

# On the Effectiveness of the Application of the Target Teaching Mode in the Physical Education Class of Junior High School

Guangrui Ju

Changchun No.53 Middle School, Changchun, Jilin, 130031, China

## Abstract

Choosing a reasonable teaching mode and method in the course of junior high school physical education can effectively improve the quality of physical education, at the same time can save classroom time, organize physical activities, and promote the development of the comprehensive quality and learning ability of junior high school students. The target teaching mode mentioned in the paper is applicable to multiple disciplines, and its implementation is based on teaching goals, with the goal being the core and motivation of the teaching plan. This teaching mode is applied to junior high school physical education, which can obtain higher teaching quality in a short period of time. Compared with other teaching modes, it is vertical and can make students get more joy from sports activities.

## Keywords

junior high school physical education; teaching mode; target teaching; quality

---

## 初探初中体育课堂目标教学模式应用的实效性

鞠广瑞

长春市第五十三中学校, 中国·吉林·长春 130031

## 摘要

初中体育教学过程中选择合理的教学模式和方法能够有效提高体育教学的质量,同时能够节约课堂时间,组织体育活动,很好的促进初中生的综合素质和学习能力的发展。关于论文中提到的目标教学模式适用于多个学科,其实施的根本是具备教学目标,以目标为教学核心及动力制定教学计划。该教学模式应用于初中体育教学,能够在短时间内获得较高的教学质量,与其他教学模式相比具有垂直性,能够使学生在体育活动中获得较多的喜悦感。

## 关键词

初中体育; 教学模式; 目标教学; 质量

---

## 1 引言

中国现代教育的逐渐发展中,人们逐渐认识到教学模式与教学质量之间的关系,教学模式处于优胜劣汰的局势中<sup>[1]</sup>。传统的教育体系中,体育以及文娱类科目不占主导地位,甚至被老师、家长、学生不重视,随着社会的进步,人们逐渐意识到体育活动的重要性,此外关于学生“德智体美劳”全面发展的观念也深入人心。体育活动能够强身健体,参与性较强,能够锻炼学生的动手能力以及身体协调能力,在小学以及初中阶段的教育中起着重要的作用。初中体育教学需要参加中考,作为中学生体质考核的统一衡量标准,初中体育的教学在整体初中学习阶段需要有一种系统性的教学模式进行引导。论文中提到的目标教学法是一种以教学目标进行引导的教学模式,合理的应用能够获得较高的教学成果。

## 2 初中体育教学的现状

初中学生的课业压力较小学阶段有所上升,且初中生面临着中考,很多学生家长及老师对文化课的重视度较高,也正因此忽略了体育课堂的内容以及教学质量。这种状态下,初中生自身对体育没有较高的兴趣,同时也会给自己心理暗示。关于初中体育教学,现当下存在较多问题,主要集中于教学模式、教学内容两个方面。

### 2.1 教学模式现状

受中国多年以来传统教学观念的影响,初中体育的教学模式仍处于应试教学状态中,教学模式刻板,很多学生评价体育课索然无味<sup>[2]</sup>。这导致学生对体育活动提不起兴趣,严重的还使学生对体育课以及体育老师产生厌烦情绪。当前初中体育的开展形式具有任务性质,老师习惯性的在课前就安

排了课堂中必须要完成的体育项目,如围绕操场跑圈,原地有氧运动的锻炼,据很多学生反映,每节体育课都重复同样的内容,没有任何转变,久而久之很多学生产生了厌学情绪,导致体育课懒散无生机感。

## 2. 2 教学内容现状

教学内容不具特色,课堂时间安排不合理,均是初中体育教学过程中存在的常见问题。这种现象的出现通常与体育老师的专业素质和课前教学计划的制定失误有较大的关系。很多初中体育老师从心里认为体育对学生而言仅仅能起到锻炼身体作用,一味地安排体能训练,不顾及学生是否能够接受得了高强度的训练,这也是使学生讨厌体育的重要原因。此外教学内容和形式过于单一,体育课中除了跑步、跳远、做操、机械性球类运动等再无其他项目,体育课缺乏生机<sup>[1]</sup>。

