动项目进行学习,促进体育课程教学的教学效果得到提升,让体育更好地服务于学生,促进学生身体素质得到提升。例如,室外跑步、羽毛球、跳绳等体育锻炼项目,不仅适合学生在校园内进行锻炼和学习,也是十分适合学生在家庭当中进行的体育活动。教师和学生之间应保持沟通和联系,以保证教师能够了解学生在校外所进行的体育锻炼,保证学生能够科学、规律、适度地进行体育锻炼,以帮助学生巩固运动技能,养成良好的运动习惯。在这个过程中,班主任教师与体育授课教师用充分发挥带头作用,并时刻保持联系,以确保学生在校内所进行的运动锻炼的质量能够得到及时的反馈。

## 二、利用信息技术展开体育课程教学

现在是信息时代,体育教师在教学的过程中要充分利用信息技术优化课堂教学模式,提高课堂教学的效果。首先,教师可以利用信息技术激发学生课堂学习的兴趣。信息技术可以多方面刺激学生的感官,使学生始终处于积极的情绪中,激起学生对课堂内容学习的兴趣。以羽毛球的教学为例,教学前教师可以利用互联网搜集我国羽毛球运动员比赛时的视频。在课堂教学时播放视频,利用视频吸引学生的注意力,并对其中的教学内容进行讲解。教学时利用信息技术播放视频,利用榜样的力量点燃学生心中的激情,激发学生学习的兴趣。

其次,利用信息技术帮助学生克服学习中的难点。以篮球抢运球的学习为例,运球的学生既要保持正确的运球姿势,又要躲避无球同学的抢断,抢球的学生既要紧盯运球学生的动作,又要保证利用合理的动作抢球,整体上对学生来说具有一定的难度。教师演示抢运球时由于步伐较快,学生并不能清楚

地了解教师的步伐变化,且篮球中犯规的情况比较多,课堂教学时并不会全部出现。为了解决上述情况,教师可以利用信息技术将本部分的内容制成Flash动画,在课堂上通过慢放Flash动画,让学生清楚地了解运球躲避及抢球时的步伐变化,使学生掌握正确的运球躲避及抢球动作。教师还要在课堂上播放不同的与篮球中犯规动作相关的Flash动画,慢放动画时对相关的动作进行讲解,提高学生对篮球运动的认识。教师利用信息技术将教学中的难点清晰地展现在学生眼前,使学生在课堂上应用学习到的知识进行体育实践,实现体育知识的内化。

### 三、建立和谐的师生关系,让学生喜欢体育

学生在学习的过程中教师占据了非常重要的位置,教师在教学过程的一举一动都会对学生产生影响,教师是整个课堂的组织者,只有通过组织科学合理的教学课堂才能够让学生积极主动地投入到学习中,从而在体育课堂上学习到一些优秀的品质。处在初中阶段的学生心理都是比较敏感的,教师的一个动作或者是一句话就能够影响学生,在传统的教学过程中教师总是高高在上的教学态度,有的教师甚至会在课堂上严厉地批评学生,这样会严重伤害学生的自尊心,让学生对学习体育产生厌烦的心理,这样就会非常不利于学生的个人成长。因此在教学过程中教师应该与学生构建一个良好的师生关系,让学生更加信任教师,从而才能让学生更好地投入到学习中,师生关系的融洽不仅能够让学生更好地进行教学,学生也能够体中体会到快乐,良好的师生关系能够让学生有一种情感寄托,让学生在情感的驱使下自觉地参与到课堂活动中,并且积极主动地完成教师布置的教学任务。教师在教学过程中可以组织一些师生能够共同参与的体育活动,例如跳绳比赛、踢毽子比赛,这些活动是教师和学生都能够参加的,学生和教师在共同参加体育活动的时候,距离不知不觉就拉近了。

