

初中体育教学提升学生主动参与的策略

伍权东

(广东省湛江市廉江市安铺中学 广东 湛江 524400)

[摘要]随着新课程改革的提出,我国也进入教育新时代,素质教育理念在全国各个阶段的教育教学中广泛推行,广大教师队伍在迎来教育新篇章的同时也面临着新的教育挑战,传统教育中学校及教师基于“应试教育”理念来制定教学计划,侧重于对学生进行理论知识教育,从而降低了对学生体育课程教学的重视,这就使得学生的学习侧重点跟着教师的节奏,渐渐丧失了对体育课程的学习兴趣,初中生正处于身体和心理发展的关键时期,这个阶段培养学生的体育兴趣和体育意识,对帮助学生提升身体素质 and 思想道德素养有很大的作用和影响,因此,在素质教育理念的推动下,初中学校和教师要重视对体育课程的设计,从激发学生的学习兴趣开始,让学生参与到体育活动中,进而培养学生的终身体育意识。

[关键词]初中教育;体育教学;学生;主动参与

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-6288.2020.09.359

初中阶段的学生正处于身体成长和心理发育的重要时期,体育课程的有效参与不仅可以帮助学生锻炼身体素质,还可以培养学生坚韧的意识。不同于小学时期的是初中阶段的学生增加了很多课程,课程难度也相应提升,而学生的学习压力自然随之提升,适当的体育锻炼也可以帮助学生缓解、释放学习压力,帮助学生以更好的心态和状态去学习。素质教育重视学生德、智、体、美、劳的综合素质培养,这也体现了体育课程的重要性,因此,初中教师要革新自身的教育理念、丰富教学方法,不断的进行学习和总结,让学生可以主动参与到体育课程的学习中,进而让体育课程充分发挥自身的教育价值,促进学生的身心健康发展。

一、实现体育教学模式多元化

传统初中体育教学模式单一,教师的教学主要是为了让学生在学期考核和达标测试中能及格通过,并不注重学生在体育训练中体能的提升和体育素质的培养,而且初中生中男女学生的体质和潜力不尽相同,教师单一的教学模式不能满足每个学生的学习需要,体育课程设置过难,体质较弱的学生或者部分女生跟不上训练强度会对体育学习和体育训练丧失信心。但是体育课程设置过难,一些体质好、潜力大的学生又会觉得没有挑战性。所以在初中体育教学中教师如果想提升学生的主动参与性,首先就要站在学生的角度考虑课程设置问题,结合学生的体能特征和潜在能力来丰富体育教学方法,合理运用游戏教学、分层教学等方法来满足每个学生的学习需要,并将学生在校期间的任何可以锻炼身体、开展体育锻炼的机会都利用起来,以提升学生对体育知识的学习兴趣和参与体育训练的积极性。比如:教师可以搜集网络教育资源,将广场舞和课间操结合起来,在体育课上教学生跳一些律动感较强的有激情的广场舞,或者街舞等,然后在课间操的时候全校师生一起跳,这样就可以激发学生的体育运动兴趣,调动学生的活跃细胞^[1]。

二、实现体育教学内容多元化

在传统的初中体育教学中,体育教学内容和体育项目千篇一律,基本上就是立定跳远、短跑、长跑、引体向上、仰卧起坐、篮球、跳绳这些内容,初中三年时间一直重复这些体育项目的学习,学生会产生疲劳期,从而渐渐失去兴趣。新教育时代初中教师要重视学生的素质培养和个性发展,在信息化时代,教师要合理利用网络教育资源,让学生的学习内容能跟进时代的脚步和潮流,这不仅可以激发学生对体育知识的学习兴趣,也会调动学生参与体育课程和体育项目的主动性和积极性^[2]。比如:教师可以自己先通过和其他学校体育教师的交流,在通过网络进行体育教育资源搜集整理,最后制作出一个调查问卷对学生进行大范围的调查,然后根据学生的选择结合学校的资金、场地等实际情况来丰富体育教学内容,像是街舞、各种球类运动、跆拳道、轮滑等等。实现初中体育教学内容多元化就是满足学生的体育兴趣爱好需要,不仅可以促进学生的个性化发展,还可以让学生主动参与

