

试论提高初中体育教学效率的方法

何涛

(广西百色平果市第七初级中学, 广西 百色 531499)

[摘要]随着教育改革的持续深入,很多城市都逐渐将体育成绩纳入到了中考的总成绩中。但因为体育成绩占比较少,不会对总成绩造成较大影响,虽然学校也对体育教学给予了重视,但相比较其他学科的教学,仍存在很大的差距。同时,初中正是学生身心发展的关键时期,强调初中体育教学,强化学生的体育训练,对学生的成长有着一定的促进作用,并掌握学生养成良好的锻炼习惯。对此,本文则对如何提高初中体育教学进行了探究,并分析了相关的教学方法,以供参考。

[关键词]初中体育;教学效率;提高方法

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-6288.2021.07.827

其实大多数学生都很喜欢上体育课,但并不喜欢体育课上教师组织的相关训练,而是更喜欢自由活动的体育课。但自由活动的体育课并不会为学生的成长带来促进作用,相反会导致学生产生懒惰的思维。对于大多数中国学生而言,体育课十分枯燥,再加上很多教师授课的方式过于教条和呆板,更是让学生无法对体育课的学习产生兴趣,甚至无视体育课的存在。那么该如何改变当下体育课学习的情况,且激发学生的学习兴趣?这一问题是每个体育教师都值得深思的问题。

一、初中体育课堂教学现状

(一)课程设置不够合理

通常来说,一般情况下的体育课程应该是呈现多元化的,并且不仅只是培养学生的专业技能和体育素养,还要提升学生的综合能力。但实际上,很多学校在设置体育课时,因为受到教资力量和相关设备的影响,导致很多体育课程安排不够合理,不仅影响教学质量,还导致学生无法通过体育课堂得到系统锻炼^[1]。同时,不科学的课程安排,还会促使学生的知识体系逐渐混乱,慢慢对体育课程的学习失去兴趣,认为体育学习主要就是为了完成教师布置的相关任务而已,在这样的情况下,学生不仅体育素养得不到培养,体育活动的完成情况也较差。

(二)学生参与性较低

通过观察了解到,很多初中学生在体育课上的参与度较低,主要是因为教师在进行教学活动时,一般都围绕着教学任务组织学生进行相关体育活动,比如跑步、做操等,长时间做同样的事情会影响学生对体育学习的积极性,更会让学生对体育学习形成排斥。另外,有些体育教师为了激发学生的学习兴趣,可能会选择竞赛的方式,但该教学模式依旧存在一定的弊端,就是初中生本身就处于情感敏感阶段,当竞赛失败后,学生就会产生较为严重的挫败感。但体育教学的主要目的是要让学生放松心情加入教学活动,从而达到强健体魄的目的^[2]。

二、提高初中体育课堂教学的主要途径

(一)加强直观教学,调动学生学习兴趣

在初中体育课堂教学中,教师要尝试着加强对比手段。如在教授学生全新的动作时,教师要使用诱导、启发、学生分辨差异性,让学生对所学动作产生正确概念^[3]。如,在引导学生学习篮球单手肩上投篮这一课时,教师可以让学生先使用小胶球做这一动作,同时将其与篮球展开相关对比。结合相关实验研究证明了解到以下内容:其一,空心持玩法投球可以促使学生灵活运用手指,更好地对球的位置、方向以及投篮力度给予控制。然而实心球吃球法投球,对学生的指力造成了抑制,很难对投篮方向和位置进行控制。因此,空心持球法更佳。其二,两膝微屈,右腿向前,左腿向后,且保持两脚之间的重心,下肢在投篮的瞬间蹬伸,保证力量从下向上的方向传递,以此保证投篮动作更具有力量性,将球投的更远。若在投篮时,腿部呈现直立的状态,那么在投篮的一瞬间,就无法借助地面的反弹力度,也就会导致被投出的篮球距离不够远,整体动作看上去也十分不协调。如此,学生反复操作和实践,从而获得感官上的体验,最终对相关动作产生深刻的印象。

除此之外,教师在引导学生学习相关技术时,不仅要合理

引导学生对所学内容的兴趣,还要科学安排教材,通过循序渐进的方式,让学生慢慢掌握体育动作。

(二)结合学生特征,增强学生学习信心

为了能够提升学生对体育学习的兴趣,活跃课堂氛围,教师可以展开游戏竞赛的方式,让每个学生都产生强烈的学习动机。但凡有一定体育教学经验的教师,都能够理解什么叫引起学生学习动机,动机能够很好地推动学生学习,也是激发学生主动接受学习活动的主要因素^[4]。每个孩子都可以成功,而成功的教育可以帮助学生学有所成以及学有所得,让每个学生都实实在在地学习到相关知识,才能帮助学生发展自身的学习兴趣,获取成功学习的喜悦。也就是说,在体育教学中,教师要引导学生获得成功学习的感受,不仅可以提升学生学习兴趣,还能强化学生的体育信心。

教师在组织学生学垫排球时,就要结合学生的实际情况对其进行鼓励。比如,体育素养和能力较弱的学生,教师则需要肯定其颠球动作,并告诉他不管能颠几个球,但只要动作保持标准性,就非常厉害。对于有一定的体育基础能力的学生来说,教师不仅要抓其颠球动作,还要让其保证颠球数量,以此让其意识到教师对他有着更高的要求,从而提升自己的学习主动性。

(三)进行社团模式,开设体育培养班级

因为体育涉及到的方面较广,但由于学校设置的体育课时并不充足,从而导致整个教学过程都是虽广但不精,所以当体育教师在强化学生知识的同时,还可以结合学生的兴趣,为其开设体育培养方向特长班,利用社团的方式展开相关教学^[5]。在进行相关体育基础知识教学时,教师可以引导学生逐渐发现自身比较感兴趣的体育内容,从而针对这些内容开创体育社团,以班级的方式为单位,让学生能够在体育课上学习自己感兴趣的内容。

比如,篮球班级、足球班级以及羽毛球班级等,充分调动学生学习兴趣的基础上,对学生展引导性教学,从而落实体育教学,并让学生在学习过程中学习到真正的体育本领,另外,还要将素质教育与日常体育教学结合,实现学生的全方位发展。

结束语

总而言之,体育教学对学生今后的发展有着至关重要的影响,但由于受到一些外部因素的限制,从而约束了初中体育课堂教学质量,为了能为学生带来精彩的初中体育课堂,教师要积极思考如何才能有效提升体育课程,并结合实际为学生带来高质量的课堂教学。

参考文献

- [1]王丹.浅谈如何提高初中体育课堂教学效率[J].南北桥,2021(2):70.
- [2]李方玉.新课改下初中体育教学效率的提升策略[J].学周刊,2020,9(9):151-152.
- [3]陈发文.探讨如何提升初中体育教学效率[J].考试周刊,2020(83):107-108.
- [4]李根平.新课标下初中体育教学效率的提升策略[J].新课程,2020(32):181.