

新课程体系下中学体育教学的创新路径研究

齐冠军

河北省秦皇岛市昌黎县第三中学

摘要：新课程理念的提出为中学体育教育带来了新的思考和发展机遇，强调了多元化教育、个体差异和综合素质的培养。本研究将深入探讨这一领域，分析新课程理念对中学体育教学的影响，旨在为教育界和决策者提供有益的启示，以推动中学体育教育的不断进步和发展。在本文中，我们将探讨新课程理念的核心理念，以及如何将其应用于中学体育教学中，从而更好地满足学生的需求和培养未来社会所需的综合素质人才。

关键词：新课程体系；中学体育；创新策略

【DOI】10.12252/j.issn.2096-627X.2023.06.165

一、新课程体系下中学体育教学创新的内涵与目标

在新课程体系下，中学体育教学的创新旨在推动体育教育向更加全面、多元和现代化的方向发展。创新的内涵包括这几个方面：首先是理念创新。从传统教学中以技能传授为主的教学观念，向侧重于学生全面发展、培养终身体育兴趣和提升体育素养方向转变。其次是方法创新。运用现代科技手段，如数字化教学、在线课程等，提升教学效率，使教学更加个性化、差异化。再次是内容的创新。根据学生的需求和兴趣，开发新的体育课程，如户外运动、电竞运动等，丰富体育教学内容。最后是评价创新。评价创新改变了单一的体能测试评价方式，采用多元评价，包括学生的参与度、技能提升、体育精神等多方面。创新的目标，主要在提高学生的终身体育兴趣与体育参与度方面，能在教学中为学生建立起良好的体育习惯，且以增强学生体质为目标进行技能水平的提升；通过体育活动培养学生的团队协作、沟通交流等社会能力；塑造学生积极向上、不屈不挠的体育精神，提升心理素质；为国家培养和输送更多的体育人才，推动体育事业的发展。以上就是新课程体系下中学体育教学创新的内涵与目标，通过创新，我们期望能实现体育教学的全面提升，为学生体育素养的全面发展奠定坚实的基础。

二、新课程改革对中学体育课教学提出的新要求

（一）以人为本，促进学生全面发展

教学应以学生为中心，尊重他们的主体地位，关注个体差异，因材施教，激发学生学习兴趣。引导学生参与体育活动，通过合作、竞争等方式培养团队协作精神，提高学生自信心和自主学习能力。

（二）重视实践，培养学生的体育技能和健康素养

注重体育技能的系统训练，提供多样性的运动项目，帮助学生掌握基本的体育运动技能，促进身体协调发展。强调生活方式与身体健康的关系，通过体育活动促进学生身心健康，培养健康的生活习惯和良好的身体素质。

三、新课程理念下中学体育教学遵循的原则

（一）优化教学内容

在中学体育教学中，采用传统的教学方式已经开始显现出一些不足之处，而多样化的教学方式则是一种对传统的教学方式的优化与创新，学校需要不断地根据学生的能力和需要来优化自己的教学内容，将传统的以田径、三大球、体操等为主的教学内容进行改革。开始重视对学生运动兴趣的培养，发掘他们的运动潜能，培养他们在学习与比赛中的“竞合”的意识与能力。而新课程理念强调知识的多元性和跨学科性，中学体育教学应该超越传统的体能训练，融入更多元的课程内容，包括健康教育、团队协作、体育文化等，使学生全面发展。此外，不同学生在体育方面具有不同的兴趣和潜能，教学内容应更注重发现和尊重学生个体差异，因材施教，激发每个学生的学习兴趣。

（二）转变教师角色

传统教学中教师的主导性作用往往过于明显，并且以灌输式的教学模式向学生传授知识，忽略了学生的主体地位，让学生的学习兴趣大大降低。新课程理念强调学生的主体地位，中学体育教学需要教师由传统的知识灌输者转变为学生学习的引导者，激发学生自主学习的能力。教师应该通过激发学生对体育学科的兴趣，使他们愿意自主深入学习，这可以通过引入富有趣味性和挑战性的体育活动、案例分析等方式来实现。此外，通过

关注学生情感体验，教师不仅可以提升学生对体育学科的兴趣，还有助于促进学生的全面发展，包括身体、心理和社交层面。这种关注不仅有助于学生在学科上的成就，也对他们未来的终身发展具有积极的影响。

