

# 新课标背景下的高中体育教学改革研究

蔡千秋

(云霄云光中学 福建 漳州 363300)

**[摘要]** 体育教学在高中教学体制中属于重要的构成部分,其教学的重点问题在于重视对学生生理素质与心理素质的兼顾培养,促使学生能够拥有健康身体素质的同时能够具备良好的心理素质,逐步培养成为德智体美劳素质全面发展的综合型人才。在新课改的形势下,怎样能够更好地培养学生成长成才,有利于实现体育教学的理想目标,这对于每一个高中体育老师来说是需要深思的具体问题。鉴于此,本文主要分析探讨了新课标背景下的高中体育教学改革方面的内容,以供参阅。

**[关键词]** 新课标;高中体育;教学改革

## 引言

目前,强化“立德树人”的根本任务,培养学生体育与健康核心素养是新课标改革的重中之重,占据着极其重要的地位,已经得到了高中教师和学生的的高度重视与关注。在高中体育教学中,学生的体育意识并不高,学生的心理素质有待提升。因此,在新课改改革的影响下,要积极开展高中体育教学,制定出切实可行的优化措施,对体育教学内容进行创新,构建完善的体育教学体系,关注学生的身心健康,全面提升学生的综合素养,促进高中体育教学的顺利开展。

### 1 转变体育教学目标与指导思想

随着学校教育由“应试教育”向“素质教育”的转轨,要打破陈旧的教学模式,必须转变教学目标与指导思想。新课标推陈出新,拾遗补缺,以发展的观点提出了五个领域目标,即:运动参与;知识技能;身体发展;心理发展;社会适应。在培养人才方面,有利于学生身心健康的发展,有利于学生个性的张扬,更适应于现代社会教育,适应于未来社会。体育教学应由“阶段体育”向“终身体育”转变,体育教学将朝着现代化、全面化、自主化、终身化、开放化、多元化的方向发展。教学目标应转化为:通过体育教学,培养学生的现代体育意识,掌握科学锻炼身体的方法,扩大体育基础理论知识面,培养对体育的兴趣,体验体育的乐趣,以学生发展为中心,重视学生的主体地位,培养对体育锻炼的欲望、志向和习惯,使体育生活化,培养学生的体育能力,关注个体差异与不同需求,确保每个学生受益,树立终身体育的观念,促进学生具有自我完善的需求,成为有能力把体育作为生活内容,有能力参与和享受社会体育文化,具有时代精神的全面发展的人才。

### 2 根据实际情况选择教学模式与教学内容

在实际高中体育教学过程中,发现学生一些基本体育技能掌握情况不理想,比如如何蹲踞式起跑、如何立定跳远等这些非常基础的田径技能都不会。跑、跳技术是体育运动的基础,没有基础谈何学习其他运动技能。高一、高二、高三三个年级的学生对于体育课的态度也都有其不同特点,随着年级的升高,学生参加体育活动的激情越来越低。虽然课改要求提倡学生自主学习,但一些基础技能学习还是非常有必要的,在高一、高二、高三三个年级适当安排基础田径类课程,为今后学习其它技能打下基础。结合田径课程特点和学生实际情况,教学中要体现学生的主体地位与发挥体育教师的主导作用相结合,加强学生团队协作精神。模块教学模式是一种非常符合新课标要求的体育教学模式。能充分发挥学生的自主选择权,学习自己感兴趣的运动项目。在教学模块的设置上和条件情况允许下,尽可能地根据学

生兴趣选择情况确定内容,多增加一些新兴体育项目,学生对新事物一般更感兴趣,教学内容入门即可,目的在于教会学生基本的锻炼方法,通过学生自主学习不断提高技能。教学内容选择是否合理直接影响学生学习的积极性,所以在教学内容的选择上尽可能满足学生的兴趣需求。

### 3 打造新的教学平台

新课标要求,高中体育教学要充分贯彻素质教育精神,对传统教学优势进行传承和发展,在教学过程中善于结合学生实际,以学生作为教学的中心,发挥自身的引导作用,重视师生互动平台的打造,实行创新教育。创新教育的教学平台中,师生之间是平等的个体,对于体育运动技能及体育项目战术配合,学生和教师可以畅所欲言,自由发表自己的见解,通过尽情发挥和充分参与,学生对于体育技能及战略战术的理解和掌握可以更明确、更透彻。

### 4 注重体育教学评价的合理性

教学评价的环节是所有教学过程中不可缺少的重要部分,在提升体育教师的教学能力、培养学生们的体育运动专业能力等方面发挥着重要的作用。所以教师要引导学生们参与到教学评价中来,完善“过程评价、终结评价、相对评价、绝对评价”的机制体制,从而打造“互评、自评、师生共同评价”的合理评价体系。在构建体育教学评价体系的过程中,首先,体育教师要用心教好每一节课,使学生们用心学习教学内容,关注教师的教学过程和教学方法,在课堂结束之后和教师之间进行互相的评价,即“师生共同评价”。这种评价模式不同于以往的“教师主导性”的课堂评价模式,可以真正关注学生们的体育练习情况和教师的讲课效果,从而创造出更加公平的教学评价机制;其次,教师引导学生们在体育课堂结束之后先进行“自我评价”,分析自己的实际掌握情况,学习能力等,从而给教师的下次教学提供指导。另外,在教学评价的过程中,教师要改善以往的“评分制度”,注重学生们综合能力的培养,不能单纯以分数去评价学生。

### 5 自主学习与合作学习相结合

首先,在自主学习方面,教师要给予学生充足的自主学习时间,满足高中体育教学方法的多元化需求。其次,在合作学习中,教师可以将学生分成若干小组,小组要结合教师提出的问题进行探讨,加强相互交流。通过合作学习,教师要提高对学生个人体育练习效果的重视程度,确保不同层次学生都能够有所进步,进而确保体育教学水平的稳步提升。自主学习与合作学习结合起来,就会让学生既能自己独立思考学习,也可以融入团队进行合作,让个性和共性完美地结合,既能发扬个性,同时也会使个性在共性中展现光彩,真正做到因人而异,共同进步。

### 结束语

总而言之,在新课标的背景下,高中体育教学有着其先进性与进步性,同时存在着一些问题,因此作为新时期的学生和教师,应该共同携手,与时俱进,通过掌握新型教学理念和选择教学内容,让体育伴随我们终身,让我们身心更加健康,在面对挫折和来自社会的压力和竞争面前,乘风破浪,做时代的精英。

### 参考文献

- [1] 尹奇军. 新课标背景下的高中体育教学改革研究[J]. 体育师友, 2018(06)
- [2] 张立刚. 新课改背景下高中体育教学策略的研究[J]. 才智, 2017(03)