

关于提高初中体育教学质量的思考

胡晓

(深圳市福田区第二实验学校 广东 深圳 518033)

[摘要]我国进入新时代以来,人民对各方面的需求也在不断增加,对于这个社会来说,要想促进更进一步的发展,最离不开的就是要发展教育事业。在教学改革的关注点之中,需要注意如何在体育课中提高初中生的身体素质和教学质量。作为一个学生来说,体育课是从小就接触到的课程,但是在初中阶段,是学生身体发育的高峰期,就更应该注重对身体素质以及身心的训练。于是在体育教学中是需要教师能够创新自己的教学方式,在课程中能变换自己的教学思路,让学生在体育课中能将身心同时锻炼到,让体育课最终达成的效果符合国家新时代的人才需求。

[关键词]初中; 体育; 教学质量; 提高

【DOI】10.12252/j.issn.2096-6261.2021.03.078

引言

教学质量的提高也并不是凭空产生的,它的出现主要是因为我国正处于一个高速发展的阶段,我们目前是面对着一个信息急速传播的时代,也就是说对于各种停滞不前的事物都将被时代所淘汰。所以对于学生来说,不管是学习哪一个科目都要不断更新自己需要学习的内容^[1]。所以对于教师来说,给学生讲授一些理论知识,还不如让学生对体育锻炼这件事产生一定的兴趣,在课外也能有想着体育锻炼的好习惯,以此来提高体育教学质量。比起在课堂之中让他们理解一些抽象的知识,更好的方式应该是让学生有学习的冲动,对学生更长久的发展更有帮助。因此,在初中体育教学阶段,教师应该以让学生感兴趣为出发点,以让学生保持学习的兴趣为落脚点,来完成体育教学质量的提高。

一、我国目前初中体育教学状况以及存在的问题

(一) 对体育教育重视程度不高

一般初中学生正处于10~13岁的阶段,也就是我们所说的青春期,这也正是学生身心发展的高峰期。处于青春期的学生对外面的世界有着或多或少的了解,它们迫切的渴望迈入社会,这同时也表现出来他们对未知世界的无畏。但是此时正是他们身体发育的黄金时期,学校应该做到的是让他们学好文化知识并且做好体育锻炼^[2]。不过从目前的教育情况来看,大多数学校还是更看重学生的文化知识是否掌握到位,将学校最大的重心放在做好应试教育。在初中阶段,面对各科文化知识的学习,迫使学生体育锻炼的时间不断被减少,大量体育课的时间都被其他科任老师占用去讲授文化知识,最终导致初中学生文体教育的不平衡,让学生的身心得不到全方位的发展。

(二) 体育课教学方式较单一

即使在新课改中提出了很多教学要求,但是大部分的学校还是不能高效的执行,比如说在体育课的教学模式上得不到创新。很多初中体育教学老师只是在课堂中完成指定的教学任务就可以了,教学项目一般都是以“竞技类”为主,一般来说就是球类运动或者是田径类,教师以为通过一些比赛就能拉动学生上课的积极性,但是现在的初中生是新一代的学生,他们早已经被这些项目所吸引。就目前的情况来说,初中体育教师只是更加重视眼前短期的教学效果,而忽略了对学生体育教育的长期效益,让他们养成不断运动的好习惯,以至于教学质量得不到提高。

二、新型初中体育教学方式,提高体育教学质量

(一) 建立新型教学思想

在给师生树立新的教学指导思想的时候,应该以教育部门下发的政策作为出发点,然后体育教师围绕这些方针政策来展开教学任务。同时,对于提出来的新的素质教育需求,

学校制定出一套在不耽误初中生文化知识学习的同时还能积极完成体育锻炼,并且提高教学效率的新型教学思想,让体育锻炼能够帮助提升文化知识学习这一重点体现出来,确保初中生在即将面对中考的时候能有一个强健的身体作为后盾,同时还需时刻保持旺盛的精力和强大的心理承担能力,这都是能够通过规律的体育锻炼来改善的。

(二) 培养学生的体育运动精神

体育课对于其他文化类学科来说更具开放性和乐趣,于是更加便于拉近学生和教师之间的距离,让师生之间更加融洽,当学生不再对体育教师产生惧怕之情,也能够体育课中就能呈现一种更急放松的状态了,这对于体育教学质量的提高来说是很大的优势条件^[3]。在体育教学中教师可以通过德育教育,不断地鼓励学生完成课堂任务,与学生多交流、拉近师生的距离,让体育课程的教学质量产生事半功倍的效果。教师首先应该给学生传输一些体育运动的精神思想,提出德育教育这一教学背景,然后就可以培养学生的竞技精神和坚持长期运动的不懈精神,利用已有的教学资源来提升学生的视野境界,让学生真正深入体会到体育运动的精神到底应该是怎样的,以此来达到体育教学的目的。

