

谈初中体育与健康教学情景的创设

邢 军

吉林省白城市第二中学 吉林 白城 137000

【摘要】：情景教学法在学科教学中具备将抽象知识具象化、复杂内容简易化的优势，对于调动学生主观能动性、促进学生思维发散具有积极作用。在初中体育与健康教学中，合理创设教学情景能够有效改善传统教学模式的局限，激发学生参与体育活动的兴趣，提升教学实效。本文结合初中体育与健康学科的教学特点，深入分析教学情景创设的价值，并从课堂导入、问题引导、数字技术运用、生活化场景构建、实践活动开展等方面，提出具体的教学情景创设策略，旨在为初中体育与健康教学质量的提升提供参考。

【关键词】：初中；体育与健康；教学情景；创设

DOI:10.12417/2982-3803.25.11.042

1 初中体育与健康教学情景创设的价值

1.1 助力培养学生体育学习兴趣

兴趣是学生参与体育与健康学习的核心驱动力，直接影响课堂教学质量与学生的学习效果。当前部分初中体育与健康课堂仍延续传统教学模式，教师多以讲解动作要领、组织重复练习为主，缺乏对学生学习兴趣的关注，导致学生在课堂上参与积极性不高，甚至产生抵触情绪。通过创设教学情景，能够将枯燥的动作练习、抽象的健康知识转化为生动有趣的活动场景，充分展现体育与健康学科的趣味性和实用性，让学生在情景中主动参与、积极探索，逐步培养对体育学习的兴趣，形成主动锻炼的意识。

1.2 提升学生体育技能与健康知识的理解能力

初中阶段学生的身体发育处于关键时期，对体育技能的掌握和健康知识的理解需要结合具体的实践场景。传统体育教学中，教师往往直接示范动作后让学生模仿练习，学生难以理解动作背后的原理和意义；健康知识的讲解也多停留在理论层面，学生无法将知识与实际生活结合。教学情景的创设能够为学生搭建理论与实践连接的桥梁，通过模拟具体的运动场景、健康问题场景，引导学生在实践中感受动作要领，在解决问题的过程中理解健康知识，从而提升对体育技能的掌握程度和对健康知识的运用能力。

1.3 促进学生综合素养的发展

体育与健康学科不仅注重学生身体素质的提升，还强调团队协作、规则意识、抗压能力等综合素养的培养。传统教学模式下，学生的学习多以个体练习为主，缺乏与他人互动、合作的机会，不利于综合素养的发展。教学情景创设能够设计具有互动性、合作性的活动场景，如团队竞赛情景、合作完成任务情景等，让学生在参与过程中学会与他人沟通协作，遵守活动规则，在面对挑战时锻炼抗压能力和解决问题的能力，进而实

现综合素养的全面发展。

2 初中体育与健康教学情景有效创设的方法及建议

2.1 借助课堂导入创设教学情景

课堂导入是初中体育与健康教学的重要环节，优质的导入能够迅速吸引学生的注意力，激发学生的学习欲望，为后续教学活动的开展奠定良好基础。教师可结合教学内容，通过多种方式创设导入情景，让学生快速进入学习状态。例如，在教授“篮球运球”这一内容时，教师可先播放一段精彩的篮球比赛片段，片段中着重展示运动员灵活的运球技巧和激烈的赛场氛围，让学生直观感受篮球运动的魅力；随后教师提出“想要像运动员一样灵活运球，我们需要掌握哪些技巧呢？”的疑问，自然引出本节课的教学内容。通过这样的导入情景，学生能够对篮球运球产生浓厚的兴趣，主动投入到后续的学习中。再如，在开展“田径短跑”教学时，教师可组织学生进行“模拟短跑比赛”的导入活动，将学生分为若干小组，每组选出一名代表进行简短的短跑比拼，在比拼过程中，教师引导学生观察运动员的起跑姿势、摆臂动作等，激发学生对短跑技术学习的好奇心。

2.2 依托问题设计创设教学情景

问题情景的创设能够引导学生主动思考，围绕教学重点和难点展开探究，提升学生的学习主动性和针对性。在初中体育与健康教学中，教师应结合学生的认知水平和教学内容，设计具有启发性、探究性的问题，搭建问题情景，让学生在解决问题的过程中掌握知识、提升技能。例如，在教授“足球传接球”内容时，教师可先组织学生进行简单的传接球练习，在练习过程中，教师提出问题：“大家在传接球时，有没有发现有时候球会传偏，或者队友难以接住？这可能是哪些原因导致的呢？”引导学生结合自身练习体验进行思考和讨论；随后教师进一步提出：“如何调整传球的力度、角度，以及接球的

姿势，才能让传球更加准确、流畅呢？”让学生带着问题继续进行练习和探究，在不断尝试和总结中掌握传接球的技巧。在健康知识教学中，如讲解“合理膳食”时，教师可先展示几组不同的膳食搭配图片，然后提出问题：“大家看看这几组膳食搭配，哪些搭配更符合我们身体生长发育的需求？为什么有些搭配可能会对健康造成不利影响？”让学生结合生活经验进行分析和讨论，进而深入理解合理膳食的重要性和具体要求。

