

新课程理念下初中体育课堂有效教学研究

陈芳

(浙江瑞安市汀田第一中学 浙江 瑞安 325200)

[摘要] 体育的新目标需要考虑学生的道德、智力、身体状况和美丽的整体发展,通过统一的体育教育消除传统体育的弊端,并从学生的身心方面促进体育教育。本文详细探讨了中学体育教育存在的问题,并提出了不同的教学方法,以鼓励体育教师的教学采用不同的教学方法,以提高学生的整体素质,提高体育教育的影响力。

[关键词] 初中体育; 教学策略; 探索

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-627X.2020.08.107

引言

在新一轮课程改革实施以后,素质教育的重要性日益凸显,与此同时,随着社会不断发展,人民生活水平不断提高,人们越来越关注身体健康问题。青少年是社会主义事业的接班人也是建设者,是国家发展的根基,让中学生养成健康的体魄具有非常重要的作用,由此可见,增强初中体育教学的实效性是社会发展和学生个人发展的共同需求。国家给学生提供了良好的体育教学环境,同时还设置了体育考试,充分体现国家对体育教学的高度重视,初中院校要树立强身健体的教学理念,把体育学科纳入必修课程体系内,调动学生体育锻炼的积极性。

一、当前初中体育教学中存在的问题

1.1 过于重视运动技术学习,忽视了兴趣、习惯的培养

传统体育文化始终遵循“论证,示范,纠错,巩固和改善”的模式。教程中也需要这样做。体育老师在学习体育时也可以通过这种方式学习。这强调了教师的专注,组织的准确性和纪律性,而忽略了学生是体育教育的核心部分这一事实。由于学生对运动,技能和运动习惯的兴趣,学生无法学习体育锻炼方法,并逐渐对体育课失去兴趣,从而导致学生热爱运动却不喜欢体育课。除此之外,中学的体育成绩要计入中考分数,而且分数占比越来越大,测验标准也越来越高,所以中学老师才会抓着技术和训练不放,不练就考不了好分数,这也是学生厌倦体育课程的原因之一。

1.2 初中体育教学硬件设施匮乏

体育学科和其他文化学科有着明显的差异性,需要体育教师进行亲身示范和讲解,学生要在教师的指点下进行长时间的反复训练。兴趣是学生最好的催化剂,只有在兴趣高涨的前提下学生才会积极参与到体育锻炼中,此时,开展教学活动的硬件条件的重要性就凸显出来了。这里所说的硬件条件通常包括场地设施条件和体育经费投入,通过进行调查研究发现,目前各院校的体育场地设施建设水平良莠不齐,一些重点中学的体育场地设施建设较好,基本能够满足学生的学习需求,而一些普通院校的基础设施建设却不甚理想。其中,还存在一个显著问题,即基础设施建设良好的学校内硬件建设较为单一,有些学校修建了篮球场、田径场,但是没有建设羽毛球或网球场,学生的体育锻炼需求得不到满足。其根本原因就在于学校并未重视对体育经费的投入,将过多的时间、精力、经费投入到备战中考上。

二、初中体育教学的有效策略

2.1 激发学生的兴趣

体育是训练中学生的主要途径。它受许多因素的影响,例如教学方法和教学理念。一些学生没有特别注意体育的发展,对体育持肤浅和被动的态度。这对学生的总体发展非常不利,身体条件不佳也会影响学习文化课程。因此,作为体育老师,我们必须积极引导转变学生体育观念,为学生的全面发展做出贡献,真正做到对道德、智力,身体素质,美丽和工作的重视。学生对体育运动持否定态度。主要因素来自学生本身,对于中学生来说,他们的知识还不足以解决问题。一些学生只是看到他们的学业进步,并认为体育正在占用他们的时间。他们希望学习更多,锻炼更多。另外,由于生理因素,运动能力等原因,这是女孩不喜欢运动的主要原因。因此,体育教师应注意发展学生对体育的兴趣,积极创新教学方法,将游戏融入学习中,并使接受新的教学方法,激发对体育的热情,并积极主动自愿参加体育运动。