### 四、创新教学方法,激发学生学习兴趣

在传统的体育教学过程中教师都会采用四个部分进行教学,首先是开始部分,然后是准备部分,这一部分会让学生做一些热身运动,之后就开始正式进行一些体育活动的训练,最后就是结束部分,这种教学模式虽然能够在一定程度上让学生接受体育教育,但是教学内容太枯燥乏味,学生根本提不起学习兴趣学习,因此教师应该转变教学方法,对传统的教学方法进行创新,从而让学生更好地投入到学习中。想要学好任何一门课程兴趣都是非常重要的,只有在兴趣的指引下才能够让学生积极主动地参与到教学活动中。虽然体育课程看似比较有趣,但是也是需要科学的科学的教学方法来激发学生的学习兴趣。教师应该根据初中生的特点进行教学,从初中生感兴趣的地方入手,抓住学生的注意力。例如,当教师在讲解一些体育项目的时候,教师可以为学生普及一些关于体育项目的历史背景,初中生的好奇心都是非常强的,因此学生会很愿意听取一些历史故事,这样就能够很好地抓住学生的注意力,从而激发出学生的学习兴趣,让学生能够更加积极主动地投入到学习中。

### 五、教师要借助多媒体技术,来激发学生学习体育的兴趣

初中学生普遍对上体育课没有太大的兴趣,很多学生觉

得这门课程用处不大。上体育课还不如去学习其他学科的知识。每次上体育课的时候,我都会看到很多学生在看其他科目的书,经常还会有很多学生以身体不舒服为由回教室休息。以上这种情况,作为一名初中的体育教师,在平时上课时,要想办法利用各种教学手段来激发学生学习体育的兴趣,其中利用多媒体教学就是一种不错的选择。例如:在进行讲解《人体与运动》这一节课的时候,体育教师就可以运用多媒体技术来进行教学。先让学生通过多媒体课件认识人体的基本结构,在观看人体的骨骼和关节的形成,通过图片不仅能够清晰、直观地看到人体的结构,还能让学生快速地理解和掌握,并了解人体完成运动的过程。教师在课堂上还可以穿插一个跟运动有关的小视频,可以播放一段篮球比赛的小视频,让学生通过观看篮球比赛,第一是提高学生的注意力,第二是可以借此视频给学生讲解视频中打篮球的动作是依靠人体的骨骼、关节和肌肉互相协调来完成的,学生们都听得非常认真,回答问题也非常积极。由此可见,这样通过多媒体的形式展示出来的教学内容,不仅可以吸引学生的注意力,还能提高学生学习体育的兴趣。

### 六、将拓展训练与体育教学结合起来培养学生优秀的品质

初中体育教学主要是培养学生的个人技能,而忽视了对学生团队精神的培养,教学时教师要有意识地在教学内容的基础上将拓展训练引入课堂教学中,创建新颖的学习环境,培养学生优秀的品质。首先,学习球类运动时,教师讲完基本的理论知识后,教师可以把学生分组,让学生以小组为单位进行对抗比赛,学生在小组比赛的过程中自然会和他人沟通,自然会和其他的学生一起根据队伍中的实际情况制订战术策略,自然会和其他的学生建立良好的友谊,提高学生团结友爱和竞争的意识。其次,教师也要根据学生的实际特点将适合的拓展训练项目引入课堂教学中,培养学生的优秀品质。以生死电网的应用为例,教师在操场上设置几根竹竿,并利用绳子在竹竿间形成不同大小的网格。项目开始时全体学生站在网的一边,项目进行时学生只能借助其他学生的力量通过网格,当所有的学生全部通过网格到达对面时项目结束。教师在课堂上引入生死电网的拓展项目,可以使学生会如何理解、倾听他人,如何让他人更容易接受,如何合理分配资源,使学生认识到个人的利益与整个团队的利益关系:个人好胜与莽撞都会遭遇淘汰,只有依靠团队的力量才能顺利完成任务。

据上文所述,对初中体育教学进行改革,实现初中体育教学的多样化,是促进初中体育教学效果与教学质量与初中学生的身体素质得到提升,以及促进学生全面发展的重要举措。

### 参考文献:

- [1]张钰.初中体育多样化教学改革的实践探索[J].好日子,2021(14):00220-00220.
- [2]何志云.初中体育多样化的理论研究[J].爱情婚姻家庭:教育科研,2021(8):0139-0139.
- [3]邵宝.初中体育多样化教学研究[J].青少年体育,2021(2):99-100.