

新课改视域下高中体育教学与学生综合素质提升的路径探索

刘磊

山东省招远市第二中学

摘要：本文探讨了新课改背景下高中体育教学对学生综合素质培养的影响。研究指出，新课改推动了高中体育课程在教学内容、方法、目标及评价体系上的全面变革，更加注重学生身体素质、心理素质、社交能力、创新思维及道德品质的综合提升。通过实施丰富多样的体育活动、科学合理的训练计划及多维度的评价体系，高中体育教学有效促进了学生的全面发展。研究还强调了加强体育教师队伍建设、完善体育设施与资源、强化家校合作及引入信息技术等策略对于提升学生综合素质的重要性。本文旨在为高中体育教学改革提供理论依据和实践指导，促进学生综合素质的全面提升。

关键词：高中体育教学；新课改；学生综合素质；教学模式；课程资源分配

【DOI】 10.12252/j.issn.2096-627X.2025.09.104

引言

在二十一世纪的教育改革浪潮中，我国的高中体育教育亦处于进行中，面临着自传统式朝现代化，自教师中心朝学生中心的转变。这个变革的核心理念为新课程改革，该重要价值体现于突出学生的主体性，用学生为中心，重视学生的全面发展，特别是对于学生的综合素质培养。这种改革产生的效果是多方面的，涵盖教学模式、教师角色的转变、课程资源的分配等方面，均有深刻地影响。详尽探究新课程改革对于高中体育教学与学生综合素质培养的影响，针对改进我国高中体育教学，促进学生全面发展，拥有关键的现实和学术意义。如同本研究所需分析的，新的课程改革到底怎样影响学生的综合素质的培养，是我们重视和详尽研究的重点。

一、新课改下的高中体育教学概述

（一）新课改下高中体育课程的变化

高中体育课程出现了明显的改变，反映出时代对教育理念的创新。在课程目标制定上，从原来单纯的体能和技术教育朝更为综合的人才培养目标转换，突出推动学生整体成长，重视塑造学生的永久体育意识和健康生活方式。课程内容同样自常规的竞技体育和体能训练，演变为多样的项目设置，例如引进休闲体育、民族传统体育项目等，让课程内容更为充实且拥有文化性，激起学生的兴趣和参与热情。课堂教学模式领域，由以教师为中心的单向教学逐渐演变为以学生为中心的互动教学模式，提升了学生在学习过程中的积极性和参与度。老师的工作不再只是把知识教给学生，而是变成学习过程中的指导者、协调者和一起合作的伙伴，重点放在培养

学生自己学习和与他人一起探索的能力。评价方式方面，新的体育课程评价体系特别看重学习过程中的表现和多角度的评定，重视每个学生的不同特点和实际成长情况，肯定并激励学生进步，采用多种评估方法，比如记录学习过程、布置项目任务、让学生自己评价和互相评价，努力构建一个严格又公平的评价标准。

（二）新课改下学生综合素质的定义和要求

课程改革的新背景推动下，高中学生的综合素质含义和评判标准已经有了清楚的说明。课程改革的重点放在学生身上，核心理念是打造全面发展的人才，综合素质被看作衡量学生成长程度的重要依据。基于这样的环境，综合素质覆盖了学科知识和技能这些传统内容，同时也涉及身体健康、心理状态、创新思维、与人交往的能力以及道德品格等多个方面。谈到身体和心理健康这一块，非常看重身体强壮和心理平衡的培养，尤其突出体育锻炼对增强体魄和调整心理状态的重大作用，同时大力推广健康的生活习惯和保持乐观向上的精神面貌。

在运动技能上，全新的课程标准要求学生精通多元化的体育技能，可以在不同环境下机动应用这些技能，拥有一些运动能力和运动安全意识。

提升高中生的体能水平，鼓励每个人积极参与体育活动，保持热情并培养兴趣。重视社会交往能力和道德品质，重点培养高中生的合作意识和团队精神，引导高中生通过体育活动学会与他人合作、尊重对手、遵守规则，展现出出色的体育道德。培养创新能力方面，新课改鼓励高中生勇敢探索新事物，激发热情，提升应对变化环境解决问题能力。新课改将综合素质定义为多方面，注重