动。

2.2 丰富教学的方法

近年来,现代教育的概念不断发展,教学方式已经成为初中时代使用最广泛的教学方式。这样,教师可以将好玩的课程应用到初中体育课中,不仅可以激发学生对于体育课的热情,而且可以有效地提高体育课的质量。尤其是,教师应在适合中学生年龄的体育学科上做出科学和明智的决定,并在此基础上提供游戏课程,以避免出现不适合中学生的情况,并导致游戏学习应用适得其反。例如,可以根据班级学生的特点踢球并分组。根据本课中描述的内容,中级学生的竞争心态可以用于小组竞赛。以上过程不仅可以提高班级对学生的吸引力,还可以提高学生对于班级的参与度,使教师的内容可以有效地用于真实的比赛中,从而提高教学质量。此外,在集体运动中,学生的团结合作意识可以得到充分发展,集体荣誉感可以逐步增强,这对他们的未来发展也具有积极作用。

2.3 完善教学设施和条件

随着新课程的实施,学校对学生的体育素养也逐步重视起来,这就要求学校要给学生提供良好的场地,完善体育教学设施和各种体育器材,遵循学生的个性特长,让学生能够积极地参与到体育锻炼中。同时,学校也要加大对体育设施的投资力度,定期进行保养,对于老化的设施和体育器材,要及时地进行维修和更换,以保障学生体育锻炼的安全。教师也可以结合学生的兴趣,在教学中融入一些趣味性的游戏,让学生能够在快乐中进行体育训练,提高学生的体育训练体验,激发学生体育锻炼的积极性。

2.4 注重渗透德育教育内容,提高体育课堂教学质量

在核心素养下构建初中体育高效课堂,教师应注重在体育课堂教学过程中积极渗透德育教育内容,将体育教学与德育教育内容充分结合在一起,这种情况下不仅仅能够达到教学目标,还能够提升学生各项能力,培养学生良好品德,促进学生综合素质有效提升。在进行初中体育教学过程中,要想渗透德育教育内容,构建高效课堂,其教学方法以及教学手段十分丰富,此时可以运用游戏化教学法,让学生通过游戏比赛活动充分意识到优良品质在日常生活中的重要意义,进而培养学生德育品质,以此培养学生核心素养。

结束语

教学理念和方法的创新是提高中学体育质量的根本途径。因此,初中体育教师应充分认识传统教学模式的弊端,及时开展创新活动,重视教学方法和方法的多样化运用,将体育视为提高学生身体素质的重要手段和途径,培养健全人格,以确保护大体育课程的作用。

参考文献

[1] 牛站. 新课程理念下初中体育课堂有效教学研究[J]. 学周刊, 2020(24): 156-157.

[2] 姚红平. 新课程理念下高中体育课堂有效教学探讨[J]. 新课程(中学), 2019(09): 53.

作者简介:

陈芳(1988年11月)女,浙江瑞安人,本科,浙江省瑞安市汀田第一中学二级教师。研究方向:初中体育教育。

趣味游戏在小学体育教学中运用的研究

孙丽红

(普兰店区太平中心小学 辽宁 大连 116200)

[摘要] 体育游戏是一种以学生的健康成长为目的,具有深刻教育意义的现代体育教学方法。一方面,通过游戏可以激发学生对体育的兴趣,提高运动积极性;另一方面,它可以促进学生的思维与智力发展,使学生不仅能够获得知识,还体验了运动的乐趣,并通过游戏活动培养学生的道德品质。基于此,对趣味游戏在小学体育教学中运用进行研究,仅供参考。

[关键词] 小学体育; 趣味游戏; 研究

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-627X.2020.08.108

引言

在最近的这些年的体育教学过程中,越来越多的体育教师开始采取游戏的方式来完成体育课程的教学,在这个过程中,学生与他人进行交流的能力会得到较大提升,身体协调性也会得到较大改善。但是在当前的小学体育教学中,体育游戏化的教学方式并没有取得一个好的教学效果。

