

现代信息技术在体育与健康教学中的应用策略

前言

现在的学校教育中，普遍将目标设定在培养学生综合素质上，尤其是当前信息技术不断升级，为了使其在课堂教学中发挥作用，就要合理运用并融入教学内容中，成为其中的一部分，而不是仅仅发挥辅助性作用。体育与健康教学过程中应用信息技术，以促进课堂教学质量，本论文着重于研究体育与健康教学过程中现代信息技术的应用策略。

关键词

体育与健康教学；信息技术；现代化；视觉效果

体育课堂教学中构建信息化教学模式，打破传统教学模式并不断实现创新，可以使学生体育运动能力大大提高，教育质量有保证。体育与健康教学的过程中，教师自身要准确把握体育知识，并将知识传递给学生，主要是对学生的体育思维进行培养，帮助其树立健康意识，使学生具备较强的体育运动能力，且具有自主运动意识。体育与健康教学要围绕着学科内容展开，基于教材中的体育内容，运用科学可行的教学模式，以获得良好效果。

1 现代信息技术在体育与健康教学中的意义

当前，现代信息技术得到了快速的发展，将现代信息技术应用于体育健康教学过程中是目前体育教育的重点。作为一名体育教师，需要具备应用信息技术的能力，保证课堂教学的质量，提高教学效率。同时，融入现代化信息技术能够激发学生的学习兴趣，让学生在学习过程中充满热情和积极性，能够做到全身心投入教学过程，使课堂氛围得到有效的改善。例如，教师可以应用多媒体对标准动作进行播放，让学生对标准动作有全方位的了解，以提高学生的学习质量和教学质量，对教学目的的实现起到有效的推进作用。

2 现代信息技术在体育与健康教学中的应用对策

国家倡导教育信息化，就是在开展教育活动中将信息

技术充分利用，这是国家政府以及有关部门提出的教育发展方向，促使教育工作能够系统化展开。教学中将信息技术合理应用，使得教学方式更加灵活多样，让学生对于所获得的知识产生感性认识，由此激发学习兴趣，使得课堂氛围更加活跃。由于信息技术的应用过程具有法律保障，可以安全使用，因此将信息技术应用于教育行业是非常可靠的，这已经成为不可阻挡的未来教育发展趋势。

2.1 注重师生互动，体现以学生发展为本的思想

其一，以学生利益为出发点展开互动教学。体育与其他学科有所不同，其是作为运动科目存在的，以户外运动为主强调教学的实践性。运动与健康息息相关，所以，体育运动教学中应将健康知识融入其中，帮助学生树立健康意识。学校进行体育与健康教育过程中，要强调“以人为本”，各项教学活动都要围绕着学生展开，满足学生的运动需求和健康需求。学校因为有了学生才具有存在意义，教师因为有了学生才具有存在价值。按照科学教育观念，教育工作要以学生发展作为根本，学校等各个教育机构才能保证工作的有效性，促使学生的文化素养提高，教育机构的价值得以充分体现。因此，学校要以学生利益作为出发点，都要以学生为根本，基于这种理念开展教学活动，才能促使学生积极主动地投入到体育与健康活动中^[1]。例如，一些学生不喜欢运动，比较懒惰，体育课自由活动的时候喜欢回教室待着，这种消

极因素会导致更多的学生不愿意参与体育运动,对其身体健康非常不利。体育教师为了激发学生的积极意识,可以对学生讲解体育运动对大脑健康的好处,让其认识到体育运动能够对大脑起到调节作用,使中枢细胞更加活跃。当学习文化课导致脑疲劳的时候,可以通过体育运动得以缓解。此外,教师可以组织学生玩排球游戏并创新形式,让学生在体育课上得到充分放松,不喜欢体育运动的学生也可以很自然地参与其中。教师还要为师生互动塑造良好的环境,增强学生合作意识,让其遇到问题能够做到相互讨论,寻求最佳方式解决。

其二,贯彻一切发展为学生的基本原则。在开展教育互动中要围绕着学生的利益展开,因为在学校教育中学生的利益大于一切。在体育与健康教育的过程中以这样的管理理念展开,更能够体现教育的人性化。

对学生进行体育与健康教学的过程中,也要把发展学生的教育理念融入课堂教学模式中。作为体育与健康教师,要能够认识到教育中存在的各种问题并不能采用简单方法解决,因为一些学生的体育意识薄弱,健康观念不足,即便已经学会了知识,也不能正确地理解和消化,更不能很好地落实。此时,教师就要有足够的耐心,对学生认真教育引导。

2.2 强化信息技术,提升学生体育活动的兴趣

将信息技术应用于体育课堂教学,可以搭建信息化体育教学活动平台,结合网络技术传输体育知识,使体育教学内容更加生动直观,保证教学内容的连续性,使课堂教学质量和效率得到有效提高。运用多媒体技术呈现教学内容,符合初中学生的性格特点,学生可以很快地集中注意力,专注于体育知识的学习中。随着学生的兴趣被激发起来,就会有意识地采取适当的方法来提高自身体育运动能力。初中阶段的学生在学习体育知识的过程中,可能会因为难度较大不能发现其实际应用价值。尤其是当初中生面临中考的时候,就会错误地认为体育课堂占用了主课学习的宝贵时间^[3]。如果教师只枯燥地讲解体育知识,学生通常不会配合,学习效果不佳。因此,教师应合理利用媒体技术进行体育教学,学生会被这些有趣的运动所吸引,随着好奇心被激发起来,就会对体育知识产生兴趣^[2]。教师将信息技术与体育课程结合,整合各种资源,更符合学生的个性特征,促使学生积极参与到体育运动中。当然,教师也可以根据学生的知识需求整合体育内容,然后将其转移到指定的教育平台上,让学生分享,同时深入了解学生的观点,并在此基础上不断创新教学模式^[4]。为了提高学生的自主