到体育学习和训练中,进一步实现体育教学质量的提升。

三、实现体育教学评价完善化

素质教育不同于应试教育,素质教育对学生的评价和考核是全方面的,应试教育的单一评价机制过于片面,是不科学的,单纯看学生的测试分数,是不能完整的反映一个学生的体育素养的,并且传统的体育评价机制也养成了学生“应付”考试的不良学习风气,所以在素质教育为主的新教育时代,教师必须完善初中体育教学评价机制,从学生的日常课程表现、阶段课程表现、身体素质情况、体育潜力开发情况、体育意识、体育素养以及综合素质提升等方面进行全面科学的体育教学评估,这样的评价机制既是对教师教学质量的评价也是对参与体育课程的规范,以机制为动力,促使学生更主动的参与体育教学活动。

四、组织丰富的体育教学实践活动

学生的体育意识和体育学习兴趣在于不断的渗透和培养,初中学生要学习的课程较多,学习压力较大,体育课程本身就是学生减压的一种有效途径,但是因为初中课程中体育课程在整体课程中所占的比例较少,所以体育教师应该适当的拓展体育教学途径,组织一些有趣的、有意义的体育教学实践活动,让学生在参与实践的过程中实现体能的锻炼、兴趣的培养和素质的升华^[3]。比如:教师可以组织学生登山、举办大型的运动会、组织全校篮球比赛、组织啦啦队训练等等。

总结语

总而言之,国家提倡全民运动,旨在提升全民体育素质,培养全民终身体育意识,这些都应从学生抓起,所以在素质教育时代,初中学校和教师应革新教育理念,提升对体育教育的重视度,体育教师还要运用各种有效途径来提升自身的职业技能,丰富体育教学方法,以满足不同层次学生的学习需要。然后根据学生的兴趣爱好和学校的实际情况适当的丰富学生的体育运动教学项目,再搭配以不同种类的实践教学,来有效的培养学生的体育学习兴趣,促进学生的个性发展。另外,教师要完善的以教学评价制度来推动学生参与体育课程的主观能动性,最终实现初中生整体体能提升和潜力开发,促进初中体育教学质量的进步和发展。

参考文献

- [1]张云英.初探初中体育教学提升学生主动参与的策略[J].科学咨询,2018,(11):24-24.
- [2]晏林.初中体育教学提升学生主动参与的策略研究[J].中外交流,2018,(13):140-141.
- [3]邱向阳.初中体育教学中提升学生主动参与策略[J].求知导刊,2020,(5):93-94.

特殊教育中体育教学的“快乐体育”

林泽艺

(广东省湛江市特殊教育学校 广东 湛江 524000)

[摘要]体育教育是特殊教育的重要组成部分,本文基于体育快乐教育理念,剖析了传统体育教学在当今特教体育课程内容选择和教学方法实践等方面存在诸多的误区和弊端,阐述了体育教育须以残疾学生认知和身体特征为重要依归,进而提出在特教体育教学中开展快乐体育的三大应对策略,希冀为广大特教体育教师提供探索路径和实践经验参考。

[关键词]特殊教育;体育教育;快乐教育

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-6288.2020.09.360

一直以来,大多数的教师都是沿用体育教学模式,在体育课堂上教师占据了主导地位,教师教什么,学生学什么。这显然不符合特殊教育的需求,教育部已经明确指出要培养学生的综合素养,树立健康意识。因此在中小学教育中开展“快乐体育”教学,对于特殊学生的教育具有非常重要的意义。本文试图对于快乐教育的意义进行总结,强调这种以生为本的教学方式的重要性,提升特殊教育中体育的教学效果,帮助更多的残疾学生能够形成一个健康的体育学习环境。

一、在特殊教育体育教学中实施“快乐体育”模式的意义

自20世纪八十年代以来,我国的特殊教育已经开始不断发展,并且逐渐受到了社会各界的重视。特殊教育的群体主要是一些残疾的学生,不能通过正常的方式来从事某一正常的活动,因此也就导致特殊教育中的体育教育更加难以开展,残疾学生作为特殊的群体,因此在教学中更加需要得到社会的关注。为此本文基于提出快乐体育教学法,具体作用主要体现在两个方面:一方面,落实快乐体育学习有利于提高残疾学生的体育锻炼兴趣,帮助学生康复身体,提升学生的积极性,促使学生能够更加高效的学习,这也是传统的体育教学难以实现的目的。另一方面,开展快乐体育教育有利于营造和谐的教学环境,大多数残疾学生由于内心自卑,不愿意参加体育运动,在这样的环境下,在一个快乐的氛围内,有利于学生放下心理的包袱。

