

课程改革背景下的高中体育健康教学欠缺及对策分析

方 腾

(奉化高级中学 浙江 奉化 315500)

【摘要】 高中课程改革已经全面实行, 体育课作为锻炼学生身体, 培养学生运动精神的重要课程, 能够有效促进学生身心健康发展与进步。当前高中体育课程中, 健康教学已经成为课程教学重点内容, 但是在实际教学实践过程中, 还是存在一定的欠缺和不足之处。针对高中体育健康教学的欠缺问题, 本文根据当前教学现状进行重点分析, 结合高中学生的实际心理需求, 研究能够有效改善课程教学问题的有效决策策略, 期望能够有效提高学生的课堂活跃性, 促进学生健康全面发展。

【关键词】 课程改革; 高中体育健康; 教学欠缺; 教学策略

前言

高中阶段对于学生成长至关重要, 学生面临步入社会和选择高级进修的人生抉择, 学生的身体素质决定未来生活质量。一些教师和家长忽视学生身体健康问题, 导致学生出现身心发展不平衡, 身体素质差等问题, 严重阻碍学生进步与成长。面对学生的身体健康问题, 作为高中体育教师具有义不容辞的教学责任, 激发学生运动潜能, 提高学生身体综合素质, 有效改善教学问题的不足, 帮助学生成为全面发展型人才, 推动社会进步与发展。

1、课程改革背景下的高中体育健康教学欠缺现状

1.1 教学思想落后, 教学模式单一

素质教育已经成为当前体育教学思想, 但是体育教师在教学计划开展时, 素质教育的核心元素融入不合理, 学生体会不到健康教学的概念和实际内容。延续使用单一枯燥的体育教学内容, 打击学生的学习积极主动性, 形成学生错误的学习心态, 认为体育课就是单纯的体育锻炼和体能测试, 影响体育健康教学发展。

1.2 忽视健康教育, 缺少教学情节

健康教育不是简单的叮嘱学生注意身体健康和活动安全, 更需要注重学生的心理健康发展, 很多高中院校由于场地或者教学资源限制, 缺乏心理健康辅导专项教师, 体育教师专业素质不全面, 面对学生的心理健康问题无从下手, 一定程度上影响学生正常心理健康发展与进步。

1.3 师资力量薄弱, 忽视体育健康

体育课程在高中教学体系中所占份额较少, 很多学校都是多个班级或者年级共用1-2个体育教师, 教师教学压力大, 存在“顾不上”或者忽视学生体育健康的情况。加上高中课程紧凑, 很多教师有占用体育课程的意向, 造成体育课教师无法按照计划开展体育健康课程。

2、针对高中体育健康教学欠缺问题的应对教学策略

2.1 融入体育健康教学思想

传统教学理念中存在很对的不足, 新时期高中体育教师应当根据现有学生的实际情况进行教学理念改革, 帮助学生有效提高健康意识, 提高学生身体综合素质。高中体育教师可以在教学计划中融入素质教育和体育健康的教学理念, 观察学生的学习兴趣和身体素质进行专业教学培养。传统的高中体育课程都是项目训练和体育测试, 教师可以在此基础上征集学生的学习兴趣和改革教学模式。例如: 一些学生喜欢街舞等舞蹈内容, 教师可以适当融合舞蹈动作, 进行体操设计, 激发学生学习兴趣的同时, 提高学生课程参与度, 提高教学效率和质量, 改善学生对于高中体育课程的“刻板印象”, 铺垫体育健康教学理念。

2.2 创新优化教学方式和手段

教育模式的创新离不开与时俱进教学手段。新时期的高中体育课程, 教师可以学习先进教学方法或者教学理念, 在保证学生兴趣的同时, 进行教学手段的创新与优化。多媒体教学方式, 作为当前教学技术中前沿的技术手段, 体育教师应当积极利用起来。例如: 体操或者体育锻炼项目的教学, 教师利用多媒体课件播放相关视频, 帮助学生快速掌握动作要领, 奠定学生扎实的基础, 教师适当讲解动作要领, 帮助学生快速掌握课程知识。教师也可以将教学视频分享给同学, 方便学生课下进行复习和巩固,

有效提高教学效率, 培养学生自主学习意识。

2.3 增加课堂教学多元化

学生作为学习主体地位, 在高中体育课程教学过程中, 教师可以利用“翻转课堂”等新颖教学方法, 增加课堂教学多元性, 融合丰富的教学元素, 激发学生学习热情, 有效完成健康教学内容。例如: 开展班级趣味竞赛“体育竞技擂台赛”过程中。首先将学生分成不同的小组, 照顾身体素质不同水平的学生, 结合学生兴趣项目后者擅长项目进行队伍名称与口号的设计; 其次, 讲解基本竞争规则: “每个小组各自作为擂台挑战者和守护者, 分组进行挑战, 采取积分制, 积分最高一组获胜, 不限制体育项目, 擂台挑战者必须根据守擂方的体育项目进行竞争。”学生掌握基本竞争规则后, 给予学生充分的时间进行准备; 最后, 教师作为裁判, 推动趣味竞赛比赛的开展, 获胜一组给予丰厚的奖励。精彩的竞赛比赛激发学生的体育热情和体育竞争精神, 有效提高学生身体素质健康发展。

2.4 建设专业师资力量团队

专业的师资力量是学生学习的基础, 学校在招收体育教师时, 不仅要考虑教师的专业素质与技术水平, 更要考察教师的思想品德修养。针对学校体育教师, 定期开展技能培训等教学计划, 促进体育教师提高专业技术水平和专业素质, 开拓教师的教学阅历, 帮助教师学习外界优秀教学理念和教学方法, 提高学校体育教师水平。例如: 针对学生心理健康问题, 学校可以在体育课程中, 要求教师进行课程体系的构建与规划, 教学资源允许的学校可以专设心理咨询教室, 配备心理健康教师来帮助学生解决心理健康问题。

2.5 有效利用高中体育健康教学便利性

体育教师虽然不是专业知识教学工作者, 但是由于课程项目的独特性, 体育教师与学生能够有效进行沟通, 倾听学生的心声, 帮助学生第一时间寻找解决方法, 提高高中体育健康教学效率。将单一的体育课程进行全面构建, 将学生心理健康作为重点培育方向, 促进学生身心健康全面发展。例如: 传统的体育测试只包括体能测试项目, 新时期高中体育教师可以利用体育教学课程的便利性, 在体育测试中, 增加健康测试环节, 有效提高教师对于学生健康的关注度, 培养学生重视自身健康的心理习惯, 提高学生身体健康素质。

结束语

课程改革的背景下, 高中体育教师应当重视学生的心理发展变化, 在保证学生身体素质不断上升的同时, 引导学生心理健康成长, 有效改善体育课程的教学欠缺, 提升高中体育课程的教学质量与教学效率, 促进学生身心健康发展与进步, 推动高中教育体系全面进化与发展。

参考文献

- [1] 范莉莉, 陶士俭. 课程改革背景下的高中体育健康教学欠缺及对策[J]. 当代体育科技, 8(24): 143+145.
- [2] 王满红. 新课改下高中体育与健康课程教学中存在的问题与对策[J]. 考试周刊(2): 23-24.
- [3] 赵世举. 课程改革背景下的高中体育健康教学欠缺及对策[J]. 科技资讯, 2018(20).