四、当前中学体育教学面临的困境

在中学体育教学中，学生对教师设计的体育课程以及体育课程的教学模式缺乏较高的认可度是当前体育教师面临的最大困境，学生存在兴趣不足、参与积极性不高等问题。从中学体育课程内容设置的角度分析，受应试教育理念的影响，多数教师以帮助学生在中考体育考试中获得加分为训练目标，以中考体育考试涉及的科目为主。由于中学生的思维逻辑还处在初级构建阶段，感性认识占主导地位，中学生虽然对体育学科普遍存在学习兴趣，但当课堂教学内容与学生的期望存在较大幅度的差距时，学生难免会出现抵触情绪，进而影响学生的参与积极性，达不到体育教学的应有效果。中学生对新知识以及新事物普遍有着较强的接受能力，加之这一年龄段的学生大多活泼好动，对流行的体育运动项目有着较为浓厚的兴趣。但是，现阶段的中学学校普遍对体育教学缺乏足够的重视，学校的体育器材、设施多年没有更换，大多残破不堪，无法调动学生的使用积极性。再加上部分教师在组织体育活动的过程中，选择的教學手段以及教学模式也存在过于单一、陈旧、乏味，依然选取传统的教学理念开展体育课堂，教学中往往忽视对学生体育理论知识的渗透，理论知识方面的教学普遍浮于表面，不能让学生形成深刻记忆，体育教师无法达成目标。

五、新课程理念下中学体育教学提升途径

(一) 转变以教师为主体的课堂角色定位，落实学生主体地位

受传统教育理念的影响，学生在体育课程中一直处在从属的地位，为了以更加有效的方式激发学生的学习兴趣，让学生成为课堂上的主人翁，教师应该更加注重培养学生的主观能动性，并且加强与学生之间的沟通，以便更好地满足学生的实际需求，从而提升体育教育的质量。学生们应该拥有更多的机会来参与到体育锻炼的活动中来，并且培养出良好的终身体育意识。比如，在乒乓球课堂上，老师可以通过讲解基本的理论知识，让学生们掌握技术，并且结合实际操练，让他们的技术得

到有效的提高，从而达到更好的训练效果。尽管学生在体育课堂上扮演着重要的角色，但他们的地位仍然有限，因此，教师和学生的角色定位必须根据实际情况进行调整，以确保他们能够充分发挥自己的潜力，为提高体育课堂的质量做出贡献。

(二) 紧跟时代步伐，重设教学目标

新时代对人才的需求强调创新能力。在中学体育教学中，教育者应该设定目标，通过体育活动培养学生的创新思维和解决问题的能力。例如，引导学生设计新颖的运动项目、制定改进训练计划，激发他们的创造力和创新潜力。学生综合素质发展不仅包括个体能力的提升，还需关注社交技能。体育教学可以成为学生培养团队协作、沟通表达、领导协调等社交技能的重要平台，通过团队体育活动，学生能够更好地适应社会需要，形成更强大的社交网络。此外，体育教学目标的重设应该强调培养学生的领导力。通过设立学生领导小组、组织运动赛事、指导队友等方式，激发学生的领导潜能，使其具备在不同场合中发挥领导作用的能力。新时代强调人的全面发展，包括情感智慧的培养。在体育教学中，设定目标要关注学生的情感体验和情感表达，在参与体育活动的过程中，学生能够培养情感智慧，学会处理情绪，增进人际关系。同时，引导学生积极参与社会实践，特别是通过体育项目参与社区服务和义工活动，培养学生的公民意识和社会责任感。这有助于他们更好地融入社会，成为具有社会责任感的公民。综合而言，新时代中学体育教学目标的重设不仅要关注学生的运动技能提高，更要将焦点放在全面素质的培养上，涵盖了团队协作、创新能力、领导力、情感智慧等多个方面。这样的教学目标更符合社会需求，有助于培养适应未来社会的多才多艺的人才。

(三) 合理运用体育游戏，实现趣味课堂导入

首先，教师可以在平时的教学中观察学生，发现大部分中学生都对篮球、乒乓球、羽毛球等项目比较感兴趣，他们并不喜欢跑步、仰卧起坐、引体向上等较为枯燥乏味的项目。基于此，教师便可以确定体育游戏设计方向，以学生互动为主设计游戏。其次，在具体设计游戏过程中，教师要充分考虑课堂导入环节的特点。课堂导入指的是利用游戏引导学生对课堂所教内容产生兴趣。所以，该环节内容不宜过于复杂，要在有限的时间