二、特殊教育中体育教学现状分析

(一)课程内容存在的问题

在20世纪八十年代全国教育工作开始逐步恢复,但大部分的特殊学校体育教学处于一种无序的状态。教学没有计划,没有教材和目标,一直到九十年代,特殊教育中的体育教育开始沿用体育教学的内容,但是缺乏针对性的教学内容,大多数的体育教学内容主要集中在球类、田径、操类等项目。但是这类教育内容不符合残疾学生的体育训练需求。在本世纪,教育部对于特殊教育的课程提出了相应的设计原则,让学生每天坚持一个小时的体育训练时间,提高学生的运动能力,提升学生的身体健康。但是在实际的教育过程中,符合残疾学生的教材、教学管理机制等都未能落实。

(二)教学方法存在的问题

在特殊体育教学中,教师开展教学活动需要结合学生的实情采用多种教学方法,并且还更需要引导学生参与教学活动当中。但是从当前的特殊教育内容来看,教育的目标与正常学生是一致的,因此特殊教育中的体育教学和一般体育教学方法形同,导致学生在体育课中只能机械的训练体育项目,但是却忽略学生体育训练过程中的心灵变化过程。

(三)残疾学生的体育认知

本文中的体育认知指的是人们在体育训练过程对于体育的认识过程。体育认知也就影响了体育未来的复杂很，随着“以生为本”的教育理念不断落实，许多教师在体育开始关注学生的主体性。但是大多数教师对于特殊教育的体育认知还是有些偏颇，大多数的残疾学生对于体育训练缺乏正确的认知，没有意识到体育训练对于其身体机能的修复，心理健康等方面的作用，因此大多数残疾学生都不愿意参加体育活动。据相关调查表明，有些参加学生不愿意参加训练，是因为自己的身体缺乏，导致了在生活中形成了孤僻、不自信的性格。参加训练的学生也只是为了提升学习分数。

三、快乐体育在特殊教育体育教学中的应用

(一) 激发学习兴趣

在特殊教育中的体育教学中，教师应进行积极的探索有效的教学方式，吸引学生的注意力，提升学生体育训练的热情，帮助残疾学生全面认知体育锻炼对于生命发展的意义，从而帮助学生形成体育锻炼意识。因此在教学过程中，首先教师需要采取灵活的教学方式，减少活动规则的限制，引导学生选择适合自己的训练方式。然后则是在训练项目中渗透“玩”的元素，开发具有游戏性质的体育训练项目，提升学生参与活动的积极性。以百米短跑为例，教师可以设计“惊心动魄一百米”情境。设百米处是一个人质被劫持的地点，男生需要在12秒内达到才能解救人质成功，女生需要在12秒内达到才能算解决人质成功。

(二) 教会学生创造性的学习

快乐体育中还有非常重要的一点就是，学生在学习的过程中需要形成创造性意识，引导学生根据体育训练项目进行创新，打破传统体育训练项目的结构，让学生在训练感受到体育锻炼的乐趣。

比如说：屈肘摆动双脚向前跳、原地蹲跳起、单脚起跳，双脚落入“沙坑”。

教师还可以引导学生自创跳跃的方式，从而进一步强化学生自主学习的动机。比如单、双脚跳教学时，教师可以组织学生分组一起练习。比如在投掷练习中，教学中可以让学生选择自己喜欢的方式进行投掷，比如：“炸坦克”“打降落伞”“排地雷”“打雪仗”等，通过这些活动，逐步提高了学生的自主意识。

(三) 拓展快乐体育运动项目

当前特殊教育中大多数的教学内容都是沿用普通中小学体育训练内容，但是这类教学内容未能结合残疾学生的身心特点，因此在教学过程中可以结合一些民间的体育活动资源，丰富特殊教育的体育运动项目。以秧歌舞的开发为例，可以将相应的动作进行改编，降低训练的难点，增强训练的趣味性，以及突出训练项目的协作性。需要准备好扇子、绸带等工具，从而让学生直观的感受民间体育活动的内在魅力，再比如比如开展趣味性的活动，如有解手链、卧式传递、人椅、进化论等，促进班级氛围提升，提升学生社交技能和学会表达能力。

