

如何提高学生对初中体育健康课的兴趣

何腾瑞

(河北省唐县迷城乡中学 河北 唐县 072350)

[摘要] 体育健康课的教学质量要想得到进一步的提高,对体育课课程进行优化是教师最先要做的,并对教学方案进行精心设计。学生的基本情况包括心理和生理的需求、承受及接受能力等,教师要以这些为基础,将学生的各方面考虑到。

[关键词] 体育;健康;氛围;多样化

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-627X.2021.08.1186

体育课的整个教学过程在传统的体育教学方法中是不重复的:在体育教师的口令下,学生的训练是机械死板的,有很多弊端存在于这种教学方法中,不只是学生不听教师口令就不知道该干什么,他们的学习也是死板机械的。学生在体育课上喜欢教学内容,对课堂学习才能主动的参与。在新课程改革中,有更高的教学目标向体育健康课提了出来,所以,一成不变是体育健康课教学所忌讳的,并且要依据具体情况可以有选择地改变课程的方法内容,并正确地指导学生共同锻炼。以学生的角度为落脚点,把课堂主人真正变成学生,他们的兴趣就会增强,体育课堂的质量也会大大的提高。

一、对健康课教学计划的设计不断优化

体育健康课的教学质量要想得到进一步的提高,对体育课课程进行优化是教师最先要做的,并对教学方案进行精心设计。学生的基本情况包括心理和生理的需求、承受及接受能力等,教师要以这些为基础,将学生的各方面考虑到。在体育课上,教师还应认真地安排相对有限的时间,以更好地整合学生的基本技能和理论知识,把教学质量更好的提高。

二、教学氛围要得到优化

学生学习体育健康课的兴趣要想一直保持下去,重要的是要把生动开放的学习环境为学生设置出来,同时激活各种要素,使教师更有活力的教学,学生更有动力的学习。以前,在体育课上,教师教学时主要是通过灌输方法,可是学生和课堂在这种教学方法下被分开了,学生创新能力的提高和主动学习受到了影响。学生主动学习体育的兴趣要想得到提高,就需要优化体育课堂的教学氛围。有很多方法可以优化体育课的教学氛围,例如,开展野外活动,或者开展体育比赛活动。无论采取什么方法,都需要发挥学生学习的积极性,使学生的学习由被动转为主动,把他们体育学习的热情提高,学生思维的活跃状态就可以持续保持,求知欲望也可以长期持久的产生,因此教师需要对教学进行创新。

三、体育教学要多样化

教学内容以前以竞技项目为主,新课程的实施把这种状况打破了,课程内容的确立参考了社会适应、心理健康、身体健康、运动技能、运动参与等方面,体育课程内容范畴被极大地拓宽。所以,首先要把“大体育”观念树立起来,再选择新课程教学内容,不仅思考各种教育因素同体育与健康的有效衔接,而且要考虑教科书上的内容。新鲜事物是当今的中学生都愿意追求的,从学生的这种心理出发,在健康课教学中,教师可以加入一些现代元素,如搏击操、艺术体操、街舞

等。同时,也要让现代化的教学设备得到充分利用,例如现代信息化教学等,使体育健康课的教学形式不断得到丰富。体育教育也可以从五个方面开展,包括“劳”、“性”、“心”、“动”、“食”。运动技能教育就是“动育”,是体育课的主体内容,运动技能的训练、体育道德的塑造、习惯、爱好、兴趣等都包含在里面;心理健康教育就是“心育”,它是对体育的一种飞跃性认识,把健康、体育整合起来,塑造学生健康知识是心理健康教育,其重要任务包括豁达、开朗、进取、乐观的心态和健康生活方式;饮食科学教育就是“食育”,必须从饮食开始关注学生的身体健康,人体大多数疾病的出现都与“吃”有关,所以,要使学生的食品安全与卫生意识得到加强,塑造科学的饮食习惯,学习正确的营养结构知识;性知识教育就是“性育”,这部分不仅是健康教育的关键部分,而且是卫生教育的关键内容;劳动教育就是“劳育”,它不仅是体育教育的关键组成部分,而且是一门专门的课程,让学生参与自我或社区服务性劳动,以劳益心、健体的目的就会达成,这可以使学生正确的劳动态度和观点得到塑造,也可以使学生体能得到增强。

四、要使教学内容更加丰富

一定要合理、科学的搭配健康课教学内容,与学生生理心理特征相符合,给学生传授健康知识时要用学生感兴趣的话题。在课程内容上,要教授学生运动方法,让他们开展体育活动,把战术、技能、技术在活动中掌握,使个人体质得到增强,也要教给学生体育知识,拓展学生的视野,使学生的身体锻炼从思想上得到推动,把他们的主观积极性引发出来。可是,实际学习中有很多学生没有掌握较多的战术、技能、技术、体育理论知识,并且女生在体育课上很害羞,不能主动积极的练习,总是把练习机会错过,为了解决这一问题,就要进行必要的课后辅导,而且要以学生的心理、生理特点为基础。

只有把体育教学的实效性落实,初中体育教学的质量才能得到提高,塑造学生兴趣是关键。所以,兴趣的塑造要在初中体育课的教学中得到重视,使学生主动参与,学生才能真正得到好处,才能保证学生拥有健康的身心。

参考文献

- [1] 王健. 浅谈如何提高学生对初中体育健康课的兴趣[J]. 速读(上旬), 2016(2): 125-125, 126.
- [2] 田进. 浅析如何提高初中学生对体育与健康课的兴趣[J]. 读与写, 2020, 17(20): 237.