

新时代下中学体育教育现状及对策研究

张晨阳

北京师范大学广州实验学校

摘要：新时代提出中学体育教育创新的要求，明确素质教育改革实施的具体方案。但是在落实创新实践的过程中，体育课程仍然存在教学方法滞后、教学定位不清、师生重视程度不足的现实问题。对此，需要落实思想性的教育措施，增加师生的重视程度和参与程度。并利用创新教学手段，结合学生个性化的特点，开展体育教学实践，深化体育教育效果，从而达成体育创新改造的目的。

关键词：新时代；中学体育；体育教学

【DOI】10.12252/j.issn.2096-627X.2023.01.163

引言

近年来，我国落实新课程改革工作，使学校增加对体育课程的重视，体育教育工作多重育人功能逐步凸显出来。但是，在参与改革实践的过程中，教师和学生思想观念转变速度过慢，体育课程实施的创新性和规范性不足，教学方法也存在滞后的特点，造成体育课程改革难以获得预期的效果。在这种情况下，需要具体明确中学体育教育事实的情况，了解教学中的缺失，通过创新的改造，更好地发挥体育上的多重功能。

一、新时代下中学体育教育现状

（一）体育课程定位不清，学生参与体育运动的程度不高

新时代背景下，“五育并举”理念的提出，使各大学校开始关注体育育人的价值，并提升体育课程在课程体系中的地位。但是，受到传统育人理念的影响，体育改革产生的效果不佳，体育教学仍然存在教学目标模糊、定位不清的问题。首先，在体育课程价值的认知程度上，体育教师对改革的要求了解不深入，造成学生对体育课程的重视程度不足。很多教师仍然以强化学生的体能素养，提升学生的关键能力为目标，将体育课程成绩作为检验学生的唯一标准。对学生参与学习体育活动的态度、情感、积极性关注不够，造成体育课仍然难以发挥其育人层面的效用。特别是在有限的课程时间内，体育活动设计不足，体育活动流于形式，无法吸引学生的积极参与。而中学生普遍承担着较大的升学和考试压力，他们没有认识到体育课程在锻炼身体之外，更多的教育价值，学生自主参与体育的积极性难以塑造，造成体育课程中存在的问题不断显现。其次，在教学目标的定位上，很多学校体育改革创新的目标，简单的定位为提升学生体育参与度，忽视对学生终身运动意识、体育心理、运动技能的培养，造成体育教学仍然存在着较重的片面性，呈现出改革创新有效性不足的现实情况。

（二）体育教学活动创新性不足，教学模式固化

中学体育面对的教学对象是成长新时期的青年学生，他们处在优渥的生活环境中，养成“饭来张口、衣来伸手”的不良习惯，并以自我为中心，不能主动地展开与学生的合作，出现个性化的发展特征。而这种共性问题体现在体育课堂中，学生有着独立意识，但自我管理能力薄弱，容易在面对竞争和问题时，出现负面的情绪和心理，增加体育课程实施的难度。而结合学生的性格特点、学习需求、情感态度，对体育课程内容和方法进行创新性的调整，是强化知识传输和技能训练效果的必要举措。在体育理论课堂中，需要将教学的关键点转移到学生接受层面，使学生更好的理解全新的健康理念。而在实践活动中，需要教师展开创新性的设计，吸引学生的积极参与，使学生在良性竞争、合作的活动中，更好地激发自身的潜能，锻炼自身的身体素养。针对体育理论与实践课程上的创新要求，中学体育教师能够展开创新设计，但是由于缺少改革经验，体育教师与学生的接触过少，对学生的了解不深入，造成体育教学工作仍然存在较多的不足。在理论课堂中，教师教材内容为主要参考，利用知识传授和展示的方式，引导学生自主的理解。缺少对全新教学资源的系统化设计，使理论教学的创新性不足，学生难以理解健康理念，自身的健康和运动意识发展缓慢。而在实践活动中，面对学生体能、运动技能上的差异，教师落实的教学活动，难以保障全体学生的积极参与。中学生情绪变动较大，增加教学管理的难度，难以保障创新教学方案取得更好地实施效果。而学生参与程度不足，教学改革创新难度持续加大，容易打击教师的创新积极性，造成体育课程仍然陷入到动作示范、自由活动的层面，难以实现全面的革新。

