

试析怎样提升初中体育教学质量

李银学

宁夏中宁县第三中学 宁夏 中卫 755100

[摘要]在当代发展背景下,人们越发注重身体素质,体育活动也成为人们广泛关注的重要锻炼方式。在开展初中体育教学的过程中,要正确看待初中体育课程的重要性,进行相关问题的解决,促进学生全方位的身心发展。

[关键词]初中体育;教学质量;教学发展

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-6288.2021.09.1415

在当下,要实现对初中生的有效培养,便要重视对学生体质训练,采用有效的方式促进学生的身体素质进步,是培养学生拥有良好体魄的重要方式。在当代的体育教学中,若教师只注重对学生认知能力的培养而忽略培养学生良好的体育运动习惯,便难以体现有效的教学作用,更重要的是,促进体育教育改革采用有效的方式,真正提升初中体育教学质量。

一、提升体育教育质量的重要性

在历史发展的过程中,社会也在不断变化,体育在人类发展进步的过程中,时刻体现着重要使命,也展现了对人类的成长发展的重要作用,教师要正确对待体育教学发展需求的变化。尤其在当代的高压力和快节奏的社会生活模式下,学生也会受到社会影响,导致内心压力变大,这也需要对学生进行体育活动的培养,让学生有能够发泄压力的机会和方式。

新课程改革提出,要促进学生全面发展,也就是要根据学生的身心问题,采取有效的解决方式,培养学生良好的身体状态,也促进学生健康习惯的养成。在这个过程中,有许多方面的教育培养是有意义的,可以根据学生的发展需求,采用动态变化和开放自由的培养形式,也根据不同地区学生健康发标准和发展需求来进行实践安排。从客观角度,新课程改革要实现体育教学的有效改进,要在传统教学基础上,实现体育教师教育思想的转变,真正实现对学生终身体育习惯的培养,让学生感受到参与规律锻炼中的重要性和有益之处,并且自发融入体育锻炼中,将良好习惯保持下来。要贯彻体育教学的高效精神,便要找到与学生发展一致的方向,采用合理的方式融入体育实践教学中,促使学生感知到体育精神与体育思想在体育活动中的引领作用。

体育教育的作用是显而易见的,是教师应当开展的重要工作,也是推动基础教育改革的重要方式,在国民体育教育中展现了重要作用。在进行体育活动安排时,要深刻考虑到体育活动对人体健康的促进作用,人在灵活运动的过程中,各个器官都参与其中,并且能够释放压力,也得到更有效的锻炼,促使身心得到放松。在进行初中体育教学项目安排时,可以选择一些有挑战性的项目,比如长跑来考验学生的耐力,提升学生的心肺功能,既提升学生的身体素质,也加强学生的意志力。在体育活动中,学生的身心素质都会得到有效发展,既能增强体质,也能磨练意志,更能考验这个班级的团结协作能力。足以

见得体育教学较为复杂,体育教学质量也受到许多因素干扰,要促进国民体育教育体系的有效构建,也要发挥初中体育教学的奠基性作用。

二、提高初中体育教学质量的有效策略

1. 强化思想方面的有效教育

对初中生来说,良好的身体素质意味着他们未来阶段能有非常充足的准备进行更充分的发展奋斗,也有更长远的发展道路。在我国的传统观念里,认为学生的成绩比体育发展能力更重要,尤其是在初中阶段,家长们认为只要孩子能努力学习,考上好的高中就没必要关注体育成绩是否达标。也有许多初中学校过于关注学生的日常考试成绩和发展表现,却忽略了体育锻炼导致许多学生虽然对体育活动有所兴趣,却缺乏充分学习的机会。又或者体育学习过程过于枯燥,导致学生的兴趣被磨灭,很难提起激情投入到体育活动中,在体育活动中,只采取敷衍的态度对待各项活动。这导致体育教学活动难以在初中生中广受欢迎也很难促进初中生的整体发展,因此,在开展后续教学工作的过程中,要转变家长和学生的思想,要将体育发展中的体育精神贯彻到各方面的体育教学中,也要采取多样化的教学方式,引导学生进行更深刻的认识。要从根本上改变,就是要从思想方面开展教育,引导家长和学生认识到,学生保持良好体育锻炼习惯的重要性。让学生产生正确认识,也让学生对此提起兴趣,从而,自发融入体育活动中。比如,可利用班会时间举办主题班会讲座,讲解体育方面的发展常识,这些内容与学生的日常生活息息相关,能够激发学生的探索欲望,也能帮助学生有更多认识。

2. 体育游戏化增强体育教学兴趣感

初中生对游戏天生拥有更多兴趣,而这也是进行多样化教学的重要手段之一。很多教师对于体育的认识不够清晰,教学理念也比较落后,认为体育项目想要做到标准就需要大量练习,而重复练习的过程本身就是枯燥无味的,教师在这方面没有发挥的空间,实际上这种观点具有片面性。秉承这样观点的教师往往是从自身的角度出发去思考问题,而忽视了学生的感受,没有做到以学生为教学的中心。青少年在儿童时期认识世界的方法就是通过游戏,那么教师就可以利用学生对游戏的天然偏爱,将教学内容通过游戏的方式来展现。否则,枯燥无味的体育课不仅会让失去对体育的了解的兴趣,甚至还对让