(三) 融合信息技术教学

在传统的教学模式中,大部分的体育教师授课的基本上都是通过课本来讲授理论知识,然后围绕操场来完成一个体育锻炼的实际操作,但是书本中的体育理论知识和传统的竞技类运动让大多数学生都产生了上课疲倦的心理,缺乏创新的课程让体育课的效果也事倍功半了。在现如今的教育背景之下,体育教师应该学会在课堂中充分利用新时代的多媒体技术,在多媒体上进行备课准备,不管是对于理论知识的讲授还是实践锻炼的演习都能让课程内容生动不少,这也是很能吸引到初中学生的一点,以此来提高体育教学的教学效率。而且在多媒体技术之上,教师可以给同学演示很多在学校中不能完成的体育项目,但是只要观看了相关内容,有一些学生便会产生好奇的心理,就能激发他们在课堂之外自己去尝试这些“有趣”的体育项目了。如果遇到雨天,教师还可以在教室中利用多媒体和学生一起观看一场体育竞赛,在观看的过程中同时给学生们讲解比赛中需要主义的细节以及评分标准,这是一个能让不少学生热爱体育运动的好方式。

(四) 增加体育教学的娱乐性

在初中阶段,相对于其他压力较大的文化课,体育课有更大的放松程度,同时教师还可以设计一些融合了体育锻炼和游戏趣味的项目同学生一起进行,这不但可以消去学生们在文化课课堂中积攒的压力,还能在趣味中锻炼到身心健康^[4]。比如说教室这节课的教学任务是锻炼学生的短跑能力,那么就可以设计一个短跑接力比赛的项目,给最终获得接力

比赛胜利的小组给予一定的奖励。在每个小组中，由于学生都不想成为给小组拉后腿的人，所以都会在短跑接力中尽自己最大的努力去跑。这样不仅能锻炼到学生的身心，还能增强他们团队协作的意识，加强了他们必胜的决心，最重要的是这样的上课方式让他们不会产生疲倦感。

三、创新型初中体育教学方法，提高体育教学质量

(一) 将课堂设计为开放模式，让学生更多自由选择

初中是一个自我意识很强的一个时期，也有着自己很多主管的看法，这也就导致了学生会对自己所喜欢的事物去强烈追求，对自己不喜欢的事物而趋之若鹜。所以说这就需要教师可以在教学过程中设计更多的体育运动来丰富学生的体育课程。比如可以在户外操场上进行球类运动，可以先将整个班级分成若干小组，然后在组与组之间进行比赛，这样不仅进行了体育锻炼，而且还锻炼了学生的随机应变能力和跑步能力，更加强了团队意识的同时，也提高了整体的教学质量，为学生的高质量课堂打下了坚实的基础。还可以进行拔河运动，这是因为学生们几乎都没有进行过拔河这项运动，可以通过一个都不熟悉的项目来增进学生的团队合作能力，而且拔河的每个回合的比赛时间也相对较短，在操场上随便一块地方都可以。教师可以通过拔河来增加了整个体育锻炼的团队合作精神和趣味性，这样也可以让学生们在拔河比赛中找到寻找团队协作的快乐和一起获胜的喜悦之情^[5]。在漫长而又繁重的初中学习过程中，有许多人都坚持不下去，从而要求学生有坚定不移的意志和坚持不懈的精神。第一长跑可以锻炼人坚强的意志，形成优良的品格；第二长跑能够充分释放学生的学习压力，让学生在奔跑的过程中压力得到缓解，更加减少了学生在学习过程中所产生不良情绪，这样都会让学生更加喜欢体育课程，随之就达到提高教学效率的作用了。

(二) 结合实际情况，让学生养成良好的体育运动习惯

首先，需要先要弄清楚什么是良好的体育习惯，加强体育锻炼的目的是什么，体育对自身的发展有什么作用。体育锻炼不仅可以有利于学生的身心健康和全面发展，并且可以让学生们相处起来更融洽、更友善^[6]。在整个体育教育过程中，教师一起积极引导学生、循循善诱学生参与体育锻炼，达到提高体育教学质量的目的上来，这不仅仅是学生单方面就可以完成的，需要学校、教师、家长、学生多方面的配合才能得以实现。所以说，教师在提升学生体育教学质量的过程中，应该秉承着以培养学生拥有良好的体育习惯为根本目的，以此目的为中心来开展对学生的体育教学计划。这样不仅可以让学生到体育课堂上进行交流沟通并分享自己的学习成果，也可以让整个体育课堂不再单调乏味，利于学生和教师进行心灵上的沟通，更好的提升体育课堂的教学质量。