结语

综上所述，特殊教育中的体育教学，需要结合学生的生理特点来开发相应的教学内容。本文基于快乐教育的理念下，从体育训练的情境创设、学习方法以及训练项目拓展等方面提出了具体的教学建议，希望能够给一线的教师提供借鉴。

参考文献

- [1] 汤坚明. 浅谈特殊教育中体育教学的“快乐体育”[J]. 软件: 电子版, 2019, 000(005): 83.
- [2] 潘丽红. 课题引领创新, 彰显快乐教育特色[J]. 教育家, 2019(45).
- [3] 陈国琴. 特殊教育数学教学中的“愉快教育”分析[J]. 课程教育研究, 2019(16): 123.

初中体育与健康对防范校园欺凌的特殊作用

曾志辉

(广东省惠州市第三中学 广东 惠州 516000)

[摘要]校园欺凌事件发生对学生的身心健康造成严重的不良影响，如今通过初中体育与健康教学，进行校园欺凌事件防控，成为如今学校对欺凌风险的主要防范措施。初中阶段的学生身心正处于快速发展又敏感脆弱的时期，作为学校与教师，一定要注重对校园欺凌事件的防控，确保初中生可以平稳度过人生中成长的黄金时期。初中体育与健康课程的开展，不仅有助于提升初中生的身体素质，还有助于学生心理健康发展，因此，初中体育与健康课程成为如今学校防范校园欺凌的重要手段。

[关键词]初中体育；校园欺凌；特殊作用

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-6288.2020.09.361

引言

近年来，校园欺凌事件层出不穷，受到公众广泛关注，掀起了一波又一波舆论浪潮。经调查显示，校园欺凌事件具有普遍性、隐蔽性等特点，并且成因多种多样，十分复杂，对当代青少年的身心都造成了严重的不良影响。寻找校园欺凌原因、治理校园欺凌事件、防范校园欺凌事件发生，成为如今学校教育的重要组成部分。通过初中体育与健康课程的开展，不仅可以强健学生体魄，增强学生体质，还可促进初中生心理健康发育，因此，提高初中体育与健康教学质量势在必行。下文分析了体育与健康课程的开展对防范校园欺凌事件发生起到的重要作用，并分析了体育与健康教学中防范校园欺凌的具体实践方式，希望可以帮助广大青少年养成健康积极向上的人格，尽可能减少校园欺凌事件发生。

1. 体育与健康教学对防范校园欺凌的重要作用

“欲文明其精神，先野蛮其体魄”，这句口号是由毛主席提出的，可见拥有强健体魄也是塑造健全人格的重要前提。通过体育与健康教学，学生通过参加体育运动，可有效提升身体素质，还可在体育锻炼的过程中磨炼学生的意志与各项能力，因此，加强初中生体育与健康教育至关重要。通过增强学生体质，培养学生健全人格，对防范校园欺凌事件发生具有积极的正面影响。

1、培养学生高尚品格

体育教学中，需要学生进行大量的实践，因此体育教学有助于培养学生强健的体魄，并且通过体育锻炼，学生挥洒汗水，有助于锻炼学生吃苦耐劳、勇于拼搏的精神。学生内心的不良情绪得到舒缓，有助于学生保持理智，对暴力行为具有准确的判断力，在训练过程中，学生需要控制与约束自身行为，有助于学生自我控制力的养成，从而帮助学生养成高尚的品格以及良好的生活习惯。很多体育运动需要两人或者多人进行合作才能顺利完成，通过与他人合作有助于学生沟通合作能力的养成，在合作中打破偏见，拉近学生之间的关系，有助于增进学生之间的感情，从而减少校园欺凌事件的发生。