他们产生严重的抗拒心理。教学二字包含的是“教”与“学”两种行为，教师在教的过程中，如果发现学生对知识吸收或实践练习表现出了厌倦的状态，影响了“学”的进程，那么教师就可以立刻插入一个小游戏来活跃课堂气氛，使学生的注意力再次集中到课堂上，同时，通过游戏进行体育的知识学习和动作练习，学生学习的兴趣也会更大，甚至能在日常生活中自主进行练习，让体育成为日常生活中的习惯。比如教师在进行田径教学时，学生经过反复的跑步练习，逐渐觉得枯燥，此时教师可以将学生分成实力均等的几个小组，然后在小组之间展开接力跑比赛，获胜的小组可以获得课堂的加分。学生之间有了竞争关系，就会被自然激起胜负欲，从而更主动地进行体育活动的练习，同时身体和精神上的疲惫也会一扫而空。在课堂上穿插游戏，可以有效提高学生的课堂参与性，提升教师的教学质量。

3. 实现分层次教学和考核评价

要尊重学生的个体差异，每个学生的成长过程和身体素质不同，在体育锻炼方面，自然展现的情况也各不相同。教师要避免采用统一标准进行日常教学，要根据学生的身体情况不同和兴趣爱好不同，采取合适的教学模式，真正满足学生的各自学习需求，提升体育教学质量。在进行分层教学的情况下，要尊重学生意愿，避免学生被迫融入体育活动的学习过程中。在准备上课之前，教师可公开不同组别要进行的体育运动，让学生自由选择，若学生发现自己并不适宜这一体育运动，也可以选择其他组。在分层教学的过程中真正体现因材施教的作用，让学生感受到自我价值，促进学生身心发展。另外，在教学实践过程中也要分层次进行评价考核，避免完全采用统一的标准进行学生发展情况的整体评价。除了要采用教师评价的方式，也要让学生进行互评和自评，从而体现评价考核的综合性。让学生自觉融入评价工作中，认真对待评价考核，也认真对待日常学习。这样便能体现学习与评价的公平性和公正性，也能展现合理的教学模式和对学生的尊重之意，能够构建更加良好的体育课堂氛围，促进体育课程的和谐进展。

4. 教师运用组织教学法丰富教学

其他科目的教师可以采用多媒体等方式丰富自己的课堂教学，但对于体育教师来说这种方式很难在课堂上实现。体育是一门更倾向于实践的学科，需要学生大量地进行自主练习，在课堂正插入游戏的方式能在一定程度上使课堂形式多样化，但长此以往学生也会觉得疲惫。体育教师不妨借鉴其他教师的做法，将自己从教师的身份中抽离，和学生们一起进行体育运动的练习，让学生展开小组之间的合作，共同研究探讨如何能让自己的体能水平更有效地得到提升。充分尊重学生在实践过程中的主导性地位，教师负责在学生分组练习时把握每个小组的实践进程和学生的状态，同时帮助动作不标准的学生进行指导纠正。学生在这一过程中能提升自己的主动学习能力和合作

学习能力，从而摆脱以往只能依靠教师进行教授课的被动方式。此外，教师还要进行对体育活动前的准备活动和课后的恢复活动的指导，让学生能够在上课时快速进入到体育练习的状态，在课后也能使自己的身体从紧绷的锻炼中放松下来，避免因过度运动造成身体上的损伤。

5. 激发学生的学习动力和学习热情

体育课程是一门较为特殊的课程，主要在户外进行体育锻炼，让学生有更多亲身参与的机会，也能展现游戏过程的趣味性。但传统教学模式下，体育教师过于注重体育运动技能的训练，而忽视了对学生兴趣的培养，导致许多学生认为体育训练过于枯燥，不愿深入其中。在素质教育改革的全新背景下，要实现教育改革就要尊重学生的个体意愿，采用有效方式培养学生对体育训练的兴趣。要强化学生对体育运动的认同，提升体育教学的整体质量。学生若能对体育课程燃起学习兴趣和热情，也会更愿意听教师的指导，还能在课堂上适当发挥主观能动性，积极思考和踊跃回答各类关于体育常识的问题。在体育课程的进展过程中，学生能获得更积极的情绪体验，便会产生更多认可，也会对体育课程产生良好感受。

6. 实施因材施教，提高教学效率

初中生的身体素质存在较大差异，教师不能对所有学生都进行一个统一的教学内容，使其达到统一的体育成绩。但与初中生的综合身体素质仍然存在较大量的差异，教师不能对所有学生都进行一个统一的教学内容，使其达到统一的体育成绩。且初中男女学生存在较大差异，教师可以有意识的在课堂中开展分组运动教学，设计不同的教学方案来应用到学生身上。针对优秀男生和普通女生不同的心理身体素质，设计开发出不同的课程教学内容，实施因材施教，使得不同年龄层次的每个学生学习都有收获。

三、结语

综上所述，要提升初中体育教学质量，要选择合理的方式进行科学引导，就要激发学生的学习兴趣，也要实现各方面的统筹安排。要正确认识体育教学对学生成长的重要性，采取合理方式进行充分的改进和良好的教学引导，从而满足学生的发展需求，实现真正意义上的初中体育教学质量提升。

参考文献

- [1] 张世川. 初中体育教学质量的提升策略[J]. 散文百家(新语文活页), 2020(03): 126.
- [2] 简正林. 初中体育教育教学质量提升策略探讨[J]. 体育风尚, 2019(11): 170.
- [3] 邵宝. 初中体育多样化教学研究[J]. 青少年体育, 2021(2): 99-100.
- [4] 潘文斌. 初中体育多样化教学改革的实践探索[J]. 科学咨询, 2021(13): 261.