除了教学内容不合理,体育老师未能够根据男女生对体育活动的接受程度设计合适的活动项目和游戏,导致很多女生因体力不支不得不终止体育活动。这些现象均是导致初中体育教学实效性降低的重要因素。

## 3 目标教学模式应用于初中体育教学

### 3. 1 构建体育目标教学模式

反思传统模式下初中体育教学的现状,当中存在较多的问题,尤其是过于重视“讲”导致学生的实践意识较差。老师不做具体的动作指导以及活动训练,导致学生对体育相关项目的感悟能力降低,学习速度较慢。这种教学模式下很多学生对体育活动的认知停滞,不能够及时有效的获取知识,严重挫伤学生体育训练的自信心。

目标教学的积极结合能够提前明确初中体育教学的目标,以教学目标作为引导,积极探索教学方法的适用性<sup>[4]</sup>。目标教学模式的构建是为了快速提高学生对体育活动的兴趣,转换课堂地位,从以往学生占被动地位积极转换为主动地位,老师作为课堂活动的策划者,鼓励学生积极参与活动并对活动作出评价,寻找最适合初中生的体育教学方法。

### 3. 2 具体实施初中体育目标教学

在构建目标教学体系后积极做出教学方式的规划,最后针对成型的教学模式实行。形成完整的教学计划后,制定问卷,由初中年级组的体育老师展开探讨,评估其教学方案的可行性。随后在抽取班级发放调查表,获取学生的建议,并根据

建议做相应的调整。

### 3. 3 设计具体的目标教学方式

根据教学现状以及学生的具体学习状态积极设计目标教学的方式能够为体育教学的最终效果提供评价标准。初中体育教学的目的在于增强学生的身体素质,提高专项体育技能,使学生镇定面对体育中考。针对初一、初二年级学生时,体育教学的目标是学生提高对体育的兴趣,从体育活动中感知运动的快乐,促进学生的体格发育。以此为目的设计教学方案,应该首先针对老师的“教”做出合理的设计,其次针对学生“如何学”提出设想。

#### 3.3.1 明确“教学”方法

关于老师的“教”,应事先提出目标并估算目标的完成率。其目的是为了使初中生知晓体育基础知识,灵活应用体育技巧完成立定跳远、百米冲刺、接力赛等项目<sup>[5]</sup>。教学方式设计前积极评估班内每位学生的体格素质,提前明确一些具有外伤史以及先天性心脏病的学生,课前安排好见习生,并为其规定简易的有氧动作,鼓励其积极完成。对于能够正常参与体育活动的学生,要事先询问学生们对体育课的期望和能够接受的体育教学方式。体育项目的参与能够促进初中学生向心力和团队凝聚力的形成。为了实现这一目的,老师组建活动时应尽量组建以小组为单位的活动。中间穿插适当的惩罚项目以及游戏项目,注意事项中告知学生活动规则以及能够获得的奖励和惩罚,以此来鼓励每位学生。

#### 3.3.2 明确“学习”方法

关于学生的“学”,如何学习能够积极对接老师的教学方法是值得思考的<sup>[6]</sup>。老师在每次课程结束后需要抽3—5分钟询问学生对上课模式的认可度,鼓励学生提出建议,并明确下次课程应该达到的目标。通过这种形式能够实现老师和学生的积极对接,对实现目标教学模式有较大的意义。针对男生和女生各自感兴趣的体育项目展开具体的理论讲解,摒弃传统课堂出现的刻板式思维。以篮球为例,在对篮球讲解的过程中适当穿插男生都感兴趣的话题“NBA”,老师在讲解的过程中,针对运球、传球、三分投篮、过人、急停、跳球等做出动作示范,按照基础—技巧—实践的顺序完成讲解。在基础讲解后由学生自由组队并分配阵容,在试验性活动开展后,由老师对每组阵容进行适当的调节。通过基础的教学和实践性教学后,老师针对防守、大前锋、小前锋、中锋等