一、游戏法在体育教学中的重要作用

体育游戏教学法就是将体育游戏融入体育课堂教学中,让学生在游戏中的学习和掌握教学内容。在常规的教学过程中,游戏法被广泛应用,在体育教学中发挥着非常重要的作用。体育游戏能激发学生的学习兴趣,活跃课堂氛围,调动学生学习的积极性,从而集中学生的注意力,帮助学生更好地掌握各项技能,促进学生身心健康发展。在游戏过程中,学生之间能够加强联系,在合作和竞争中提高社会交往能力。

二、当前小学体育游戏教学存在的问题分析

(一) 教师对游戏教学的认知出现误区

游戏教学作为一种新型的教学模式,能够很好地吸引孩子参与体育锻炼的兴趣,但与此同时,很多教师对游戏教学的认知产生了偏颇,并不能正视游戏在小学体育教学中的重要价值。教师对于游戏的引入和尝试都比较浅薄,致使他们不注重对游戏的开发和研究,这就使得游戏单纯成了课堂的一项点缀。让学生将游戏当成了一种放松的手段,而不能从游戏中有效学习和进步,游戏对体育教学的促进作用不能有效发挥。

(二) 死板的内容和形式

体育游戏是一种相对能调动和活跃课堂气氛的教学手段,它的娱乐性和代入感极强,但如果总是重复同样一个游戏或者以一成不变的组织形式去开展,久而久之学生就会有厌倦感,失去了对游戏本身的兴趣,得不偿失。

三、趣味游戏的创新运用

(一) 趣味游戏在热身环节中的运用

热身是体育课程中不容忽视的教学环节之一，小学体育自然也不例外。相较于常见的跑步、体操等热身运动，小学生势必会对一些较为新颖的热身运动形式格外感兴趣，为此，可以创新性地将其不同的趣味游戏形式及其内容合理地引用到热身环节中。例如，“两人三足”的趣味小游戏，即两个人分别伸出各自的一只左脚和右脚，用绳子将其绑到一起，然后两人利用三只脚快速向前移动。这一趣味游戏看似简单，但实则要求学生之间互相密切配合。大多数学生很难一次做到毫无障碍的往前走，因此他们需要反复进行几次，在这一过程中他们集中了注意力，更为重要的是身体各部分的机能都得到了了一定程度的放松与活跃，而这就有效避免了在体育课上做大幅度较大的体育动作时出现身体猛然承受不住而受到伤害的情况。

（二）合作游戏，强化体育教学效果

小学体育教师在对学生进行游戏化课程教学的时候，还可以选择一些合作游戏。这可以有效对学生的表达交流能力进行训练，同时培养学生的合作能力。开展这种体育游戏是非常有意义的，因为当代很多小学生都是家中的独生子女，所以平时学生都是自己在家玩耍，没有其他小朋友进行沟通和交流，这样学生虽然独立性比较高，但是合作意识较差，通过开展合作小组可以有效培养学生与他人进行交流合作的意识，从而促使学生全面发展，这对于学生今后的学习和生活都有着非常重要的意义。比如，小学体育教师可以组织学生开展老鹰捉小鸡的游戏，在游戏中，教师可以把学生分成两组，一组是一个同学，其与为另外一组，那个同学是老鹰，其余的是小鸡，老鹰通过快速奔跑以及灵活走位去捕捉小鸡，小鸡则需要互相配合协作来躲避老鹰的追捕。通过开展这个游戏可以让学生更多地进行跑步训练，同时能够促进促进学生之间相互配合，让学生意识到班级集体的强大，进而有效提高体育课程的教学效果。

（三）体现学生的主体地位，培养核心素养

体育核心素养有运动能力、健康行为和体育品德三大要素，其中运动能力是基础，在教学中，教师应让学生做到能运动、会运动、懂运动，最终实现爱运动。目前的体育教学中，教师一般会限定游戏方法和规则。其实教师适当变通一下，让学生根据教学要求自主设计游戏和规则，会取得意想不到的结果。例如，在踢毽子

