

# 浅谈提高初中体育课堂教学有效性的途径

刘志伟

陕西省商洛市洛南县八里中学 陕西商洛 726100

**摘要:** 随着社会的不断进步,传统的教学模式已经不能满足时代和社会发展的需求,所以对于传统的教学模式进行改革已经显得尤为重要,在我国初中体育课堂教学上仍然存在着一一些问题,如何去解决这些问题,成为了体育教师应该去思考的重要问题。本文将结合笔者的教学实践,为解决初中体育教学课堂上存在的问题,提高初中体育课堂教学的有效性方面提出几点策略以及建议。

**关键词:** 初中体育; 课堂教学; 有效性

在大多数人看来,初中体育是一门“副课”,学生和教师对体育教学都不是非常重视,这导致课程计划实施不到位,教学效果不理想。因此,我认为提高初中体育教学有效性体育教师首先要端正态度,提高初中体育教学重视程度,在教学过程中不能在简单地讲解完动作要领以后就把课堂交给学生,而应该做好课堂设计,提高初中体育教学水平和教学质量。

## 1 初中体育课堂教学特点

众所周知,体育教学大多是在室外进行,在时间和空间上都无限放任,因此,学生在课堂上受到的干扰就会增加,尤其是环境干扰。在学校操场进行体育教学时因为学校场地的限制,上课班级会相对较为集中,人口较密集,并且各班活动内容不一,会导致学生受到的干扰增大。例如,一些班级在进行一些较为有趣的班级活动时,学生非常投入,因此欢声笑语就会增多,另外一个班级的学生也会被吸引,这样对正常上课有很大的影响。同时体育这门学科对各学生的要求不同,学生对这门学科的态度也不尽相同,一些学生会因为自身身体素质的原因而讨厌体育课,这些因素都会导致体育课堂存在种种问题。尤其是初中学生正式情感敏感期,会因为心理因素而排斥一些较大运动量的活动,会对教师安排的一系列教学任务有抵抗心理。长此以往,体育课堂就会被严重的影响,不利于学生体育素质的发展,学生的综合素质就得不到良好的培养。

## 2 初中体育课堂教学中存在的问题

### 2.1 教学方式过于单一

初中体育教学上,体育教师通常教学方式过于单一,这样长时间教学,初时学生会产生很大兴趣,但时间一长,学生难免会对体育课失去兴趣。笔者发现,在初中的体育课堂教学中,很多教师都采用让学生先绕操场跑几圈,然后就自由活动的教学方式。对于这样的方式,学生对于体育课的兴趣点仅仅在于自由活动,而且这样的教学方式无法完成教学目标,达到锻炼学生体能的的目的。这样的体育教学只会低效,不顺利。

### 2.2 缺乏良好的教学环境

笔者在初中体育的课堂教学中发现,很多体育教师并不能在初中的体育课堂教学中为学生营造良好的学习环境,相反,教学环境过于低效。例如在平时体育教学的时候,教师对于体育知识以及运动保护等,多采用口头叙述,缺少与学生的沟通,整个体育课堂显得呆板,缺乏生机,而且对于一些体育教学,由于器械的缺乏,教师一般便会取消体育活动,学生在对于体育学习上缺乏主动性,从而导致不能高效完成体育教学目标,整个教学进程显得低效。

## 3 初中体育课堂教学有效性的策略

### 3.1 分层教学,提升课堂教学的有效性

新课标和素质教育背景下,课堂教学活动的开展是以促进学生的发展为根本目标。因此,初中体育课堂上,教师要关注学生的学习和练习情况,要

以学定教,结合学生的身心特点,因材施教地分层教学,让体育课堂能够真正地面向全体学生,让不同身体素质的学生都能体验到体育活动的乐趣,进而全面提升体育课堂的有效性。例如,在引导学生进行800米的中长跑时,教师可以结合班级学生的特点,要求班级内所有的学生必须把800米跑下来一次,无论花多长时间;要求班级内的大部分学生都要达到教学大纲的要求,尽量用不到5分钟的时间跑完800米;要求班级中的少部分学生用3分钟左右的时间跑完800米。当然如果班级中的男生比较多的话,教师可以适当地要求班级中更多的学生都能用3分钟左右的时间跑完800米。当教师对班级学生进行了分层,对学生需要达到的目标进行了分层,那么教师就可以针对性地展开教学活动,就可以有针对性地把握教学节奏。

### 3.2 游戏教学,提升课堂教学的有效性

游戏活动对于学生而言,有着天然的吸引力,教师可以结合教学内容,设计多种游戏活动,进而促使学生积极参与到体育活动中,并提升课堂教学的有效性。例如,在训练学生的团结协作能力时,教师可以引导学生进行“背对背抱球”的游戏活动:学生两两一组,然后背对背夹住一个篮球或者排球,两名学生商量决定哪个学生为正面,哪个学生为反面,反面学生要绝对服从正面学生。学生准备好后,教师要发出“向左转,向右转,向后转,蹲下,起立,踏步走”的命令。学生在执行这些命令时,不能让球掉下来,如果球掉落下来了,学生要迅速将球夹住,继续进行游戏。这个游戏活动对学生而言,具有一定的挑战性。如学生执行向后转的命令,背面学生要迅速反映出正面学生会怎样做,然后自己要怎样做,才能保证球不被掉落下来。例如,在训练学生的奔跑能力时,教师可以设计“大鱼捕小鱼”的游戏活动:教师可以在操场上画出一个大大的圆圈,然后班级中 $\frac{2}{3}$ 的学生扮演待捕的鱼儿,班级中 $\frac{1}{3}$ 的学生扮演捕鱼人。游戏开始后,捕鱼人要手拉

手围成一个圆圈去捕鱼。捕鱼人必须快速奔跑才能捕住鱼儿,鱼儿们也需要快速奔跑,才能不被捕到。整个游戏过程中,学生不仅感受到了体育活动的乐趣,还提升了奔跑能力和快速反应能力。

### 3.3 小组竞赛,提升课堂教学的有效性

初中生大都有争强好胜的心理特点,教师可以引导学生进行小组竞赛,从而让学生在紧张激烈的比赛活动中全身心地投入,发挥出自己的最强水平,进而提升课堂教学的有效性。例如,在引导学生进行100米的短跑训练时,教师可以设计400米的接力赛跑。教师要按照组间同质、组内异质的原则,将班级学生分成4人一组,进行每人100米的接力赛跑。教师要给每个小组计时,用时最短的小组获胜,教师要对其进行相应的奖励。为了小组荣誉,每一个学生都会拼尽全力,快速奔跑。这种练习方式,比让学生单调地进行100米的短跑练习的效果要好得多。例如,在引导学生练习跳绳等体育项目时,教师可以引导学生进行小组竞赛。跳绳竞赛时,小组内每一个学生连续跳绳次数的总和就是该小组最后的成绩。紧张激烈的竞赛活动可以调动学生的主观能动性,提高学生的跳绳能力,提升课堂教学的有效性。

## 4 结语

总而言之,体育课堂教学效率的提高,需要师生的共同努力,两者缺一不可。初中体育课堂教学中,教师要充分地尊重学生的主体地位,要充分调动学生参与体育活动的主观能动性,让学生形成终身体育的观念,让学生的身体素质得到实质性提升。

### 参考文献

- [1] 廖晓东.新时期初中体育教学有效性的分析[J].新课程(中学),2017(07):178-179.
- [2] 杜刚.初中体育教学有效性策略研究[J].新课程(中),2017(04):177.