

# 高中体育教学手段现代化的意义及方法分析

何志虎

湖北省咸宁市通城县第二高级中学

**[摘要]**现如今,素质教育已深入到各大高校中,并且素质教育对所有科目都提出相应的教学改革要求,尤其是体育科目,素质教育的要求更为明显,这主要是因为我国现在所需求的是全面人才,要德智体美全面发展,因此,体育教师需要进行改革,并且要能结合现代科学手段,推进体育课程的发展。为了体育课程能有效地结合现代化教学手段,本文将对高中体育教学手段现代化的意义及方法进行分析。

**[关键词]**高中; 体育; 现代化教学手段

**[DOI]** 10.12252/j.issn.2096-627X.2021.12.2336

根据我国当前高中体育教学效率可知,传统的教学方式已无法满足学生的真实需求,高中体育教学质量急需提升。因此,对于现代化教学手段的运用,体育教师不容忽视,教师要能充分运用现代化教学手段,让体育课程更加丰富多彩,让学生从理论走进实践,锻炼学生的身心素质,这才符合素质教育提出的教学要求。

## 一、关于高中体育教学手段现代化的意义的分析

高中学生所学的科目较多,在学习过程中会随之增加压力,因此,各科教师应该转变以往的教学方法,灵活教学,让学生在学的过程中也可以感受到学习的意义。而高中体育教师则更应该转变以往的教学方式,这主要是因为学生在参与体育活动时,学生可以通过户外训练锻炼自己的身体素质,并且在体育活动中释放多余的学习压力,从而让自己可以通过短暂的运动中缓解心理压力。也正因为上述因素,体育教师应该对现代化教学手段展开深入的研究,要根据学生的真实情况,为其制定趣味教学方案,在课堂教学中,将枯燥的体育理论知识趣味化,比如,在为学生示范体育运动详细运动时,教师可以将运动步骤制作成动画,为学生展示,此种示范方法与以往的示范方法存在较多的不同之处,此种示范方法趣味,教师可以借助趣味的动画吸引学生,激发学生的兴趣,并且学生在动画示范的氛围中会注意每一个动作细节,与此同时,学生也可以反复观看,对于不理解的动作,教师可以重复为其播放,这也可以看出现代化教学的意义所在,即便在上理论课时学生也不会感到枯燥乏味,当教师在组织学生进行运动时,学生则可以更加熟练动作<sup>[1]</sup>。

## 二、关于高中体育教学运用现代化教学手段提出的方法

### (一) 运用现代化教学手段培养学生的好奇心

对于学生而言传统的教学方式较为单一,而现代化教学手段既贴近学生的真实生活,并且也可以让学生在学学时更加直观形象的了解所要掌握的知识,这样学生对体育的学习则会产生浓厚的兴趣,在现代化教学的吸引下,学生则会产生爱学的心理。进而,体育教师应运用现代化教学手段为学生展示丰富多彩的多媒体教学知识,让教学内容从静态变为动态,这样学生才会快乐地进入课堂中。比如,教师在展开背越式跳高教学时,为了让学生熟记动作,记住跳跃过程,教师可以借助网络查找相关跳高运动员的视频,在课堂上为学生展示,这时学生在看到视频后,其心理则会发生变化,不仅会产生崇拜心理,也会更加关注每一个动作细节,从而对背越式跳高产生学习心理,进而积极主动的参与教学活动<sup>[2]</sup>。

### (二) 有助于增强学生的理解能力

传统教学方式只局限于书本,教师通过语言为学生讲解,但此种教学效果并不是十分的明显,这主要是因为部分知识较为难以理解,教师无法准确地示范,这样则严重阻碍学生的学习,并且以往的体育示范,教师示范次数有限,从而导致学生一节课很难学习到相关的知识<sup>[3]</sup>。但是现代化教学手段的运用则有助于教师帮助学生提升对体育运动的理理解能力,现代化教学手段可以让学生反复细致的观察体育动作,并发现自身在训练时出现错误,从而及时改正。举个简单的教学案例,教师在组

织学生训练体操的过程中,教师需要让学生掌握体操技巧,其中较为难理解则是前滚翻的技术,对于这一体操技术,以往教师很难为学生清楚并且全面的展示,即便教师在示范的过程中为学生分解动作,也无法确保所有学生都能认真观察,这样不仅会延迟教学时间,也会影响教学质量。但是当通过多媒体为学生示范具体的分解动作时,教师可以让学生对每一步都进行观察或者教师将图片播放给学生,并指定声音提示学生完成此动作,这样学生在图片音频的引导下,再进行体操技巧的训练,则可以更好地理解体操技巧中的难点,在教师的帮助下完成体操训练。

### (三) 充分发挥学生的主体性

学生是学习的主体,教师在引导学生学习时,如果学生无法真正参与到课堂中,教师的讲解则会毫无价值和意义,因此,为了让学生充分参与到课堂中,教师应该借助现代化教学手段,让学生展示自己的主体性。比如,教师可以为学生布置教学任务,在布置任务的过程中为学生播放轻松的音乐,让学生随着音乐、思考教师提出的问题,这样学生的学习压力则会下降,这样也会锻炼学生的思维能力,增强学生对知识点的理解,当学生在自己思考的情况下完成教学任务,学生的自豪感则会形成,并且会更加自信,教师再结合学生的真正学习的情况,增强教学任务的难度,久而久之,学生则会在轻松的学习氛围中,自主学习,并在日常生活中也会加强锻炼。现代化教学手段的运用会让学生感受到体育课程的意义,也有助于教师优化课堂教学质量,学生主体性的发挥,高中体育教师要加强重视,为学生制定良好的学习方法,这样体育课程才会起到实际的开课价值。例如:广播体操的教学,教师则可以让学生根据视频自主训练,对于学生而言,广播体操是经常接触的运动,教师可以适当地进行指导,但不要完全的干涉学生,要让学生从视频发现自己的不足之中,这样学生才会积极的改正,否则,在教师的压力教学下,学生则会出现逆反心理,从而影响广播体操的教学质量,之后教师再组织学生参与比赛,当学生参与比赛后,教师再对学生进行指点,这样学生在发现自己的不足之处才会虚心学习,此种自学方法也会学生养成良好的训练习惯。

## 结束语

总而言之,现代化教学手段在教育工作中起着较为有价值的作用,高中体育教师应该积极主动的研究现代化教学手段,创新教学方式,为学生提供优质的体育教学方法,这样教师不仅可以提升学生参与体育教学活动的积极性,并且也能让学生感受到学习体育运动意义,当学生全面参与后,学生的身心素质才能提升,我国高中体育教学质量也会得到改善。

## 参考文献:

- [1]李闯,构建高中体育与健康课堂教学多元性评价体系的理论研究[J].2019,(56):34-90.
- [2]周文,关于高中体育高效课堂构建的分析[J].2018,(67):23-78.
- [3]贾兵,对高中体育教学改革提出的几点思考[J].2017,(67):23-78.