学习能力,有必要引导他们采用正确的学习方法,合理高效地利用信息技术,对体育知识合理应用。例如,学生可以在课堂上用手机拍摄教学过程,并利用碎片化的时间随时进行独立学习和训练,明确自身的不足,对教师讲解的体育知识的进行更深入的了解。此外,教师也可以让学生回家进行自主锻炼,并在微信上发送刘畊宏教练的健身操直播链接供他们观看。因为刘畊宏的视频采用歌手周杰伦的音乐,节奏感很强,在初中学生群体中很流行。学生们被音乐所感染,就更愿意观看和学习,并进行自主训练。

此外,教师可以为学生提供几个微视频,学生一边运动一边观看,然后将自己的成果录制视频传递给教师,教师起到监督作用,对于不足之处及时指出来,同时让学生知道,运动可以保持身体健康,但如果运动方式不正确,自身健康就会受损,甚至产生严重后果。如此可以培养学生谨慎认真的学习态度,使其按照规范运动,提高学习效率^[3]。

2.3 建立科学教学体系,培养学生终身体育的意识

教师利用信息技术对学生进行体育与健康教学,根据《初中课程标准》中所提出的要求,教师应在体育教学中引导学生独立思考,从多个角度理解体育知识,让学生认识到体育不是一项简单的运动,而是具有社会历史性和体育文化意义。如此可以帮助学生树立体育文化意识,形成体育思维,使学生在理解体育知识和运用有效方法解决问题时,能保持科学的态度^[5]。学生在体育运动的过程中,运用科学的方法能够有效规避不正确操作导致的伤害。

体育教师普遍具备专业教学能力,具有较高的体育认知能力和健康意识。为了保证初中体育教学质量,有必要建立一套科学的体育教学目标体系。在此过程中,教师要不断积累教学经验,找出当前体育教学中的不足,与其他教师积极探讨教学方法,积累成功经验,基于此将新的教学模式构建起来。在体育课堂教学中,教师应引导学生对体育学习持有正确态度,帮助他们树立体育思维,确保所选择的教学内容合理,使学生在体验过程中学习体育知识。例如,教师讲解篮球知识的过程中,应用多媒体播放视频体育比赛,让学生从多个角度全面掌握篮球运动知识。教师还可以操作控制视频的功能,在教学中播放各个运动项目的慢动作,通过分解动作和慢镜头呈现,并对动作的各个阶段加以分解处理,让学生可以看到每一个动作和肢体每一处的细节,增强技术动作教学的直观体验,便于学生理解动作效用和含义。这样,在教学中再结合教师的讲解与直观示范,以达到提高教学效率的目的。这种技术动作视频的讲解,可以刺激学生的视觉

感官,使其自觉地进行动作的模仿。这对于学生形成动作概念、建立动作表象和掌握动作技能有重要意义。

在此过程中,教师应根据新课程标准设计初中体育教学目标,充分考虑学生的需求及体质特点。例如,教师在解释体育内容时,应合理应用信息技术模型,设计新的教学目标,使学生充分理解体育内容、体育文化以及精神内涵。初中阶段的学生已经具备了操作信息技术的能力,也可以使用软件搜索与体育内容相关的知识,使其能够从多个角度深入理解并应用于实践中,如此可以帮助学生提高体育知识的学习能力。随着学生的学习意识被激发起来,就会更加有信心参与到体育运动中。教师可以应用虚拟软件展开教学,让学生所学习的知识以图像的方式呈现,让教学内容可以得到直观的体现,使得学生产生深刻的印象。

3 结语

通过以上研究可以明确,作为体育与健康课程的教师,在开展教学活动的过程中,要充分发挥新课程标准的指导作用,通过合理应用信息技术对教学模式进行不断地创新,并且要注重学生的个性特点。通过在教学环节融入信息技术,教师与同学之间可以进行在线交流,以师生合作的方式共同探索教学中的问题,在提高教学效率的同时也可以加强师生间的交流。同时,教师要准确把握学生的知识和运动需求,明确各个学生的实际学习情况并制订科学的教学方案,使学生在获得知识的同时,也能够做到在实践中合理运用,增强学生的健康意识,从而使得教学效率得到提高,以达到培养学生综合素质的教学目的。

文/张祖煌(福建省莆田市田家炳中学,福建莆田 351100)

作者简介:张祖煌,男,福建莆田人,福建省莆田市田家炳中学一级教师,研究方向:中学体育教学。

参考文献:

- [1] 王鹿.现代信息技术在高校健身健美运动教学中的运用——评《新形势下高校健美操中教与练的研究》[J].中国教育学会刊,2021(2):71-72.
- [2] 李常国.翻转课堂教学模式在中学体育与健康课堂教学中的实践研究[J].新课程(教研版),2021(45):33-34.
- [3] 石兴斌,王春.“互联网+”背景下传统体育课堂教学模式改革探析[J].青少年体育,2021(6):115-116.