教学中，教师讲解示范动作后，更多的是让学生进行自主练习，而踢毽比赛是非常好的选择。教师可让学生分小组进行，由团队商量规则，让其他学生来做裁判。在自主设计规则的情况下，学生兴趣高涨，踢得非常起劲，甚至在课后继续约定好比赛。

（四）组织形式变化多样

老游戏有新玩法。在游戏教学过程中，一味地追求创造出新游戏总归会遭遇瓶颈。通过对老游戏组织形式的改编，也是一种创新运用的极佳手段。它不仅意味着能较好地传承和保留经典传统游戏，还能在此基础上进行改装升级。组织形式的改编可以是简单的某个环节的改编，也可以是整个游戏的改编，是趣味游戏焕发“新味”的良好催化剂。如在老游戏“喊数抱团”的教学中，改变了以往教师单纯的喊一个数字，学生根据数字进行抱团的方式，通过诸如“2加2等于几”“乘法口诀23得…”等提问式的方法给出信息，学生根据信息进行抱团。这种方式不仅很好地集中了学生的注意力，培养孩子的反应能力，更是激发了学生的学习热情和兴趣。

结束语

总之，体育游戏作为一项比较复杂而益智的教育游戏，能够有效突显体育本身的运动特色，同时还可以将其运动与智力活动结合在一起，以丰富的内容形式提升运动的竞技性、趣味性、活泼性，深受学生的喜爱。游戏教学作为一种先进的教学理念，实现了教学与游戏的有机融合，能够很好地提升小学生的运动参与兴趣，活跃课堂氛围，对小学体育教学的推动作用非常显著，教师在教学中要有效设计多角度运用。

参考文献

- [1]孙晖.浅谈趣味游戏在小学体育教学中的创新运用[J].体育师友, 2019, 42(06): 5-6.
- [2]张连新.趣味游戏在小学体育教学中的运用分析[J].散文百家(新语活页), 2019(08): 104.
- [3]吴军梅.趣味游戏在小学体育教学中的有效运用[J].新课程(上), 2017(04): 191.

课外体育作业对提高学生体质健康测试水平的作用

李志霞

(青岛福州路小学 山东 青岛 266034)

[摘要]课外体育作业是相对于课堂体育课而言的，课外体育作业作为体育课的课外延伸和补充，有助于巩固学生课堂体育学习知识，提高学生的身体素质，促进学生养成良好的体育锻炼习惯，对于提高学生的体质健康测试水平具有促进作用。

[关键词]课外体育作业；学生体质健康测试水平；作用分析

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-627X.2020.08.109

学生的体质健康是学生进行其他一切学习活动的基础，国家历来重视学生的体质健康，通过开展体育课和课外体育活动等多种方式来提高学生的体质健康，对学生进行体质健康测试来了解学生的体质情况，分析学生的体质情况，从而采取相应的措施来提高学生的体质健康水平，课外体育作业的开展弥补了体育课学时短，锻炼不到位的情况，对提高学生体质健康测试水平具有明显的促进作用。

一、课外体育作业可以促进形成良好的身体形态

由于社会发展水平的提高，学生的营养状况得到改善，很多学生会出现过度肥胖的情况，还有的部分学生受社会大环境审美的观念影响，过度追求以瘦为美，导致学生体质偏瘦或者营养不良的情况。学生体质健康测试通过测试学生的身高和体重，并对学生的身高和体重进行分析，然后计算学生的BMI，通过分析结果可以发现学生身体过于肥胖或者过于瘦弱的问题，布置课外体育作业可以让学生掌握基本的体育活动要领，促进学生课下多进行锻炼从而养成良好的体育运动习惯，进行体育锻炼可以拉伸人体的肌肉，消化人体内多余的脂肪和热量，从而促进学生肌肉和骨骼的发育，促进学生身体生长和发育，防止过度肥胖，另外体育锻炼可以加快人体消化功能，增加和改善人体的食欲，防止学生出现消化不良或者过于瘦弱的情况，刺激学生身高和体重的正常发育，从而提高学生体质健康测试水平。学生的身高和体重是影响学生体能测试水平的重要因素，学生的身高和体重也会影响学生的形象和身体健康状况，一定程度上也会影响学生的心理健康状况，因此应该重视课外体育作业对身高的作用，促进学生形成良好的体态，增加学生的自信心，提高学生体能测试水平。

