

# How to Implement Effective Management Measures for Extracurricular Sports Activities in Junior Middle Schools

Hongbing Liu

ZhuanQiao Middle School, Fairy Town, Jiangdu District, Yangzhou, Jiangsu, 225200, China

## Abstract

An important goal of junior high school teaching is to lay a good foundation for students' psychological and physical qualities. Junior high school physical education plays a very important role in cultivating students' comprehensive quality, and physical extracurricular activities are an important part of the development of junior high school physical education and an important means of cultivating students' physical and mental development. The paper analyzes the significance of extracurricular sports activities in junior high schools and the current situation of sports activities, and proposes feasible strategies for the existing problems, hoping to promote the development of junior high school sports teaching.

## Keywords

junior high school physical education; extracurricular activities; management measures

# 如何对初中体育课外活动实施有效管理措施

刘红兵

江都区仙女镇砖桥中学, 中国·江苏 扬州 225200

## 摘要

初中教学的一个重要目标就是为学生的心理素质以及身体素质打下良好基础。初中体育对于学生综合素质培养有着十分重要作用, 而体育课外活动是开展初中体育教学的重要组成部分, 是培养学生身心发展的重要手段。论文针对初中体育课外活动存在的意义以及体育活动的现状进行了分析, 并对所存在的问题提出可行性策略, 希望能为初中体育教学发展起到推进作用。

## 关键词

初中体育; 课外活动; 管理措施

## 1 引言

在现阶段, 为解决青少年体质状况堪忧, 学校教育仍是教育短板等突出问题, 中国先后颁发了《“健康中国 2030”规划纲要》《健康中国行(2019-2030)》《关于全面加强新时代学校体育工作的意见》等系列文件。由此可见, 国家对于学生身体素质培养的重视程度很高。在教学工作中, 体育教学对学生身心培养起着十分重要的作用, 而体育课外活动是对体育教学的延伸, 可以使学生在体育教学中, 将学到的体育知识与体育技能进行实践, 使理论与实践相融合, 从而使学生的综合素质得以充分的提升, 二者相辅相成, 缺一不可。

【作者简介】刘红兵(1974-), 男, 中国江苏扬州市人, 本科学历, 中学一级, 从事初级中学体育教育研究。

因此, 我们必须对初中体育课外活动意义以及存在的问题进行讨论分析, 从而确保体育课外活动可以达到预期效果。

## 2 关于体育课外活动意义

### 2.1 开展体育课外活动是体育课学习的重要内容

在中国传统教育体系中, 体育教学存在已久, 并伴随着一次又一次的教育改革不断向前发展。在当今的教育改革进程中, 对于体育教学又提出了新的要求, 其要求增强学生体质, 促进学生身心发展, 使学生在德育、智育、体育、美育等方面得到全面发展成为祖国社会主义的建设者和保卫者。因此, 以往的传统体育教学模式已经无法充分满足学生身心发展的需要, 所以要对体育教学内容进行丰富, 如将延长体育课外活动时间, 对体育课外活动的内容进行补充, 使其朝着多样化方向发展。在体育教学活动中, 主要由两部分组成: 第一

部分是体育理论知识学习;第二部分是体育技能的实践学习,也是体育课外活动,所占的课程教学时间较长,是体育教学的主要组成部分。

## 2.2 开展体育课外活动是对学生全面发展号召的响应

尽管培养学生德、智、体、美、劳全面发展的教育理念,在中国的教育体制中存在很长时间。但是,受应试教育、特殊的教育评价机制以及教育体制的滞后性影响,使培养学生全面发展的教育理念只是一种形式。随着社会的不断发展以及基本国情的转变,在新的教育改革形势下,对于培养学生德智体美劳全面发展将不再是一句口号。学校加强对于体育教育的重视程度,对体育教师的专业水平进行考核,坚持学生的主体地位,实际的了解学生的需求并在体育教学活动中予以满足。初中阶段正处于学生身心发育的重要时期,对于学生身体素质培养应该是我们对学生教育主抓的重点。体育课外活动可以极大的培养学生的身体素质以及使学生充分的掌握体育技能。因此,体育课外活动是对学生全面发展号召的响应。

## 2.3 开展体育活动有助于学生对知识文化的学习

在传统的教育体制下,受应试教育影响,学生学习文化知识的过程是乏味、枯燥的,从而使学生极易产生疲劳感。因此,开展体育课外活动有利于使学生的大脑得以休息,可以有效地缓解学生学习过程中产生的疲劳感,这对于释放学生的压力以及提高学生的学习兴趣有着难以估量的作用。合理、细致、科学的安排体育课外活动,可以帮助学生有效地学习科学文化知识。

## 3 初中体育课外活动现状以及存在的问题

### 3.1 初中体育课外活动缺乏可行性计划

在当前初中体育课外活动开展中,初中体育教学仍然缺乏系统、科学的可行性计划和方案。初中学校以及体育教师无法充分对体育教学的整体性进行把握。究其原因就是受应试教育影响,教学中的供求关系有着明确的划分,学校过于追求学生的科学文化课成绩,试卷考核的教育评价机制,仍然是教学评价的主要手段,进而导致体育教学的发展受到严重制约,旧的教育思想理念严重影响新型教育改革发展进程。同时,许多教师将体育课程抢占,开展语数外等教学活动。这些因素都会对体育课外活动计划和方案形成产生不良影响<sup>[1]</sup>。