人员的相关技巧进行指导。女生的体育项目可以选择羽毛球、乒乓球、网球等,应用同样的方式完成项目教学。在教学开始前同样需要制定最终必须达到的教学目的,并且规定教学目标达成的时间。

### 3.3.3 提出趣味教学

目标教学模式的实施过程中还应该适当结合趣味教学法,了解学生所熟悉的体育项目,国际赛事等。同时抽取课堂时间与学生展开与体育相关的趣味问答,通过问答环节了解每位学生对体育项目的感兴趣程度,同时帮助老师快速了解每位学生的性格特征<sup>[7]</sup>。

趣味性教学方法能够适用于各个科目中,尤其能够针对初中体育教学实现较高的教学价值<sup>[8]</sup>。趣味教学的意义在于提高学生的学习兴趣与参与积极性。初中体育活动一般集中于跑步和跳远、项目性活动(篮球、乒乓球、足球、羽毛球等)<sup>[9]</sup>。对学生而言,基础的跑步以及跳高、跳远锻炼太过于枯燥,为了提起兴趣,并使学生快乐的度过体育课,可以将这类活动与趣味游戏结合在一起,初中常见的活动有(两人三足、穿梭跑、解球追人、曲线跑、圆圈接力、跳绳接力等),老师合理应用这些活动,不但能够起到锻炼学生体格的作用,还能够使学生感受到体育课的乐趣。

适当的组织体育项目比赛,积极利用校园运动会,弘扬体育精神。体育项目开展前应广泛设计比赛项目,扩充报名的条件,鼓励学生根据自己的专长积极参与活动<sup>[10]</sup>。通过体育活动的开展提高学生的积极性。

## 4 结语

初中体育教学模式的转变是现代教育不断发展的必然趋势,体育在现代教学中占据重要的地位,结合传统的教学方

式不能够适应当前学生的学习状态,结合目标性教学模式能够在短时间内达成教学目标,相比于传统教学具有人性化。

目标教学模式在初中体育教学中的应用能够改进老师的教学方法,同时能够提高学生对教学内容的吸收能力。

## 参考文献

- [1] 许浩. 体育中考对体育课堂教学的影响研究——以滁州市为例[J]. 当代体育科技, 2019,9(23):168-169.
- [2] 魏宁,王斌,史曙生. 学生视角下的体育环境育人的调查与思考[J]. 湖北体育科技, 2019,38(09):820-824.
- [3] 倪娣. 创设情境激发兴趣成功体验提升实效——谈初中体育教学情境的创设[J]. 读与写(教育教学刊), 2019,16(09):112.
- [4] 吴淦栋. 从教师思维方式谈初中体育有效教学——以《小场地学校体育教学质量提升行动研究》示范课为例[J]. 青少年体育, 2019,21(08):114-115.
- [5] 詹新平. 校园足球开展现状与可持续发展研究——以安徽农业大学为例[J]. 赤峰学院学报(自然科学版), 2019,35(07):131-133.
- [6] 杨锡齐,苏岚颖. “家校联动”体育教学活动对“初二现象”影响的实验研究——以广东实验中学初中学生为例[J]. 体育师友, 2019,42(03):70-72.
- [7] 孙健. 初中足球运动开展现状与对策——以厦门市海沧区初中学校为例[J]. 基础教育论坛, 2019(28):48-50.
- [8] 彭泽平,李礼,罗珣. 新中国70年中小学体育课程改革的历史经验[J]. 天津体育学院学报, 2019,34(05):373-380.
- [9] 吴刚. “教”与“玩”的融合——新课改背景下的初中体育创新教学思路[J/OL]. 体育世界(学术版), 2019(09):196-197.
- [10] 肖帅. 寓教于乐“五坚持”——浅谈小学体育教学中的体育游戏设计与实践[J/OL]. 体育世界(学术版), 2019(09):200+197.