

双减政策下初中体育教育的创新路径探究

霍晓宏

邯郸市第六中学 河北 邯郸 056001

摘要：双减政策背景下，初中体育教育面临新的挑战与机遇。本文旨在探究双减政策下初中体育教育的创新路径，从课程体系、教学方法、评价体系及课外体育活动四个方面提出具体策略。通过引入多元化体育项目、实施游戏化与合作化教学、构建多元化评价体系及丰富课外体育活动，旨在提升学生的体育兴趣与参与度，促进身心健康发展。本研究对于推动初中体育教育创新、落实双减政策具有实践指导意义。

关键词：双减政策；初中体育教育；创新路径；综合素质提升

引言：随着双减政策的深入实施，初中体育教育迎来了前所未有的发展机遇。传统体育教学模式已难以满足新时代学生的需求。因此探索双减政策下初中体育教育的创新路径显得尤为重要。本文将从多个维度出发，深入分析当前初中体育教育的现状，提出切实可行的创新策略，以期初中体育教育的改革与发展提供有益参考。

1 双减政策对初中体育教育的要求

1.1 双减政策对初中体育教育提出了明确的要求。双减政策，即减轻义务教育阶段学生作业负担和校外培训负担的政策，旨在促进学生全面发展，提高教学质量。在这一政策背景下，初中体育教育被赋予了新的使命。政策要求体育教育不仅要增强学生的体质，还要注重培养学生的团队合作精神、自我管理能力和良好的心态。这要求体育教学在内容、方法和评价体系上进行全面改革，以适应新时代学生发展的需要。

1.2 初中体育教育现状剖析

双减政策的实施，对初中体育教育产生了深远的影响。该政策旨在减轻学生的课业负担，推动教育公平与质量提升，这为初中体育教育的发展提供了新的契机。在双减政策的推动下，初中体育教育不再仅仅局限于传统的竞技体育项目，而是更加注重学生的全面发展，强调体质增强、心理健康以及团队协作能力的培养。当前初中体育教育的现状却面临诸多挑战^[1]。一方面，课程设置上仍存在一定的不合理性。部分学校过于注重竞技类运动项目的开展，而忽视了对学生兴趣和爱好的培养，导致体育课程内容单一，缺乏多样性和趣味性。另一方面，教学方法相对滞后，传统的灌输式教学仍然占据主导地位，缺乏创新性和互动性，难以激发学生的学习兴趣 and 积极性。另外，学生参与度不高也是当前初中体育教育面临的一大问题。由于课程设置和教学方法的不合理，学生对体育课程缺乏足够的认识和重视，参与体育

锻炼的意愿不强。这不仅影响学生的体质健康，也制约了他们综合素质的提升。

3 初中体育教育问题分析

2.1 课程设置不合理

当前，部分初中体育课程设置存在不合理之处，竞技类运动项目在体育课中占据主导地位，导致课程内容单调、枯燥，难以激发学生主动参与的积极性。现代体育项目、闲暇娱乐项目等学生喜爱的内容由于各种原因难以进入课堂，造成所学内容与现实生活脱节。体育课时常被其他文化课挤占，无法保证学生有足够的体育锻炼时间。

2.2 教学方法落后

教学方法的落后也是初中体育教育面临的一大问题。大多数体育教师仍停留在“灌输式”与“强制命令式”的教学阶段，过分强调教师的主导作用，而忽视了学生的主体地位。这种教学方法导致学生在体育教学中缺乏主动性和积极性，甚至产生抵触心理。同时缺乏创新性和趣味性的教学方法也使得体育课堂变得沉闷乏味。

2.3 学生参与度不高

由于课程设置不合理和教学方法落后，学生的体育参与度普遍不高。学生对体育课程缺乏兴趣，参与体育锻炼的积极性不足。这不仅影响了学生的体质健康，也制约了他们综合素质的培养。部分学生对体育课程的认识存在偏差，认为体育课程只是放松和娱乐的手段，而忽视了对身体素质 and 心理健康的重要作用。

2.4 师资与设施不足

师资与设施的不足也是制约初中体育教育发展的关键因素。一些学校由于体育教师配置不足，导致教师教学工作繁重，无法开展丰富多彩的课外活动，体育设施的匮乏也限制学生体育锻炼的多样性和趣味性。部分学校体育器材残缺不全，球场跑道等基础设施年久失修，