个性发展和潜能挖掘,努力培养身心健康、技能完善、具备出色社会交往能力和道德品质新一代人才。这种变化对高中体育教学提出更高要求,同时为高中生整体发展提供更多机会。

(三) 新课改对高中体育教学模式的影响

新课改高中体育教学模式影响主要体现传统教学结构改革和教育理念革新。新课改强调学生教学中主体作用,注重提高学生自主学习和探究能力。教学结构上,新课改突破过去单调技能传授模式,提倡多种教学形式,类似项目教学、合作学习、情境教学等形式,让学生实践增强自身全面素质。新课改还加入丰富课程内容,涵盖健康知识、运动心理辅导和社会交往技能训练等,促进学生全面成长。教学评估方面,新课改提倡多维度评估体系,全面衡量学生学习心态、参与水平和实际技能,摒弃仅仅成绩唯一标准做法。教育方式的转换让老师们课堂上更加关注每位学生的不同特点,根据实际情况灵活调整教学方法,以便满足各种不同的学习需要。新课程改革的推行,使得体育教学从老师主导变成以学生为核心的模式,搭建起注重人本关怀的教育理念,奠定了稳固的根基。

二、新课改对学生综合素质培养的影响分析

(一) 身体素质的提升

新课改尤为重视学生的整体成长,把身体素质的提高放在十分重要的位置。借助举办多姿多彩的体育活动和使用严谨适当的训练方式,新课改的目标是让学生们的身体素质得到整体提升。学校增添了体育课程的种类和上课时间,增设了篮球、足球、游泳等各种运动项目,致力于迎合不同学生的兴趣爱好和实际需求。新课改十分重视严谨训练方法的实际应用,例如制定适应个人特点的训练计划,适当调节运动量的大小,保证学生能在运动中获取训练效果,与此同时防止由于运动不合适从而受伤的风险。身体素质的提升不只可以助力学生具备健全的身体状态,而且给综合素质的整体进步奠定稳固的基础。具备出色身体素质的学生,于学习、生活和将来的工作场合里,皆将展现出充分的自信心和生机勃勃的风貌。

(二) 心理素质的增强

新课改体育教学里结合了挫折教育与团队合作诸如元素,目的是塑造学生的心理素质。现代社会里,学生应对愈加多的压力与挑战,教育需要处理怎样塑造学生的抗压能力与合作意识此关键目标。挫折教育仿真比赛失败、训练艰难诸如场景,协助学生掌握对付挫折、调

节心态。体育活动里,失败与挫折无法规避。挫折教育令学生理解失败并非恐怖,关键是失败里归纳经验,激起勇气持续奋斗。此类心态调节有助于学生体育活动中取得更优成绩,亦能令学生未来学习与生活里积攒珍贵经验,应对各种艰难之际更为镇定自强。团队合作便通过分队锻炼、团队竞赛诸如方式,令学生在协作之间习得交流、领悟与接受。在团队合作中,每个学生都必须展现自己的长处,并且还需聆听别人的看法,敬重别人的观点。通过团队合作,学生们可以塑造出浓厚的集体荣誉感和团队配合意识,这对他们将来的职业成长和公众互动皆拥有关键价值。

心理素质的提升对学生面对负担、考验的技能带来了正面作用。一个心理素质坚韧的学生,在面对求知和日常中的难题之际,可以维持沉着、正面对。人们绝不由于短暂的挫折且灰心,亦不由于困难且畏缩。人们将无畏地直面挑战,主动探索化解问题的方法,因而更佳地战胜困难、达成目标。

(三) 社会适应能力的提高

新课改经由体育教学重视培育学生的社会交流能力和团队合作能力等社会顺应能力。在现代社会,一个人的成功不仅仅依赖于他的知识和技能,更加依赖于他的社会顺应能力。新课改把社会顺应能力的培育成为体育教学的重要目标其中之一。在体育活动中,学生必须和不同背景、性格的同学协同,一起达成任务或者比赛。这一过程中,他们必须掌握怎样和他人有效交流、怎样调和不同意见、怎样施展各自优势以实现共同目标。

学生能力的增强,使得学生能够很好顺应将来社会生活的各种具体需求。篮球比赛中,学生必须齐心协力队友合作,共同努力制定详细战术,防御对手的猛烈攻击。这一过程中,学生需熟练仔细观察队友和对手的动作细节,迅速准确传达信息,灵活调节位置和角色。通过这样的磨炼,学生们的社会交往能力和团队合作能力明显获取增强。一个具备杰出社会习惯能力的学生,未来的职场和社会中,会顺利加入团队、构建优秀的人际关系。学生能够领会别人的需求和想法,重视别人的意见和选择,表现突出。优秀的适应能力也可以帮助学生很好处理各种挑战和变化,维持主动的心态和积极的情绪。

(四) 创新思维与实践能力的培养

新课改在体育教学中重视启发学生的创新思维,锻炼学生的实践能力。借助策划开放性的体育项目、激励学生独立钻研新的运动方式或技巧,新课改为学生给予了呈现创新思维和实践能力的平台。在实践过程中,学

