

新课程视角下，高中体育反思性教学的有效性策略

任启平

(青海省西宁市大通回族土族自治县第二完全中学 青海 西宁 810199)

【摘要】 体育与健康这门课程是学生在高中阶段的一门必修课程，在新课标的改革下，每位体育教师面前的首要问题就是如何上好体育与健康这门课程。高中阶段对于高中生来说是处于人生的关键时期，高考的巨大压力对于学生的生长发育有很大的影响，而在这一时期，体育教学对高中生的身体素质及运动能力的发展是非常重要的。体育教学对于高中生缓解繁重的学习压力和提升自身的身体机能都有很重要的意义，但是由于我国长期以来的“应试化教育”的影响，高中的体育教学大都是不受重视的。而在新课改的要求下，体育教师的反思性教学是不断对自身的教育教学活动进行及时的反思和总结，从反思中及时发现问题、解决问题，以更好地提升教师的教学技能，达到预期的教学目的。

【关键词】 高中体育；反思性教学；有效性

一、反思性教学在高中体育教学中运用的意义及作用

(一) 提高教学质量

在新课程的改革背景下，高中体育教学的重要性日益凸显，体育教学不仅仅是简单的运动教学，而是要高中生能够在课堂上实现自身运动素养、运动体能和意志力的锻炼。在明确了教育目标的前提下，高中体育教师相应地也要对体育教学的方式和教学策略做出改变。反思性教学在高中体育教学中的应用可以帮助高中体育教师对体育课的教学方案及内容进行更科学更合理的制定，从而帮助高中生在体育教学中获得更有意义的体育理论知识和体育技能，这对提高高中体育教学的课堂教学质量有很重要的意义。

(二) 提高体育教师自我教育的完善

高中阶段的学习对高中生来说是非常重要的，学习固然很重要，但是身体是革命的本钱，有了好的身体才能更好地投入到紧张的学习中去。为了帮助高中生减轻学习的压力和不断地增强自身的身体素质，高中的体育教学变得至关重要。高中的体育教学需要使用具有针对性的方式和手段，教师通过自我反思的方式在每节课后不断总结经验，从而制订出更完善的教学方案，以此来提高教师自身的教学能力。

(三) 提高教师自身体育理论修养

体育教师在高中体育教学中实行反思性教育是教师对自己教学的一种监督方式，传统的教学方式已经不能满足新课标的教学要求和目标，而高中体育教师在课堂教学中关注每个学生的课堂表现，以此来检测自己的体育教育理论修养，教师自身的体育教育理念和教学的实践方式需要和反思性教学相联系，结合教学实际不断发现和创新，从而加快教师自身素质的提高和体育理论的修养。

二、高中体育反思性教学在实际教学中的应用

(一) 采用教学录像辅助反思教学过程

反思教学法的有效应用必要时需要借助一些辅助工具。高中体育教师在体育教学过程中可以用录像的方法来记录教学的过程，课程结束后，教师在录像中回顾教学的内容，并反复观看、分析、研究，用录像的方法将教学情景再次展现出来用客观的角度来寻找、发现教学中出现的问题，然后及时地进行记录并找出解决和改进的办法，这是教学反思的一种很好方法。比如教师可以在课程设置中选定一

节课在教室内进行，采用多媒体的教学方式，在课前准备有关于体育运动的课件在课堂上为同学们播放，课件内容不但要有相应的体育知识，更要有__定的实用性。在下一节课时，教师可以从多媒体课件中选取一些有趣的比赛项目，让学生从体育比赛中感受到体育运动的精神，提高学生的学习兴趣和实践的兴趣。

(二) 从不同角度出发，做好反思性教学运用工作

教师应在高中体育教学课程的课前、课中和课后三个方面做好反思性教学的运用工作。就课前反思而言，教师要明确自己教

学的目标、课程的规划以及教学的内容，而课前有效的规划可以使教师更好地把握学习的重点，这样在很大程度上提高了教师课堂教学的效率，也避免了课堂教学资源的浪费，最大限度实现高中体育教育的实际教学目标。教学课堂中的教学反思是需要教师结合课堂课程学生的学习态度、反应能力以及学习的氛围来做好相关分析记录，结合反思教学方式，及时整改体育教学活动中的不足。课后反思就是教师在课后总结课堂课程结束有没有达到最初设定的教学效果，反思实际与理想状态的差距，分析其形成的原因，在不断的探索和学习中寻求解决方法。三个反思的方面并不是独立的而是需要紧密结合，这样才能有更好的效果。

(三) 注重对学生进行因材施教

教学方式是提高高中体育教学有效性的重要因素，因此，作为体育教师要格外注意教学方式的选择，要在充分了解学生、了解教材的基础上，选择科学合理的教学方式。而教学方式的选择不仅要为提高全体学生的体育素质服务，还要特别重视学生的个别差异，也就是说，要注重对学生进行因材施教。这是因为，学生是发展中的人，而在发展的过程中每一个学生的发展状况都不尽相同，因此，教师必须要保证每一个学生的体育学习质量都能得到提升，才能真正实现体育教学的有效性。所以，在实际的体育教学中，教师可以选择分层教学法，引导不同学习水平的学生为实现自己的教学目标而主动地进行体育学习，最大限度地调动学生的主观能动性。

(四) 实现多样化的教学评价。

在新课程改革的指导下，教学评价也应该是多样化的，因为只有这样，才能巩固对学生因材施教的结果，才能促使学生的个性化发展。在传统教学观念以及教学模式的影响下，教师往往是将学生智力方面的发展作为评价学生学习标准，这样难免不利于学生的全面发展。因此，多样化的教学评价就显得十分有必要，除了关注学生的智力发展，更应该关注学生在学习过程中的学习态度、学习方法以及学习情感等因素，这样才能全面合理、公平公正地评价学生的学习，树立学生的学习自信心，鼓励学生的个性发展，进而提高体育教学的有效性。

三、结束语

体育教学反思的最终目的是为了更好、全面地锻炼学生，教师在反思性教学中根据实际将教学中出现的问题良好的化解，在一定意义上也是一种教学的革新。灵活的教学革新的方式可以及时解决体育教学过程中的具体问题，也能够提高学生运动的热情和兴趣。

参考文献

- [1]王盈.如何在体育游戏中渗透核心素养[J].小学生(中旬刊),2017(9):22.
- [2]潘小红.“体育核心素养”下体育游戏的优化策略[J].学苑教育,2017(18):28-29.
- [3]王凯.探讨小学体育游戏教学对学生兴趣的影响分析[J].学周刊,2018(15):153.