无法满足学生体育锻炼的需求。这不仅影响体育教学的质量,也降低学生参与体育锻炼的积极性。

3 双减政策下初中体育教育创新路径探究

在双减政策的推动下,初中体育教育正经历着一场深刻的变革。为了应对这一变革,教育者需要积极探索创新路径,以适应新时代对体育教学的要求。

3.1 课程体系创新

双减政策的核心在于减轻学生的课业负担,推动教育公平与质量提升。在这一背景下,初中体育教育的课程体系创新显得尤为重要。传统的体育课程往往以竞技类运动项目为主,忽视了对学生兴趣和爱好的培养,导致课程内容单一,缺乏多样性和趣味性。为了打破这一困境,教育者需要对课程体系进行创新性改革。教育者应引入更多具有时代性和趣味性的体育项目,如街舞、攀岩、定向越野等,这些项目不仅能激发学生的学习兴趣,还能锻炼他们的身体素质和心理素质^[2]。教育者还应注重将体育与健康知识相结合,引导学生了解运动对身体健康的益处,掌握科学的锻炼方法。结合地方特色和文化传统,开展具有地域特色的体育教学活动,也是课程体系创新的一个重要方向。除了项目创新外,教育者还应注重课程内容的层次性和多样性。针对不同身体素质和运动能力的学生,设计不同难度的训练计划,确保每个学生都能在体育教学中找到自己的位置,实现自我价值。教育者还应关注学生的心理健康,通过体育教学帮助学生缓解学习压力,培养良好的心理素质。

3.2 教学方法创新

教学方法的创新是提升初中体育教学质量的关键。传统的体育教学方法往往是教师示范、学生模仿的方式,这种方式虽然能够让学生掌握基本的运动技能,但缺乏趣味性和互动性。为了激发学生的学习兴趣 and 积极性,教育者需要探索更多元化的教学方法。游戏化教学是一种值得推广的教学方法,通过将体育知识与游戏相结合,让学生在游戏中的学习体育知识和技能,既能提高教学效果,又能增强学生的学习兴趣。例如,在篮球教学中,可以设计“精准传球”的互动游戏,让学生在游戏中掌握传球技巧;在田径教学中,可以组织接力赛、障碍跑等活动,让学生在比赛中锻炼身体素质和团队协作能力。小组合作教学也是一种有效的教学方法,通过将学生分成小组,让他们在团队合作中共同完成学习任务,既能培养学生的团队协作能力,又能提高他们的沟通能力和解决问题的能力。在小组合作教学中,教育者应注重引导学生发挥各自的优势,相互帮助,共同进步。教育者还可以利用现代科技手段提升教学效果,例

如,利用多媒体、互联网等技术手段,制作生动有趣的课件和教学资源;利用智能手环、心率监测器等设备,实时监测学生的运动状态,为他们提供科学的锻炼建议。这些科技手段的应用,不仅能丰富教学内容和形式,还能提高体育教学的针对性和实效性。

3.3 评价体系创新

评价体系是体育教学的重要环节,也是推动体育教学创新的重要手段。传统的体育教学评价往往只注重学生的运动成绩和体能水平,而忽视了学生的个体差异和全面发展。为了更全面地评价学生的体育学习效果,教育者需要对评价体系进行创新。教育者应采用更多元化的评价指标,除了运动成绩和体能水平外,还应关注学生的参与度、合作能力、创新能力等综合素质的评价。通过多元化的评价指标,可以更全面地反映学生的体育学习成果和身心发展状况。教育者应注重过程性评价和反馈,在传统的评价体系中,往往只注重结果评价,而忽视了过程评价。为了更准确地了解学生的学习情况,教育者应注重对学生学习过程的观察和记录,及时给予学生指导和建议^[3]。教育者还应鼓励学生进行自我评价和相互评价,培养他们的自我评价能力和团队协作能力。教育者还应注重评价结果的运用,通过将评价结果与学生的学业成绩、综合素质评价等相结合,为学生提供更全面的成长记录和发展建议,教育者还应根据评价结果对教学方法和课程内容进行调整和优化,以更好地满足学生的学习需求和发展要求。

