

# 浅析高中《体育与健康课程》的开展现状调查

胡长青

(新疆喀什地区疏附县第二中学 新疆 喀什 844100)

**【摘要】** 在全民运动战略思想深入贯彻落实的导向下,体育作为实现个体体能素养建设的重要学科载体,在高中阶段的课程体系中所发挥的学科地位逐渐提升,同时也向着健康目标方向深入发展。然而,在具体实施教学活动中所呈现的现状并不理想,存在着一定的问题。鉴于此,本文主要就当前体育课开展的现状,以及具体的优化策略展开分析。

**【关键词】** 高中;《体育与健康课程》;开展现状;策略

## 前言

在德智体美全面发展的教学背景下,体育所具有的教学功能和地位逐渐凸显,体育教师需要高度重视体育课教学活动的开展,并顺应素质思想课改要求就具体的授课方法进行创新。针对当前课程开展的不良现状展开分析,并根据实际情况就具体的方法,以及课程体系和教学环境进行全面的优化。

## 一、高中《体育与健康课程》的开展现状分析

据有效资料显示,在高中阶段,关于《体育与健康》课程的开展所呈现的教学现状并不理想。学生整体对课程体系所呈现的满意度较低,在课程活动参与的过程中所表现的兴趣比较低下,具体运动行为表现比较随意,缺乏一定的规范性与专业性,导致高中生的体育运动水平建设受到明显的制约。在课程内容设计方面,主要以常规的体育项目为主,如跑步、篮球、排球等,因为男女生在运动擅长领域方面所呈现的差异性,导致呈现的运动兴趣和项目选择也比较失衡。同时,在方法落实方面教师通常以示范教学和自由活动为主,导致学生在体育课上运动行为比较散漫,学习态度不端正。不仅如此,学校在体育设施、环境以及师资队伍建设方面所呈现的工作表现也并不规范,缺乏一定的重视度以及建设工作执行效能普遍来讲比较低,比如说器材落后、数量匮乏导致学生运动受到局限。

## 二、高中《体育与健康课程》优化策略分析

### (一) 丰富课程内容体系

在新时期的高中教育领域,高中生素质培养目标有所调整,教师需要本着全面发展的原则对体育内容体系进行优化。从而满足学生整体在体育课领域的学习需求,保证教育功能覆盖面更加全面,也能够全面提高教学整体适应性。首先,做好学生兴趣调查,针对男女生在体育运动领域所呈现的兴趣需求进行综合调研。之后,合理引入并发掘新型的体育项目,例如将健美操、网球等运动项目有效引入到体育课当中。同时,注重传统体育项目的发掘,比如说抢花炮、拔河、风筝、踢毽子等<sup>[1]</sup>。加强男女综合性、合作性的体育项目引进,从而促使男女生能够共同参与到体育运动当中,构建和谐的班级环境,也能够保证体育教学更加的均衡。

### (二) 构建多元化教学方法

在具体实施体育教学活动的过程中,体育教师需要做好方法的更新<sup>[2]</sup>。针对当前体育课教学范围中学生兴趣薄弱的不良现象,就教学方法、载体以及具体的活动类型进行有效的创新,从而保证体育课的整体效能更加的突出。首先,通过情景法的支撑构建趣味、生动并且充满文化底蕴的体育课堂气氛,围绕具体的体育项目,如足球将传统的蹴鞠文化,以及足球运动的规则、健康功能以及具体的动作要点进行直观展示,促使学生在文化了

解和动作模仿训练的过程中形成良好的运动观念和动作基础。同时,积极贯彻游戏化的思想,将具体的体育项目与游戏活动进行有效结合,通过组织撕名牌游戏活动强化训练学生的跑步技能,或者组织合作类型的竞技游戏活动,如组织篮球比赛,从而规范学生对体育运动的态度,以及具体的行为表现。此外,加强素质拓展训练活动的组织与实施,通过组织众人翻墙、接力等拓展训练活动让学生对团队配合形成准确的思想认知,实现高中生的情感教育。教师也可以借助体育社团的载体优势组织趣味丰富的训练活动,拓展学生体育运动的参与空间,从而激发学生的自主效能意识。

### (三) 加强体育设施环境建设

为全面提高体育课的授课水平,学校需要根据新时期的教学标准,从环境和设施层面加强建设力度。根据校内的学生规模以及在体育教学方面的具体目标定位,合理的建设运动场地,保证运动场地范围和空间切实符合学生基础运动需求。同时,加强运动设施的引进与完善<sup>[3]</sup>。及时更换老化的运动设施,根据学生的人群基数引进数量充足的体育设施,从而保证每个学生都有机会参与到体育运动当中。比如说,针对排球项目引入数量充足的排球,并做好排球场地、排球网的建设。

### (四) 加强体育师资队伍建设

为全面优化体育教学,学校需要从师资层面加强政策干预,针对具体的教学需求引进相应数量的体育教师,从而保证师生比的均衡性,确保各项体育活动顺利开展。同时,重点加强体育教师的培训,将先进的教学观,以及教学方法进行有效的渗透,从而保证教学活动的高效性。

## 结论

依前所述,针对当前体育课领域呈现的不良现状,体育教师需要以高中生的实际需求为准绳,就内容体系、方法、环境等方面进行有效创新,学校要从体育师资队伍建设方面加强工作力度,从而构建崭新的体育课环境,为学生的健康素质建设提供良好的环境基础。

## 参考文献

- [1]薛志学.偏远山区高中《体育与健康》课程选项教学实施现状的调查与探讨——以广州大学附属东江中学为例[J].体育师友,2017,40(03):48-50.
- [2]李依军.赤峰市高中体育健康课选项教学的开展现状与调查分析[J].赤峰学院学报(自然科学版),2016,32(19):162-163.
- [3]赵志伟.内蒙古呼和浩特市高中《体育与健康课程》开展现状调查[J].戏剧之家,2015(21):231+235.