二、课外体育作业可以增强学生的身体机能

学生的身体机能一定程度上可以反映学生的身体健康状况，反映学生内部器官功能，因此应该重视学生的身体机能水平。学生体质健康测试有关于肺活量等多项人体机能的测试，人体机能不是通过有限的体育课时就可增加的，需要进行一定的锻炼，而课外体育作业作为体育课的延伸，可以促进人们养成良好的体育锻炼习惯，通过合理的布置课外体育作业可以促进学生增强身体机能的锻炼，改善和提高学生肺活量等一系列关于身体机能的指标，从而三、促进学生体质健康测试水平的提高。

三、课外体育作业促进学生强化身体素质

学生体质健康测试关注学生耐力等身体素质指标，体育课时一般是进行体育动作的讲解和基本注意事项和少量的运动训练，而学生耐力的养成需要一定的时间来锻炼，因此体育课时对于增强学生耐力，提高学生的身体素质具有一定的局限性，而课外体育作业可以将体育课的注意事项和要领作用到课下的作业当中，并且可以培养学生的耐力等身体素质方面的指标，促进学生体质健康测试水平的提高。

四、布置体育作业注意事项

4.1应该结合学生的实际身体情况

由于每个学生的体质和身体健康状况不同，有的肺活量高，有的耐力强，而且男生和女生由于身体发育情况不同，在实际体育课的开展过程中学习的内容也有一定的差别，因此在布置体育作业时应该考虑学生的实际情况，可以对学进行分组，然后根据学生的情况布置体育作业，同学之间相互督促进行完成，老师负责检验完成情况。

4.2理论联系实际

体育课是一理论和实际结合度比较高的课程，在进行体育课的教学时，体育教师需要讲解基本的动作要领和理论性知识，还需要督促学生进行实际的肢体学习和练习，因此在课外体育作业布置时也应该考虑到理论与实际的结合，在完成作业的过程中注重对理论知识的回顾，掌握动作要领，加强训练，从而真正掌握课堂体育知识，提高身体的整体素质，为从事其他方面的学习提供一个良好的身体素质基础。

4.3分析学生体育作业完成情况

由于空间和时间的限制体育教师不能亲自监督学生课下体育作业的完成情况，但是老师可以通过检测的方式来对学生完成体育课下作业的情况进行了解和分析，通过课堂检测来了解学生完成课下作业的情况，从而发现学生体育课学习过程中的不足，及时改变教学策略，促进学生体育水平的提高，促进学生积极投入到课下作业完成活动当中，从而增进学生的健康水平，提高学生的健康测试成绩。

结束语

学生开展课下体育作业是对课堂体育教学的延伸，通过完成课下体育作业可以促进学生身高和体重的良好发育，从而形成良好的身体形态，还有助于学生提高肺活量，增强身体机能，通过开展不同类型的体育课外作业增强学生的整体身体素质，但是需要注意在布置课下体育作业时需要结合学生的实际身体情况，注重理论联系实际，同时教师应该关注课下体育作业的完成情况，通过这些措施，增强学生课外体育作业的质量，从而更好的培养学生身体素质，提高学生的健康测试水平，从而促进学生更好的投入到学习和生活中去。

参考文献

- [1]黄斌.课外体育作业队提高学生体质健康测试水平的作用[J].好家长, 2019, 000(037): P.98-98.
- [2]何远红.论课外体育对促进学生体质健康的分析[J].科技世界, 2014, (000)006: P.1.