3.4 课外体育活动创新

课外体育活动是初中体育教育的重要组成部分,也是培养学生体育兴趣和锻炼习惯的重要途径。在双减政策下,教育者需要积极探索课外体育活动的创新路径,以丰富学生的课余生活,提高他们的身体素质和综合素质。首先,教育者应组织形式多样的课外体育活动,例如,可以组织趣味运动会、体育竞赛、体育社团等活动,让学生在轻松愉快的氛围中积极参与体育锻炼。这些活动不仅能激发学生的体育兴趣,还能培养他们的团队协作精神和竞争意识。其次,教育者应注重课外体育活动的个性化发展,针对不同学生的兴趣和需求,设计不同类型的体育活动,确保每个学生都能在课外体育活动中找到自己的位置。例如,对于喜欢篮球的学生,可以组织篮球训练营或篮球比赛;对于喜欢足球的学生,可以组织足球联赛或足球训练营等。通过个性化的课外体育活动,可以满足学生的多样化需求,提高他们的参与度和积极性。另外,教育者还应注重课外体育活动的安全性和有效性,在组织学生参与课外体育活动时,要

确保活动场地的安全性和设施的完善性；要注重活动的科学性和有效性，确保学生能够从中获得实际的锻炼效果和身心发展的益处。

4 双减政策下初中体育教育创新路径实施保障

4.1 师资队伍建设

师资队伍建设是初中体育教育创新路径实施的关键。一支高素质、专业化的体育教师队伍，是确保体育教学质量和效果的重要保障。加强体育教师的专业培训，通过定期组织体育教师参加专业培训、研讨会等活动，提升他们的专业素养和教学能力。培训内容应包括最新的体育教学理念、教学方法、运动技能等方面，以确保体育教师能够紧跟时代发展，不断提升自己的教学水平。要优化体育教师的队伍结构，学校应合理配置体育教师资源，确保每个班级都能有专业的体育教师进行指导。同时积极引进具有丰富教学经验和专业素养的体育教师，为体育教学注入新的活力。建立完善的体育教师激励机制，通过设立教学奖励、职称评定等措施，激发体育教师的工作热情和创新能力。要加强对体育教师的关心和支持，帮助他们解决工作和生活中的实际困难，让他们能够更加专注于体育教学工作。

4.2 场地设施保障

场地设施是初中体育教育创新路径实施的基础。良好的场地设施不仅能够为学生提供更好的运动环境，还能够激发他们的运动兴趣和参与度。要加大对体育场地设施的资金投入，学校应合理规划和使用资金，优先保障体育场地设施的建设和维护。通过建设标准化的运动场、体育馆等设施，为学生提供更加宽敞、安全的运动空间。要优化体育场地设施的使用效率，学校应合理安排体育课程和课外体育活动的時間，避免场地设施的闲置和浪费^[4]。同时加强对场地设施的维护和管理，确保它们的正常使用和安全性。还可以积极利用社会资源，拓展体育场地设施。通过与社区、企业等合作，共享体育场地设施资源，为学生提供更加多样化的运动选择。

4.3 家校合作与社会支持

家校合作与社会支持是初中体育教育创新路径实施的重要保障。只有家庭、学校和社会三方面共同努力，才能够为初中体育教育的创新和发展提供有力的支持。学校应定期与家长进行沟通，了解他们对体育教学的意见和建议，共同推动体育教学的改革和创新。家长也应积极参与学校的体育活动，为孩子的体育锻炼提供支持和帮助。要积极争取社会的支持和参与，通过与社会各界建立合作关系，共同开展体育教学活动和竞赛，为学生提供更加广阔的展示舞台和锻炼机会。还可以借助社会力量，为学校提供资金、物资等方面的支持，推动体育教学的持续发展。加强体育文化的宣传和推广，通过举办体育节、运动会等活动，营造浓厚的体育文化氛围，激发学生的体育兴趣和参与度。同时加强对体育精神的宣传和弘扬，培养学生的团队合作精神和竞争意识。

结束语

在双减政策的引领下，初中体育教育的创新路径探究不仅是对传统教学模式的突破，更是对学生全面发展的积极回应。通过课程体系、教学方法、评价体系及课外体育活动的全面创新，为学生构建了更加多元、开放、有趣的体育学习环境。未来，将继续深化教育改革，不断探索和实践，以期在双减政策的指导下，推动初中体育教育迈向新的高度，为学生的健康成长和终身体育意识的培养奠定坚实基础。

参考文献

- [1]叶丽清.双减政策下初中体育教育的创新路径探究[C]//教育发展与科学研究论坛论文集.2024:1-5.
- [2]王刚.“双减”背景下提高初中体育课堂教学有效性的探究[J].体育风尚,2023,(05):62-64.
- [3]徐振荣.“双减”政策下初中体育教学模式的创新策略[J].家长,2023,(13):66-68.
- [4]谢翠红.“双减”政策下初中体育教学方法的探究[J].学园,2022,15(25):33-35.