

初中体育教学中学生竞争意识的培养心得

李亚宾

河北省临城县石家栏中学

[摘要]初中是一个承上启下的阶段，也是九年义务教育的最后一个阶段，因此，初中教学工作也越来越受到广大人民的关注。在这个阶段中，中学生的身体和心理都会逐渐走向成熟，学生的价值观、人生观也在逐渐形成。体育教学能够有效地增强中学生的身体素质，对学生的道德观、人生观产生一定的影响，但是在实际的体育教学中，大多数老师和学生都不以为然，认为初中体育就是玩乐、放松的时间，有轻视心理，本文主要就如何在体育教学中培养学生的竞争意识提出一些建议。

[关键词]初中体育教学；竞争意识；培养心得

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-6288.2021.11.1516

竞争意识已经成为现代人所必备的素质和技能，进入21世纪以来，新课改如火如荼地进行中，这就要求初中体育教师改变原有的授课方式，更加注重学生能力的培养和学生未来的发展前景，有意识地在日常教学中培养学生的竞争意识。笔者根据自己在初中体育教学实践中的一些经验，在此对关于如何在体育课堂中培养学生的竞争意识进行了几点探索和思考。

一、培养学生竞争意识的必要性

第一，相互协作与竞争是密切联系的，是人类发展的必然要求。一方面，人类在自身发展过程中需要相互协作，另一方面，人们为了实现自身的价值和证明潜在的能力，每时每刻都在竞争。人类社会发展的原动力之一就是竞争，所以协作与竞争在某种意义上讲构成了人类社会的基本组成形态。

第二，加强学习的要求。为国家培养和输送德、智、体、美全面发展的建设者和接班人是学校教育的目的所在，这就要求学生在日常的学习过程中不断地发展和完善自己。这一过程体现在学习过程中个体与他体的比较和个体自身的比较上，所以学习中存在竞争，竞争促进学习的进步。

第三，体育运动的特征决定了体育本身具有很强的竞争性，要求体育运动的参与者树立强烈的竞争意识。竞争既是体育运动的生命所在，又是体育运动本身所具有的属性。所以我们无论是直接参与到体育竞争中去还是间接观赏体育运动，都能被它强烈的竞争氛围所感染。

二、在体育教学中培养学生竞争意识的方法

(一) 采用问答形式讲课，激发学生竞争意识

众所周知，体育中考是通过统一测试的形式对初中毕业生做出体质评价的统一测评方式，其中包含很多测试项目，如男生长跑一千米、女生长跑八百米，各项球类运动如实心球、排球、足球、篮球等，以及跳远、仰卧起坐等基础项目，这些测试项目听起来容易，实则做起来也存在一定的理论技巧，那么教师在展开实践教学之前，首先应该为学生讲解一定的理论知识，让学生在理论上掌握一定的技术技巧以及安全防范措施。同时，为了激发学生的竞争意识，教师可以采用问答形式为学生营造积极的课堂氛围。

人体是各个器官系统构成的有机整体，学生在进行体育活动时，看起来好像只有肌肉在活动，其实身体的各部位都在为活动做准备或发挥作用，因此，体育理论知识显得尤为重要，教师在讲解或者提问理论知识时，要涵盖各个方面，促使学生全面发展。教师可以提出以下问题：“是否能够空腹进行体育锻炼？在炎热的夏天，剧烈运动后是否能够马上洗澡？仰卧起坐时，是否需要配合呼吸？如何控制呼吸节奏？正规的篮球运动需要多少人？”为了有效激发学生的竞争意识，教师可以将提问环节变为个人战和小组战，要根据班级人数将学生进行分组，每个小组保持人数统一，同时进行积分，最终学生可以获得最佳小组和最佳个人，教师可以对这些小组和个人进行奖励，以此激发学生的竞争意识。

(二) 记录学生项目成绩，促使学生相互竞争

初中体育课堂学时较少，但因为学生需要在初三阶段参加体育中考。因此，教师在初一、初二的教学中需要渗透全部的体育项目，教学压力较大。除了教师课堂上的基础训练外，学生还需要在课下下功夫，进而提高基础技能。为了促使学生相互竞争，提高体育成绩，加强体育锻炼，教师可以在每次测试

完毕之后记录学生的项目成绩，激励学生一步步进步，在每次测试之后，与同伴进行对比竞争；同时也在一次又一次的测试中超越自己，与自己竞争。

以篮球运动为例，根据中考体育篮球项目的考试要求，学生需要在规定时间内完成绕8字运球，那么在测试之前，教师首先应该为学生讲解场地、测试方法以及相关注意事项，也可以利用互联网为学生搜索相关视频进行教学，之后引导学生训练。教师需要在每一次测试中仔细观察学生的相关动作，为学生记录测试成绩，在告知学生测试成绩之后，根据学生的表现为学生提出改进方法，引导学生在下一次的测试中获取更高的成绩。在实际教学活动中，很多学生通过多次的训练也无法获取逐渐进步的成绩，那么在这时教师可以通过特殊的鼓励方法来激励学生，帮助学生树立自信心和竞争意识。

(三) 组织各类竞技游戏，激励学生彼此竞争

体育竞技游戏的开展有助于学生在紧张且不失娱乐的氛围中锻炼且提升自己的相关技能。从学生的心智方面出发，初中阶段的学生仍然喜爱游戏愉快的氛围，并且能够在游戏过程中缓解平时上文化课所产生的压力；从学生的体质方面出发，虽然只是游戏，学生依旧能够获得一定的锻炼效果；从学生的心理意识出发，游戏本身就讲究输赢，学生在游戏过程中很容易提升自己的竞争意识。因此，教师可以根据学生的实际情况来开展不同种类的体育竞技游戏，激励学生彼此竞争。

如，在足球场地里设置两列标志桶，每列含有五到六个标志桶，标志桶之间相距七到八米，两人一组，一人一个足球。两边队员需要按照教师的不同要求，用身体的不同部位，如脚踝、脚尖等来控制足球，游戏过程中，足球不能有停滞状态，若不合格则重新出发开始游戏，最终用时最短一队获胜。这个游戏要求每位学生保持好身体重心，精准的掌握触球点，训练学生的敏捷程度以及控球技能。同时，为了加强学生对于足球运动的掌握以及更加激励学生产生竞争意识，教师可以酌情将足球游戏上升为足球比赛，引导学生按照运动会中的足球比赛来开展正规的足球赛，教师可以为学生分享精彩的足球赛视频，激发学生的比赛热情。之后教师需要着重为学生介绍比赛规则以及注意事项，引导学生展开比赛，在你追我赶的激烈氛围中获取特殊体验。

结束语

总之，体育作为一门实践型学科，能够考量学生的综合素质与能力，初中又是学生身体发展的重要阶段，体育教师要重视对体育教学投入的时间和精力，在课堂中积极尝试多样化的教学策略，通过对不同教学环节的反复试验，选择学生喜闻乐见的体育活动，从而激发学生的体育学习热情。同时，教师应中重视学生竞争意识的培养，不断激励学生，使学生在教师的引导下，形成健康合理的竞争心态，从而实现更好地发展。

参考文献：

- [1]沈杰.以竞技意识,促进初中体育教学[J].田径,2017(05):16-17.
- [2]董连友.浅析初中体育教学中学生竞争意识的培养[J].商业文化(上半月),2017(06):246.