生必须持续试验、改进和完善，这一过程不仅磨砺了其实践能力，还锻炼了其处理问题的能力和创新思维。创新思维与实践能力的锻炼对学生综合素质的提高拥有关键意义。一个拥有创新思维和实践能力的学生，在未来的学习和工作中，可以更机动地面对各种挑战，提出独特的解决方案，为个人和团队的发展奉献力量。这种能力也是未来社会必要的重要素质之一，利于学生在严峻的竞争中维持突出地位。

三、实施策略与建议

（一）加强体育教师队伍建设

在新课改背景下，加强体育教师队伍建设是提升学生综合素质的关键。首先，应定期组织体育教师参加专业培训与研讨会，确保他们能够及时掌握最新的体育教学理念、方法和技术。培训内容应涵盖体育心理学、运动生理学、运动损伤预防与处理等多个方面，以提升教师的专业素养和综合能力。其次，鼓励教师进行教学研究与创新，探索适合学生发展的教学模式，如项目式学习、探究式学习等，激发学生的学习兴趣 and 主动性。此外，还应建立教师评价体系，对教师的教学效果进行定期评估，激励教师不断提升自己的教学水平。通过这些措施，可以打造一支高素质、专业化的体育教师队伍，为学生的综合素质培养提供有力保障。

（二）完善体育设施与资源

完备的体育设施和资源是体育教学顺畅进行的基本条件。学校需要投入充足资金兴建体育设施，建造现代化的体育馆、操场、健身房以及相关场所，青少年提供充足的运动和锻炼空间。配置各种体育器材和设备，篮球、足球、羽毛球拍、健身器械，确保符合不同体育项目的教学需求。学校可以使用数字化工具，在线体育课程或者体育APP，教学内容和形式更加充实，增强教学的质量和效果。完备的体育设施和资源的合理规划，青少年营造良好的体育学习环境，促进青少年身体和综合能力获得整体发展。

（三）强化家校合作

家庭学校一起努力帮助学生全面素质提高是重要方法。学校要多跟家长交流沟通，开详细家长会议，给家长讲清楚体育教学的目标、内容和具体要求，指导家长特别重视学生体育学习和每天锻炼情况。激励家长热情参加学生体育活动，比如陪学生锻炼身体、看学生体育比赛，这样能让家长更了解体育教育并大力支持。学校还可以跟家长一起做体育家庭作业和亲子运动会活动，

让家庭成员感情更紧密，帮助学生健康成长。家庭学校多合作，构建有效教育力量，给学生全面素质提高提供帮助。

（四）引入信息技术

在新课改背景下，引入信息技术是创新体育教学模式与方法的重要手段。学校可以利用虚拟现实（VR）、增强现实（AR）等技术，创建沉浸式的体育教学环境，让学生在虚拟场景中进行体育锻炼和技能学习，提高学习兴趣 and 参与度。同时，还可以利用大数据分析技术，对学生的学学习数据进行收集和分析，了解学生的学习进度和难点，为个性化教学提供依据。此外，学校还可以开发在线体育课程和教学平台，为学生提供丰富的学习资源和互动机会，促进学生的自主学习和合作学习。通过引入信息技术，可以创新体育教学模式与方法，提高教学效果和学生的综合素质。

结语

随着新课改的不断深入，高中体育教学在培养学生综合素质方面发挥着越来越重要的作用。通过本文的研究，我们深刻认识到高中体育教学在促进学生身体素质、心理素质、社交能力、创新思维及道德品质等方面的显著成效。未来，高中体育教学应继续坚持以学生为中心的教學理念，不断创新教学模式与方法，完善评价体系，加强教师队伍建设，完善体育设施与资源，并强化家校合作。同时，引入信息技术将为高中体育教学带来更加广阔的发展前景，为学生提供更加个性化、高效的学习体验。我们相信，在全体教育工作者的共同努力下，高中体育教学将不断取得新的突破，为学生的全面发展奠定坚实的基础，为社会的进步贡献更多的力量。

参考文献

- [1] 纪妮娜. 高中体育教学之新课改下高中体育选项教学模式[J]. 当代体育, 2021(26): 80.
- [2] 李伟伟. 新课改背景下高中体育教学如何培养学生的创新思维探索[J]. 读书文摘: 中, 2020, 0(05): 262.
- [3] 赵涛涛. 新课改下高中体育教学探索[J]. 读天下: 综合, 2019(02): 234.
- [4] 苟兴强. 新课改下高中体育教学策略探索[J]. 中文科技期刊数据库(全文版)教育科学, 2021(03).
- [5] 刘进. 高中体育教学中学生创新素质的培养[J]. 亚太教育, 2019, 0(10): 102.

作者简介: 刘磊(1973—), 男, 汉族, 山东省招远市人, 研究方向为高中体育。