2.3 巧用数字技术创设教学情景

随着数字化技术的不断发展，其在教育教学中的应用越来越广泛。在初中体育与健康教学中，合理运用数字技术能够丰富教学资源，创设更加直观、生动的教学情景，帮助学生更好地理解和掌握教学内容。教师可借助多媒体设备、虚拟现实（VR）技术等，将抽象的动作要领、复杂的运动原理转化为可视化的场景，让学生获得沉浸式的学习体验。例如，在教授“体操动作”时，由于体操动作具有一定的复杂性和规范性，学生仅通过教师的示范难以清晰观察到动作的细节和发力点。此时教师可利用多媒体设备播放体操动作的分解视频，视频中通过慢动作、多角度拍摄等方式，清晰展示动作的每一个环节和身体各部位的发力情况；学生观看视频后，教师再进行示范和指导，让学生能够更准确地模仿和练习动作。在讲解“运动损伤预防”内容时，教师可利用VR技术创设模拟运动场景，让学生在虚拟场景中体验不同运动项目可能发生的损伤情况，如跑步时的脚踝扭伤、篮球运动中的膝盖碰撞等，并引导学生思考在虚拟场景中如何采取正确的预防措施避免损伤，让学生在沉浸式体验中深刻理解运动损伤预防的重要性和具体方法。此外，教师还可利用在线教学平台，分享体育锻炼视频、健康知识科普文章等资源，让学生在课后也能通过数字技术获取学习资料，拓展学习渠道。

2.4 结合生活实际构建生活化教学情景

体育与健康学科与学生的日常生活密切相关，许多教学内容都可以在生活中找到对应的场景。构建生活化的教学情景，能够让学生感受到体育与健康知识的实用性，将课堂学习与生活实践紧密结合，提升学生运用知识解决实际问题的能力。例如，在教授“体能训练”内容时，教师可结合学生日常生活中的活动场景，设计“家庭体能挑战”的教学情景，让学生了解在家庭环境中如何利用常见的物品（如椅子、楼梯等）进行体能训练，如利用椅子进行坐姿体前屈、利用楼梯进行台阶练习等；并让学生制定家庭体能训练计划，在课后按照计划进行练习，定期在课堂上分享自己的训练成果和感受，让学生在生活中养成坚持体育锻炼的习惯。在健康知识教学中，如讲解“视力保护”时，教师可结合学生日常学习和生活中常见的用眼场景，如长时间看书、使用电子产品等，创设“正确用眼

场景模拟”的教学情景，让学生模拟在不同用眼场景中如何采取正确的用眼姿势、控制用眼时间等，帮助学生将视力保护的知识转化为实际行动，养成良好的用眼习惯。

2.5 组织实践活动创设教学情景

实践活动是初中体育与健康教学的重要形式，通过组织多样化的实践活动创设教学情景，能够让学生在实践中提升技能、增强体质，同时培养团队协作、竞争意识等综合素养。教师可结合教学内容，设计体育竞赛、主题活动等实践场景，让学生在参与活动的过程中主动学习、积极探索。例如，在教授“跳绳”内容时，教师可组织“跳绳比赛”的实践活动，将学生分为若干小组，设置单人跳绳、双人跳绳、集体跳绳等不同项目，规定比赛时间和规则，让学生在比赛中展示自己的跳绳技巧，同时感受团队协作的重要性；比赛结束后，教师对学生的表现进行点评，总结不同跳绳项目的技巧和注意事项，帮助学生进一步提升跳绳水平。在开展“心理健康教育”主题教学时，教师可组织“情绪管理角色扮演”实践活动，设置不同的生活情景（如与同学发生矛盾、考试失利等），让学生扮演不同的角色，模拟处理情绪的过程；通过活动让学生学会识别自己和他人的情绪，掌握正确的情绪管理方法，提升心理健康水平。

2.6 融入文化元素创设教学情景

体育不仅是一种身体锻炼方式，还蕴含着丰富的文化内涵。在初中体育与健康教学中，融入体育文化元素创设教学情景，能够让学生在习得体育技能的同时，了解体育文化知识，提升文化素养。例如，在教授“武术”内容时，教师可先为学生介绍武术的历史渊源、不同流派的特点以及武术所蕴含的“武德”文化；然后播放武术表演视频，让学生感受武术的刚柔之美；随后在教学过程中，教师将“武德”教育融入动作教学中，要求学生在练习过程中尊重他人、遵守纪律，让学生在学习武术技能的同时，培养良好的道德品质。在教授“奥运会相关知识”时，教师可创设“模拟奥运会”的教学情景，在课堂上设置不同的奥运项目体验区，让学生了解奥运会的发展历程、比赛项目规则等知识，并通过体验奥运项目，感受奥林匹克精神，激发学生的爱国热情和体育精神。

3 结束语

总而言之，教学情景创设在初中体育与健康教学中具有重要的价值，能够有效激发学生的学习兴趣，提升学生对体育技能和健康知识的理解与运用能力，促进学生综合素养的发展。初中体育与健康教师应充分认识到教学情景创设的重要性，结合教学内容和学生特点，灵活运用课堂导入、问题设计、数字技术、生活实际、实践活动、文化元素等多种方式，创设丰富多样、贴合教学需求的教学情景。在创设过程中，教师需注重

情景的实用性、趣味性和启发性，确保情景能够真正服务于教 学生的身心健康发展和全面成长奠定坚实基础。
学目标的实现，不断提升初中体育与健康课堂的教学质量，为

参考文献:

- [1] 桂锦民.运用情景教学激活初中体育课堂的策略探究[J].贵州教育,2025,(08):91-93.
- [2] 张晓丹.互联网视域下情景教学法在初中体育教学中的应用[J].中国新通信,2023,25(23):236-238.