内突出教学重点,吸引学生注意力。为此,教师可以将问题与游戏融合,引导学生。无论男生、女生都对篮球有一定的了解,教师便可以在对篮球项目教学时,合理设计问题。如“运球时应该注意什么?”“赛场上有几种得分方式?”“你都知道哪些违规行为?”这些问题会引发学生间的讨论,此时教师随机选择几名学生,组织他们进行障碍运球游戏,并在指定地点投球,在实践中展现问题答案。即便如此,也会留下一些疑问。此时,教师便可以结合疑问引出即将要讲的内容,学生也会积极配合,投入到课堂中。最后,教师要在教学结束后收集学生的意见,了解他们对体育游戏及课堂导入环节的看法,结合学生反馈的信息进行反思,发现其中的优点和不足,不断创新,更高效地发挥体育游戏的价值,提高体育课堂的教学质量。

(四)坚持因材施教,充分关注学生的差异性和个性化特点

学生的个体差异是客观存在的,包括身体素质、接受能力、思维方式、兴趣爱好诸多方面。中学是人生成长的关键阶段,尊重学生的个体差异,坚持因材施教、因人施教是非常必要的。体育教师应该充分了解学生的个体差异,建立学生个性档案,以便及时掌握学生的具体情况。要坚持以学生为本,从学生实际出发,准确把握学生的差异性,精心组织课堂教学和课外活动,设立差异化的目标,努力将运动项目、教学方法与学生的差异相统一,最大程度激发学生的兴趣点、兴奋点,努力为学生创造公平学习、充分展示自我的机会,给学生充分的自我体验,增强学生的自信心和荣誉感,积极引导每名参与学生参与到课堂教学上来,真正成为课堂的主人。

(五)开展分层教学满足学生个性化学习需求

创新中学体育教学方法,提中学学体育课堂教学质量需要教师结合学生的个性化差异进行教学设计,因为每个学生的身体素质不同,喜欢的体育锻炼项目也存在着较大的差异,所以单一的体育锻炼形式并不能满足学生的个性化锻炼需求,这就导致部分学生参与体育锻炼的主动性、积极性受到打击,还有部分学生的体育锻炼需求得不到满足,严重影响着中学体育教学质量。所以中学体育教学中教师应结合学生的个性化差异进行教学设计,比如在开展中学体育一公里跑步训练的时候,对于身体素质较差的学生教师可以设计简单的体育锻炼计

划,要求他们完成六百米的跑步训练,逐步提高训练的困难度。而对于身体素质较强的学生教师可以设计难度较大的训练任务,比如可以要求学生在规定的时间内完成一公里跑步的任务,通过这样的方式开展中学体育教学就可以满足学生的个性化锻炼需求,让每一个学生都能积极的参与到体育锻炼中,在跑步训练中提高学生的身体素质,同时养成良好的体育锻炼习惯,推动素质教育的实施,创新中学体育教学方式构建以生为本的教学方法。

结语

综上所述,中学体育教学在新课程理念的指导下得到了一定的创新和优化。通过优化教学内容、转变教师角色、强化学生参与以及拓展教学内容等方面的措施,有关教育机构能够构建更具现代性和多样性的体育教育体系。同时,引入新兴体育项目、开展文化体育活动、个性化拓展学科等创新方法,则为学生提供了更广泛的学习机会,旨在培养他们全面发展的个体。期待这些建议和实践经验能够让新课程理念始终贯穿在中学体育教学过程当中,促进中学体育教学的高效率、高质量发展。

参考文献

- [1]王秋人,周强.新课程背景下初中体育与健康课堂教学探讨[J].冰雪体育创新研究,2022,(15):105-108.
- [2]孙延武,祁忠凤.浅谈初中体育教学模式的创新策略[J].学周刊,2022,(24):175-177.
- [3]刘超.浅谈新课程改革下提高初中体育教学效率的策略[J].天天爱科学(教育前沿),2022,(05):131-132.
- [4]孙立.新课程背景下初中体育教学困境与突破[J].智力,2022,(14):42-45.
- [5]王克军.初中体育教学存在的问题与对策分析[J].新课程,2022,(19):170-171.
- [6]江涛.浅谈实现初中体育高效教学的几点尝试[J].安徽教育科研,2022,(12):86-87.
- [7]陈龙庆.新课程理念下初中体育与健康课教学的创新探析[J].贵州教育,2022,(06):16-17.
- [8]安宏.新课改下初中体育教学的实践探索[J].智力,2022,(06):4-6.