（三）教学实践薄弱，运动设施使用不充分

现阶段，素质教育改革深入，使很多学校认识到体

育改革的重要性，加大对体育课程改革的关注度。但是，学校在体育课程中的投入较少，很多学校的体育器材、教学设施、教学设备老旧，得不到及时的修理和更新，造成体育教学改革受到资源基础设施建设上的限制，难以为学生参与体育活动创造良好的环境。首先，体育课程设置不合理。素质教育改革下，体育课程在内容、考试形式、评级方法等方面做出改变，但是仍然没有打破传统应试教学模式，体育课程课时安排较少。部分学校体育课程更是需要为语文、数学等学科让步，造成较少的课时时间，难以长久可持续的培养学生的运动素养，学生的体育一时难以生成。而体育课程开展的形式以基础课为主，不能针对学生个性化的需求，设置多样化的选修课程，造成学生被动的参与体育锻炼，自身体育技能的发展不够全面。其次，教学资源难以满足现实需求。学校在体育课程建设中的资金投入不足，使课堂中使用的器械老化，体育场地设施不完善，对部分体育活动的落实带来一定的限制。例如，中学体育开展的时间活动以及球类运动为主，而篮球、排球、羽毛球等运动场地较少，造成学生参与程度不够，体育实践育人的作用难以全面发展。

二、新时代下中学体育教育创新对策

（一）借助思想性教育措施，端正学生学习态度

由于体育教育对于学生的身体素质要求相对较高，注重引导学生通过体育教育达到强身健体的效果。但由于受应试教育所影响，无论是家长、学校、社会还是学生，都未给予体育学科足够的重视，同时受到体育教育动作难度相对较大，对体力的要求较高，需要学生保持足够的体力参与到体育技能学习当中。久而久之，一些体能相对较差的学生，便会逐渐失去学习热情，认为体育运动太累，经常会出现精神涣散、行动迟缓、难以负荷等问题，在一定程度上影响着学生的学习积极性，难以树立良好的学习态度。这一问题的存在，在一定程度上影响着中学体育教学质量和效率，无法真正达到预期教育目标。基于此，为进一步改进这一问题，必须要重视加强思想上的教育力度，通过端正学生学习态度，让其正确认识体育教育的重要性，来充分调动，请学生学习上课的热情。使之在学习过程中，即便面对体能负荷强、难度系数大的技能学习，也能不畏困难、不畏艰险、积极参与，从而促使体育教学过程更加顺利，提高教育效率。首先，为有效避免学生迟到、早退、注意力不集中等问题，必须要重视加强学生管理，在学生管理中融入思想政治教育，多为学生讲解、普及中国一些非

常优秀的体育健将、名人事迹，为学生播放一些我国体育竞技赛中的一些经典名场面。让学生在名人效应带动下，形成良好的自豪感与自信心。其次，建立课堂打分与奖惩制度，对于课堂中表现较差的学生进行一对一个别谈话，以柔性、平等的对话方式，了解学生思想状况和具体原因，根据实际情况，做好心理疏导、思想教育，及时调整教学内容与方法。对于表现良好的学生，给予实质性奖励和夸奖，以形成争先创优的良好学习氛围。再次，重视加强对学生时间意识的管理力度，帮助其养成良好的学习习惯，形成终身体育意识打下良好基础。在具体实践中，教师需要做到以身作则，不迟到、不早退，发挥自身模范带动作用，帮助学生在潜移默化中养成良好的锻炼习惯。然后，利用课前准备时间培养学生集合、报数、热身的良好习惯，让学生提前做好准备工作，如上课前1分钟集合队伍；正式上课时利用5~10分钟的时间组织学生热身活动；课后要求学生将教学器材放回原位，培养学生规范意识与实践意识。最后，还可通过建立相应的中学体育教育管理制度，每月奖励一次在体育学习上进步空间最大的学生，并将此名学生作为优秀学习榜样，督促其他学生向他学习、不断进步，形成优质的体育学习氛围。

（二）运用多元化教育手段，创新体育教育模式

采用多元化的教育手段，创新中学体育教育模式，不仅有利于更好地应对新时代提出的教育改革要求，增强体育教育前瞻性、时效性，还可保证体育教育模式，更加符合中学阶段学生的个性特点、兴趣爱好、认知水平与学习能力，满足学生个性化、多样化学习需求。促使学生在多样化、趣味性的体育课堂中，形成良好学习热情、兴趣与积极性，推动学生主动参与课堂，实现深度学习。一方面，积极把握互联网+教育改革发展机遇，在体育教育中引进信息化教育模式，充分利用交互白板、翻转课堂、微课、在线教育、线上线下混合教学模式等多种教学手段，搭建信息化体育教学课堂。利用各种信息化教育模式，将学生难以理解、难以真正读懂的体育理论知识，以更加直观、可视化的视频、音频+动画的教学课件形式，降低学习难度，强化学生对体育理论知识的理解、认识和掌握。比如，在讲解体育名人事迹时，单纯的凭藉口述表达形式，是很难增强学生认同感和情感共鸣的，所以，可通过播放一些体育名人在奥运会比赛中的精彩画面，以及一些体育健儿的训练画面。让学生感受这些体育名人与健儿的优秀品质精神，形成不畏困难、不怕失败、勇于拼搏、艰苦奋斗、