(三) 利用信息技术技术，增强课程的趣味

目前我国的教学事业产生了一种新的教学模式——电教模式，这是一种将教学方法和信息技术相融合的教学模式，让传统疲倦的体育教学变得绘声绘色，同时利用网络资源还可以给学生提供多种学校所没有的教学资源，让体育教学发生根本性的变化，打破了课堂中的教学局限。不仅是文化教学需要引进信息技术，促使学生身心发展的体育课堂可是需要使用信息技术方法的，比起教师靠在队伍最前面教学生做一些体育动作，学生通过观看清晰的体育教学视频能更加形象具体的学习到每个动作的关键点，不管是教学声音还是细节放大，信息多媒体技术都能做得更加出色，让体育教师更能够提高整个课堂的教学质量。对于那些难度较大的动

作，教师可以循环播放视频让学生反复学习，甚至是将每个动作放慢播放或者是放大细节，如果这样需要循环做的事情让教师来做，最后累到了教师与学生还不一定能记得住的每一个动作要领。

(四) 结合德育教育，提高体育教学质量

学校应多开展关于体育教学的相关活动，这样可以从根本唤醒学生们对于体育运动的憧憬之心。也可以集中放映学生们感兴趣的相关体育题材的经典影视作品，不仅能够加深学生对体育事业的理解，也促进了学生真心真意想去实践体育活动的坚定意志，这些都是在枯燥的课堂上中所没有提及的。可以让学生更好的收到中华传统体育文化的熏陶。当然这都需要学校和教师去正确的引领学生，带着学生一步一步的发展，在家可以跟父母一起进行体育运动，在学校可以和同学、教师一同进行有趣的体育运动，让整个体育课堂更能让学生参与进去，以此提高学生的体育教学质量。

(五) 优化体育课成绩评分标准，让教学更加人性化

当课程结束教师需要给学生做评价时，教室不能仅仅只是通过书面化的标准去做评价，而是应该结合学生的实际情况和他完成的运动量来做客观化的评讲，对于不同体育基础以及不同身体状况的学生应该要有不同的评分标准。教室在做课程点评的时候应该多些鼓励的语句，少些批判，对于那些在课堂中表现十分出色的学生要有一定程度的表扬，但同时也不能忽视那些表现很差的同学，或许他们只是需要教师多些激励的话，同时还需要指出早他们身上可能存在的一些问题，希望他们在后期的体育课中能够通过自身不断地改善自身存在的那些不好的方面，让每个学生都能感受到教师对他们的关注，以此来提升整体教学质量。

四、结束语

总的来说，体育老师要提前对如何提高教学质量进行需求分析，明确自己的教学任务，在课程之中要将已有的教学资源充分利用，将资源利用率最大化。在课程之中主要是倡导学生自主锻炼为主要内容，教师应该起到的是一个指导者的作用，让学生在这个过程中体验到做体育锻炼的快乐，并从中锻炼到身心素质。新课改背景之下之所以要求初中体育教师要创新自己的教学方式，主要是为了跟上社会发展的趋势，让学生的教学质量能够得到提升。初中体育老师要不断更新自己的教学方法，敢于在新的时代背景之下适当地采取一定的手段去创造属于自己的教学模式，并且要时刻保持教学期的饱满热情的态度，给学生提供更多更好的体育锻炼机会。

参考文献

- [1] 鹿龙阳. 初中体育教学中篮球运动体能训练的几点思考[J]. 东西南北: 教育, 2020(7): 0097-0097.
- [2] 燕凌, 李京诚, 王亚丽, 等. 体能素质”课课练”在体育教学中应用的几点思考[J]. 体育教学, 2020, 040(004): 70-71.
- [3] 徐宏杰. 关于小学体育教学中队列队形教学的几点思考[J]. 学苑教育, 2020, 000(003): P. 11-11.
- [4] 吴成彬. 提高初中体育教学质量需注意的几个问题[J]. 读天下(综合), 2020(12): 0180-0180.
- [5] 晓虹汤. 疫情背景下的网络教育教学的几点思考——以浙江体育职业技术学院为例[J]. 教学方法创新与实践, 2020, 3(14): 67.
- [6] 纪云凉. 关于如何提高初中体育训练教学效率的方法探究[J]. 中学课程辅导(教学研究), 2019, 013(007): 48.