

高中体育教学对学生核心素养培养的策略

邱云

江西省赣州市大余县新城中学

[摘要]教育部对高中教育课程标准进行了全面改革,重点培养中学生体育核心素养,提高其身心健康水平,决定将体育课堂打造成核心素养教学课堂。通过课堂体育锻炼,学习技能,锻炼肌肉,调节情绪,强化意志。在课堂教学中,学生失去了活力和热情,这对体育核心素养的培养和身心健康发展极为不利。高中体育教师亟待思考和解决的问题是,如何在体育教学中落实和培养学生的核心素养。

[关键词]核心素养; 培育; 高中体育课堂; 教学途径方法

【DOI】 10.12252/j.issn.2096-627X.2021.12.389

引言

核心素养是十八届三中全会以来党的教育方针的具体化,是串联高级中学教学理念、培养目标和教学实践的重要中间环节。核心素养需要在素质教育的各学习科目教学中开展,通过专业课程学习、问题探究、沟通交流进行素质培养。核心素养回答了关于教育“立什么德、树什么人”的根本问题,是引领高中各学科教学改革和培养模式的核心思想。核心素养需要教师与学生相互之间配合沟通,通过有效交流后形成的基础素质之一,能够帮助学生更加精准、快速、高效解决不同科目学习中遇到的复杂问题。围绕核心素养培育,高中体育教学工作应转变观念,找到现有教学模式存在的问题,构建以立德树人根本任务为出发点的体育课堂教学途径和方法体系。

一、高中体育核心素养的具体表现

(一) 体育情感和品格

在对高中生的体育教学进行核心素养评价时,可以从学生个人的情感和体育品格两个方面来进行具体的评价。这样既可以有效地展现在高中体育活动中学生所表现出来对体育的积极性和参与感,也可以有效地体现学生个人对体育活动的认知和接受程度。拥有良好体育品格的高中生具有高度的责任意识 and 较为健全的思想品格,对于我国当前高中体育教学课程的落实具有重要的推动意义。教师为了更好地推动整个体育教学核心素养的落实,以多元化的教学活动和手段来让学生积极地参与到体育教学活动中。

(二) 体育健康的认知能力

只有高中生真正地养成自主参与到体育锻炼中的个人意识,才能够真正让学生以终身的状态参与到体育活动中。所以这就对高中体育老师提出新的要求,不仅需要丰富体育教学课堂内的各种教学知识和教学技巧,还应该结合学生的不同发展特征和差异性来对其进行锻炼和阶段性巩固,并为学生清楚地讲解,不正确运动对身体所造成的损害。在此基础上,还应该根据学生对体育课程难度的接受程度,来为其制定教学内容的规划,有效地提升学生进行自主学习能力和相关意识的培养。

二、高中体育教学中存在的问题

(一) 教师及学生对体育认知不到位

在实际的高中体育教学中,部分教师由于忽视高中体育教学的重要性及实用价值,将更多的课堂时间用于传授学生理论知识,并将体育理论知识作为教学的重点,而体育课程主要的目的是让学生通过丰富的实践活动减轻日常学习的压力,为学生构建轻松、愉悦的课堂环境,从而提高其心理素质和身体素质以及社会适应能力。但是多数体育教师没有注重对体育教学的管理,在一定程度上影响了学生体育技能的提升,限制了体育教学的有效开展。同时,在高中体育教学中,不同教师教学时会存在差异化。部分教师会认为培养学生终身体育意识是学生通过日常锻炼所形成的,不需要再对其进行指导与教学,只需要在实际的教学中针对学生的运动情况提出合理的建议即可。在这种教学情况下,是无法实现培养学生终身体育意识的目的。

(二) 体育教学实践活动设计不合理

想要保障学生形成终身体育意识,需要经过长时间的教学实践,因此,教师需要从多个角度对体育教学活动进行合理的设计。但通过大量的调查探究发现在体育教学过程中存在一些问题,比如,学生在锻炼中缺乏自觉性,部分学生对体育学习存在消极的态度。这种情况下,学生的体育技能无法得到进一步提升。同时,部分高中对体育课程的时间安排、有关的基础性锻炼器械以及相应的活动项目等方面均没有明确的体现,导致教学目标不够清晰,缺少科学、合理的教学措施促进高中体育教学的稳定发展,进而导致体育教学逐渐成为一种简单化的娱乐活动。

(三) 教学评价不合理

体育教学评价能体现学生的个人身体素质和机能,让学生认识到体育锻炼对身体健康的重要意义。但是在体育教学活动中,许多教师对教学结果较为关注,把终结性评价作为评估学生表现的唯一标准,这样做是不科学、不合理的。这样的评价方法没有排除客观因素的影响,忽视了学生的个人基础和后天努力。

三、高中体育教学对学生核心素养培养的策略

(一) 构建结构化教学内容体系

指向核心素养培育的教学应尽量挖掘教学内容的深度,丰富教学内容的广度,提高教学内容的高度,构建结构化内容体系。即研究教材,了解学情;围绕核心,拓展延伸;合

理搭配,整体把握;由点及面,层层递进。使基于核心素养培育的高中体育课堂,走出“运动技术中心论”和“知识中心论”的桎梏,将动作技能的背景知识、实践知识技能融入教学过程之中,使学科知识与实践知识相互渗透、共同作用、知行合一。以体能模块为例,考虑到不良的身体姿态会对学生的动作表现、体质健康、运动能力、甚至心理健康等产生不好的影响,因此,可以将塑造良好体态作为一个单元进行教学,在理论方面,教会学生“常见的不良身体形态与姿势及形成原因”,“正确评估与筛查不良身体形态与姿势的方法”,“纠正不良身体形态与姿势的练习方式”以及“正确对待自己和他人的身体姿态和体能状况”。在实践方面,将纠正不良身体形态与姿势的策略与体能相结合设计教学内容,如用教师自编的韵律操代替传统的跑圈和徒手操。

