

新课改背景下高中体育有效教学策略研究

唐朋添

江西省赣州市安远县第一中学

[摘要]要想使得素质教育逐步推行,教师就应该对高中体育教学引起重视,对教学方式展开创新,促使新课程改革的理念能够有效践行。因此,本文从“创设游戏情境,激发学生学习兴趣;制定明确目标,加强体育技能指导;鼓励自主运用,培养终身锻炼意识”三个方面入手,阐述了教师如何注重对教育教学改革进行推行,从而对传统陈规的教学进行突破,确保学生都能够得到更好的发展。

[关键词]新课改背景;高中体育;教学策略

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-627X.2020.03.844

随着时代的逐步发展,以往的教学观念早已被人们所摒弃,教师应该注重对新型且有效的课堂教学展开探讨。然而,以往的教师总是注重对课堂理论知识展开讲解,再或者学生会到操场当中呈现出放养的状态,这都是不负责任的现象,针对此,为了使得上述问题逐步得到改善,教师就应该注重对有效的课堂展开构建,并对教学理念展开更新,来对教学方案展开精心的设计,促使学生对于体育课程的学习热情重新得到唤起。

一、创设游戏情境,激发学生学习兴趣

游戏一直以来都深受各个阶段学生的喜爱,针对此,在展开体育教学的过程当中,教师将游戏引入到其中,这样能够使得学生的学习兴趣充分得到激发,促使学生能够积极主动地参与到开展游戏活动的过程当中,促使学生能够对更多的体育知识展开学习,以便于学生的身体健康逐步得到锻炼。通过游戏,能够使得学生乐观的心理状态得以保持下去,然而,处于高中阶段的学生,学生有着极为繁重的学业,这会使得学生长期处于烦躁抑郁的情绪当中,而游戏可以带给学生一身轻松,促使学生的心理素质逐步得到增强,使得学生的学习自信心得以建立^[1]。同时,通过对游戏展开有效的设计,学生便可以进行手脑结合,促使学生的思维能力更加活跃,促使学生的创新能力充分得以提升。

例如,在展开高中体育的教学当中,在教师的带领之下学生对“捕鱼”游戏进行了参与,教师首先将学生分为两组,一组是“鱼”,另一组是“捕鱼者”,捕鱼者共有5人,其余学生全为鱼,随后,教师对合理的区域展开划分,促使学生能够在规定的区域内完成整个游戏活动。一开始时,捕鱼者需进行手拉手,来对鱼展开追捕,鱼在被捕捉到后便会归为捕鱼者,随后,再次进行手拉手对鱼展开追捕,直到最后鱼都被捕完为止,这一游戏既能够使得学生的反应能力逐步得到锻炼,还能够帮助学生对一定的体育训练进行完成。

二、制定明确目标,加强体育技能指导

在展开每项学习之前,教师都应该为学生设立明确的目标,只有如此,学生的学习方向才会更加的明确。基于此,教师就应该根据教学大纲以及学生的学习兴趣,来对合适的教学设计展开制定,而体育这门课程与其他课程大不相同,教师若展开不当的教学设计,这会使得学生的身体受到极大损坏,基于此,教师就应该展开规范的教学设计,促使学生的个人安全都能够得到确保,以便于在对教学目标明确之下,促使体育锻炼能够得到高效地开展,随后,教师再对学生展开针对性的指

导,促使学生的体育技能能够逐步得到加强^[2]。

例如,在对“培养坚强的意志品质”这一部分内容进行教学时,教师就应该对与此相关的故事来作为开头,并将体育运动当中对坚强意识有所体现的故事向学生展开讲述,紧接着,再将本课的内容进行引出,随后,教师再将学生能够接触到的体育活动作为话题,来展开具体的教学。通过体育运动,能够使得学生的身体达到强健,促使学生的体育习惯能够逐步得到培养。例如,在对“长跑”这一部分内容展开教学的过程当中,教师根据学生当前的体质来看,能够跑完全程的人可谓是少之又少,此时,教师就邀请能够跑完全程的学生来对自己是如何坚持下来的展开相应的讲解,学生说:“长跑最重要的就是坚持。”这样,便能够使得学生的意识逐步得到提升。

三、鼓励自主运用,培养终身锻炼意识

在对高中体育展开教学的过程当中,教师应该注重培养学生终身锻炼意识,只有学生对终身意识进行具备,这样学生才会自觉地展开体育锻炼,促使学生良好的身体素质能够得以形成。在此,教师应该注重引导学生对坚持体育锻炼的重要性展开了解,促使学生能够每日展开体育运动,同时,还要对锻炼计划展开制定,促使学生能够对体育锻炼的重要性有更为深刻地感受。

例如,教师在对体育锻炼计划展开制定的过程当中,教师要根据学生的身体情况,诸如,那些体脂率较高的学生,教师可以要求学生每天展开晨跑、夜跑、卷腹,这样学生的体脂率便会逐步得到降低,而那些体脂率正常的学生,教师可以要求学生每天展开俯卧撑、单杠,来为自身增肌,而那些体脂率较低的学生,教师可以要求学生对高热量的食物展开食用,并展开针对性的锻炼,促使学生能够对各自的体育运动规划更加的清晰,促使学生的良好体育习惯能够逐步得到养成,进一步的使得学生能够拥有终身锻炼意识的形成。

总而言之,在对高中体育展开教学的过程当中,教师应该对新课改的理念进行践行,从而来为学生构建起高效的体育课堂,以便于学生能够拥有良好体育锻炼习惯的养成。

参考文献:

[1]王鑫.核心素养下高中体育有效教学的策略探究[J].新智慧,2019(26):53-54.

[2]李小军.探究提升高中体育教学有效性的策略[J].天天爱科学(教育前沿),2019(09):151-152.