2、增强学生自我保护能力

进行体育锻炼，最直接地影响就是提升学生的体质，拥有强健的体魄，可以在很大程度上防止学生受到校园欺凌。经过调查可以发现，校园欺凌事件中，被欺凌者通常体形小、体质差，因此被欺凌者如果拥有强健的体魄以及健全的人格，可以很大程度上降低被欺凌的概率。通过体育锻炼，可以有效帮助学生改善体质，增强学生的体魄，并且帮助学生养成健全人格，让被欺凌者在面对校园欺凌时可以有正确的心态面对，以积极的做法应对，对校园欺凌进行反抗，可有效防止欺凌者将欺凌养成习惯。

2. 通过体育与健康教学中防范校园欺凌的途径

1. 言语激励提升拼搏意志

对于在校园欺凌事件中遭受欺凌的学生来说，不仅需要教师和家长对于学生进行心理疏导，帮助学生走出负面消极的情绪，还需要通过体育与健康教学帮助受到欺凌的学生强健体魄，提升学生的自信与意志力。笔者在教学过程中曾经遇到过这样一位学生，这位女生的左腿先天性残疾，走路微跛，因此这位学生十分内向，总

是独来独往，每次到体育课时就请假，担心其他受到其他学生嘲笑，因此拒绝一切体育运动。笔者先与该学生进行了沟通，告知她体育运动的重要性，帮助她打开心结，再组织其他学生为她加油打气，让女体育委员陪这名女生跑了人生中的第一个100m、200m，每当这名女生取得了进步，笔者就会积极提出表扬。从此这名女生变得越来越自信，积极参与体育锻炼，每次上课笔者都看到她的进步，终于在她不懈的努力下，完成了女生800m长跑。这名女生通过挑战自己，提升自身能力，战胜了自己，也赢得了他人的敬佩，性格变得开朗活泼，拥有了更加光明的未来。

2. 游戏教学形成合作意识

初中阶段的学生生活活泼好动，体育课时容易注意力不集中，没有办法与学生、教师进行良好的互动，体育教师可以多组织集体性体育活动，学生互帮互助，为共同的目标去奋斗，可以增进学生之间的情谊，提升学生和睦相处团结共赢的意识。例如体育教师可以组织“两人三足”游戏，趣味十足的游戏可以吸引学生注意力，利用游戏互动，可以给欺凌者与受害者相处磨合的机会，学生之间相互合作，为共同目标努力，可以有效消除学生之间的矛盾和误会。让欺凌者学生去帮助他人、关注他人以及尊重他人的良好品质。被欺凌者通过游戏也可以提升自信，与他人交往能力得到锻炼。在体育与健康教学中，游戏教学可有效帮助学生形成合作意识，学生之间相互包容、帮助，可有效降低校园欺凌事件发生概率。

3. 体育竞赛培养规则意识

体育这门学科实践性较强，并且包含大量的集体性项目，需要两人或者多人合作完成，并且体育运动中包含各种规则与制度，只有遵守规则与制度才能确保体育活动的顺利开展，如有违反，就会受到相应惩罚。学生通过参加体育运动，在潜移默化中规则意识就会得到提升，久而久之就会形成良好的道德行为规范。例如在足球比赛中不可以用手触碰足球、参加跳远比赛不可以踩线等，作为观看比赛的观众也要注意文明，不喝倒彩，不嘲笑不讽刺，尊重对手。通过参加和观看体育比赛，可以帮助学生养成“友谊第一，比赛第二”的意识，通过遵守比赛规则，可有效提升学生的规则意识，促进学生养成良好的道德行为习惯，进而帮助学生了解什么是什么是错，错误的事情做了就需要接受惩罚，如不可欺凌弱小等。

结语

总而言之，杜绝校园欺凌事件的发生，不是一件一蹴而就的事情，需要学校、教师、家长等多方共同努力。加强初中生体育与健康教学，提升学生身体素质，促进学生养成健全人格，提升学生团队意识、规则意识，帮助学生养成良好道德行为规范，构建良好和谐师生、同伴清晰，只有这样，才能有效减少甚至杜绝校园欺凌事件的发生。

参考文献

- [1] 任雅琴. 身体哲学视域下体育防控校园欺凌的研究[J]. 吉林体育学院学报, 2020, 36(05): 15-21.
- [2] 张国斌. 体育教学在校园欺凌治理与防范中的功能与新作为[J]. 文体用品与科技, 2020(02): 105-106.