(二) 创新和不断丰富授课模式

教学改革活动要想成功就必须调动学生的学习积极性,让他们有主动学习、自主学习的兴趣,这样才能有效提高课程参与度。教师在教学内容设计的基础上,要将新的教学模式和教学方法引入课堂教学,努力提高学生学习积极性。例如在讲解短跑技术动作时可以将高水平竞技比赛的视频作为课堂预习作业,让学生观察专业运动员的技术动作特点,在课上讲解时学生印象会更加深刻;利用信息化手段布置课下作业,要求学生录制完成体育锻炼或其他运动的视频并上传教学平台,此举在新冠疫情防控期间已成为体育课程教学的一种常见教学模式;在团队项目中鼓励学生全员参与,扮演运动员、裁判、教练、主持人等各个角色,让学生身临其境感受体育运动的运作模式,引导学生去探索和掌握更多的体育相关知识。

(三) 设计体育游戏活动,培养学生竞争意识

可以设计某些体育游戏活动,一方面能够有效地促进学生集中起来,互相协作,共同参与游戏,另一方面能够融合某项体育运动,促使学生逐渐掌握某项体育运动技能,这能够提升教学成果。例如,在课堂教学田径运动时,可以考虑设计“紧急演练”的起跑游戏教学活动,目的在于训练学生起跑姿势和起跑时的心理准备,需要均衡地对其进行运动分组,每组间需要保持1米左右的运动距离,设计50米的田径短跑运动距离,各选一组站在自己的一条跑道上,教师发出起跑指令,令每组即将开始参与田径短跑的每名学生都能做出自己相应的起跑姿势,如反向式或蹲踞式跳跃起跑、俯卧撑等,在喊出开始后,需要学生先按照要求做完姿势,才能爬起向前奔跑,再到达50米处的白线后返回,加入到队伍的最后一位,同时计算出每组的时间,用时最短的小组获胜;在教学羽毛球运动时,可以设计“进圈”的游戏活动,目的在于训练发球动作,需要分成两组,在羽毛球球网两半区域内画出一个圆圈,两组分别站在两个半场位置,每组拥有一个羽毛球拍和若干羽毛球,要求各组学生站好位,在喊出开始后,每组学生需要手持球拍,向对面发球,使羽毛球刚好掉

落在圆圈内,若成功进圈,获得一分,若未进不得分。通过体育游戏,激发学生的竞争意识,摆脱“佛系”理念,提高学生的综合素养。

(四) 适当拓展教学范围

高中体育课程的教学范围相对较广,而在具体教学期间,体育教师可通过安排有趣教学方法的方法来调动学生的学习积极性。例如:开展拔河比赛或竞赛游戏项目活动等,有针对性培养学生的合作意识及团队意识,进一步增强学生的机体素质,通过创设轻松的课堂教学氛围,使学生释放心理压力,进而有效调节学生的心理状态。与此同时,在条件允许的情况下,需适当拓展体育课程的教学内容,不只局限于简单的跳绳、跳远、跑步等运动项目,可向学生提供多元化的体育锻炼机会,例如:乒乓球、网球、游泳等,使学生接触多元化的运动项目及运动内容,达到从多方面增强学生身体素质的效果。

(五) 加强学生体育认知,激发学生参与活动的热情

为更好地提升高中生对体育教学的认知,体育教师需要合理地应用教材知识点组织活动,且要符合高中生的性格特点及成长规律,这对培养高中生终身体育意识具有重要的作用。在此过程中,教师需要在日常教学中不断向学生渗透关于体育学习的价值,这有利于加强学生对体育学习的认知,能够使学生在实践中逐渐形成正确的终身体育意识,激发学生对体育课程学习的积极性,促使学生形成自主学习的习惯。要加强高中生体育运动的意识,就需要提升学生对体育学习的主动性,使学生可以主动参加到活动中,培养学生热爱运动的思想,使其能够认知到体育运动的实用价值,如获得成功后的喜悦心情,了解体育运动的意义。适当的体育活动可以使学生在沉重课业负担中得到缓解,这就需要教师做好学生体育运动的引导工作,让学生在实践中实现身体素质的锻炼,在体育课堂中发挥体育特长,将体育运动逐渐转化为一种自主锻炼的良好习惯。

结束语

综上所述,培养学生的核心素养必须要在日常教学实践中,积极主动地为学生创造教学条件,灵活使用生活中的资源开展教学,使学生对体育学习充满兴趣,让学生可以学习到更多的体育知识,并且通过亲自观察和实践养成健康行为,塑造良好的体育品格,进而培养高中生良好的体育核心素养,为终身体育锻炼奠定基础,促进学生能够更加全面地成长。

参考文献

- [1] 赵天柱. 关于高中体育教学中培养学生的核心素养的思考[J]. 智力, 2020(24): 24-25.
- [2] 杨志冬. 高中体育教学如何培养学生的核心素养[J]. 启迪与智慧(中), 2020(8): 54.
- [3] 张佩霞. 高中体育教学对学生核心素养培养的策略探索[J]. 新课程, 2020(11): 65.