坚韧不拔的意志品质。另一方面,适当采用游戏教学法和径赛教学法,以团队协作的教学方式,激发学生体育热情,增强学生体育竞争与合作意识。比如,将学生科学分为3~5人为一学习小组,开展以“竞争与合作”为主题的趣味竞赛活动,选择一些安全系数高、便于操作,且有利于增强学生团队合作意识的竞赛项目,如“体育对抗赛、拔河”等。在活动开展前提前奖金竞赛规则,要求每位学生都必须遵守规则参与竞赛活动,违反规则者整个小组判为失败,以此来培养学生规则意识、团队意识。让学生感受遵守规则、团队协作的真正意义,在团队合作中亲身体会体育的独特魅力。

(三) 基于学生个性化特点,开展互动教育实践

为更好地增强学生参与中学体育教育的积极性和主动性,充分调动学生学习欲望和兴趣,应针对学生个性特点、兴趣偏好,组织开展互动教育实践教学,增强师生、生生间的交流、互动,营造轻松、愉悦的学习氛围。使学生在良好的体育课堂中逐渐产生浓厚的学习兴趣与热情,为学生提供更为广泛的实践活动空间。一是引入互动教育策略,根据体育教育内容,布置互动式的小组体育作业,引导学生与组内成员相互配合、积极交流、互动学习,共同完成体育作业。使之在体育合作与互动交流中逐渐形成良好的体育核心素养。二是合理利用体育器材,设置多样化的互动式体育运动项目,让学生自主选择,开展多人互动排球、篮球、丢沙包、跳绳等多种运动项目。充分体现学生课堂主体地位,满足学生兴趣需求的同时,保证体育教育高效化开展。

(四) 建立综合性评价体系,深化体育教学效果

为更好地检验中学体育教育效果,反馈体育教学模式,运用科学性、有效性,应重视建立综合性的教育评价体系,科学检验学生学习效果,反馈教师教学模式,应用科学性、有效性,为改进体育教育,增强教学质量提供重要支持。一方面,针对学生学习评价,应重视加强过程性评价,对学生在体育课堂中的整体表现,包括小组合作能力、团队意识、课堂表现、课堂参与度、学习积极性、创新创造能力等多方面给予综合评价。采取集体展示、小组展示、个人展示、学生自评、教师评价、小组互评、生生互评等方式,对学生学习过程给予综合、全面、客观评价。帮助学生检验学习效果,回顾学习内容,总结反思找出问题的同时,为下阶段学习提出新的学习目标,切实深化学生学习效果。另一方面,针对体育教师评价,可鼓励学生教师所采用的体育教育模式、教学理念、教学方案和安排做出总体客观评

价,提出自己的想法和建议,告知教师自己的真正所需,为教师改进课堂教学模式提供重要参考。

结语

总而言之,新时代背景下,素质教育改革对体育教育提出创新改革的要求,并将体育与智育放置到相同重要的位置上,增加学校和师生的重视程度。但是,在落实改革创新计划的过程中,很多体育教师缺少改革经验,面对学生差异化的需求,难以对教学方案进行调整,造成体育课程仍然陷入到传统的模式当中,创新性和有效性难以提升。对此,需要加强体育教师对改革重要性的认知,落实思想性的教育,端正学生参与体育学习的态度。并结合学生个性化的特点,利用多元化的教学手段,与学生开展互动沟通,保障体育实践育人获得预期的成效。与此同时,建立综合性的评价体系,获取更为准确的教学反馈,从而不断地调整体育课程实施的办法,使体育改革处在动态化的状态下,适应新的需求变化,获取更高质量的创新改革成效。

参考文献

- [1]周龙,陈桂岑,吴宾,张曙林.新时代学校体育工作改革视域下大学与中学体育教学衔接评价体系构建研究[J].天津体育学院学报,2021,36(06):658-665.
- [2]周栋.教育双减背景下中学体育游戏教学方法的创新与思考研究[A].中国智慧工程研究会.2022教育教学与管理——基础教育论坛论文集[C].中国智慧工程研究会:中国智慧工程研究会,2022:334-336.
- [3]王菁.广东省高校体育教育专业本科课程设置的改革研究——以中学体育师资需求为导向的经验研究[J].广州体育学院学报,2020,40(04):106-111.
- [4]金银哲,李柏.基于学校体育和生活体育关系的中学体育课教育课程运营方案探究[J].鞍山师范学院学报,2019,21(02):65-70.
- [5]田玉.基于河南省高校体育教育专业田径课程改革与中学田径类课程改革对接研究[J].科技资讯,2017,15(09):191-193.
- [6]陶扬帆,李菁.基于中学体育教学需要背景下的高校体育专业学生培养模式的研究[J].青少年体育,2015,(05):80-82.

作者简介:张晨阳(1997.10.30),男,汉,福建省三明市,本科,中学二级体育教师,研究方向:中学体育。