### 3.2 初中课外活动自由度过高

在初中体育教学活动的开展过程中,由于体育教师自身专业素质能力较低,缺乏对体育教学的充分研究与探索。初中学校体育师资力量匮乏等原因,从而会造成在体育教学活动中不能以学生为中心,往往会对学生的身心全面发展有所忽视。在设计课外教学活动时,缺乏科学、合理的培养方案,经常会让学生在体育课外活动时自由活动,教师只是在旁监督,从而致使初中体育教学活动过于松散,自由度过高,无法对学生进行充分的针对性培养,达不到预期教学目标。

### 3.3 初中体育课外活动开展时间较短

在当前的教育体制下,受传统教育思想影响以及试卷考核评价机制影响,科学文化教学依然是初中学校的教学重点,导致学校对于学生的体育教学重视程度不足,安排的体育课时在教学总课时中占比较低。在体育教学活动中,体育教师在教学中对于理论教学所占时间较长,最终体育课外活动教学时间所剩无几,很难起到提高学生身体素质的效果。除此之外,学校不能对体育课外活动进行科学、合理的安排,不能做到以学生的需求进行体育课程安排,通常会对运动的科学性有所忽视,会将课外活动安排在饭前或饭后的课程中,违背了运动的科学性,在一定程度上阻碍体育教学的发展<sup>[2]</sup>。

## 4 关于加强初中体育课外活动的有效措施

### 4.1 建立体育课外活动的管理团队

在初中体育教学过程中,应该坚持“以人为本”的教育理念。“以人为本”是指以学生为主体,初中体育教学课程的制定,不应该被学校或相关部门进行硬性规定,而是应该根据学生的具体需求以及体育运动的科学原理进行制定与实施。因此,要想高效地实施初中体育课外活动,有必要组建一支更高素质的体育教师团队,使之能结合初中学生体质、兴趣爱好等实际情况,加大课程教育研发力度,以开设更为有利的体育课程,增强体育教育的实效性。团队的成员可以由学校领导、体育教师、学生代表、学生家长共同组成,以全面了解学生的需求,对体育教学的科学性亦可以进行掌握,从而可以制定出充分符合学生身心发展的体育课程以及体育课外活动<sup>[3]</sup>。

### 4.2 加强对体育教师加强创新能力和专业能力的培养

在21世纪,创新思维已经深入到各行各业,教育有责任培养拥有创新思维的创造型人才。因此,在进行初中教育时,

若想使学生得以发展,要注重培养学生的创新思维。而在初中体育课外活动过程中,体育教师是其监督者以及引导者,但目前部分体育教师的思维陈旧,教学手段单一,缺乏创造性思维。例如,体育教师可以根据目前较为流行的户外游戏进行改良,在体育教学活动中开展,从而可以到达训练娱乐两不误的效果,极大地调动学生学习热情。因此,应该加强初中体育教师对创新能力以及专业能力的培养,从而能充分提高体育教师对体育课外活动的管理水平<sup>[4]</sup>。

### 4.3 对体育课外活动进行科学有效评价

初中体育教学中,为提高教学质量,应对课外活动做明确的评价,以过程性评价为重要标准,以激发学生参与体育课外活动的热情,具体可以从三方面对体育课外活动进行科学有效的评价。

第一方面,思考是否达到最初体育课外活动的教学目的,是否切实的提高学生体育技能以及身体素质。

第二方面,定期收集学生、教师以及学校领导的意见,了解其是否对现阶段体育课外活动满意,及时对体育课外活动进行调整。

第三方面,初中体育教师对体育课外活动进行自我评价,是否达到预期的教学目标<sup>[5]</sup>。通过上述评价方式,有利于使学生更加全面了解自我的体育能力,同时为后续体育教学发展指明有利的发展方向。

### 4.4 制定关于体育课外活动的计划

制定详细的科学的体育课外活动计划,可以对体育课外活动进行控制与管理。体育教师可以对体育课外活动项目与内容进行细分。例如,对课程项目进行分类;对课程进行安排或者针对身体某一部分的素质开发设置具体的项目等。随

后,对细分的内容安排活动的时间或课程,最后形成完善、细致的计划书或者是实施方案。对于体育课外活动的建设,要在科学、合理原则基础上,其主要目的是为了提升学生身体素质以及培养学生的体育技能<sup>[6]</sup>。

## 5 结语

随着社会发展进程不断推进,对教学要求也在不断提高。在初中教学过程中,学校应加强对于学生体育教学的重视程度,积极做好体育教学活动,以学生为中心,建立体育课外活动的管理团队。同时,加强对体育教师加强创新能力和专业能力的培养,对体育课外活动进行科学有效评价,制定关于体育课外活动的计划,进而促进学生德智体美劳全方位发展,以提升初中体育教学质量,促进学生身心健康发展。

## 参考文献

- [1] 薄媛媛. 尊重个体差异,体现游戏之乐——初中体育教学分层指导[J]. 田径, 2021(01):81-82.
- [2] 黄伟峰. 初中体育教学中如何提高学生参与的积极性[J]. 田径, 2020(12):62-63.
- [3] 钟晓青. 探究初中体育教学中篮球体前变向运球的教学策略[J]. 当代体育科技, 2020,10(32):78-80.
- [4] 赵颖. 初中体育教学促进学生主动参与策略探讨[J]. 科学咨询(科技·管理), 2020(11):274.
- [5] 庄中洋. 南阳市农村初中体育教学督导研究[D]. 郑州: 河南师范大学, 2018.
- [6] 冯诗瀚. 四平市中考体育加试对初中体育教学的影响研究[D]. 延边: 延边大学, 2018.