

如何提高高中体育课堂教学的有效性

孟祥存

(辽河油田第三高级中学 辽宁 盘锦 124010)

【摘要】随着新课改的大范围实施,我国教育行业进入了快速的发展时期,各种各样的教学模式和教学方法出现在了人们面前。在高中教学过程中,体育教学是重要的组成部分,有效的体育教学不但能够提高学生的身体素质,同时还能够有效帮助学生提高综合素质,在高中教学中有着至关重要的作用。因此,一定要提高高中体育教学的有效性,提高学生的综合素质。

【关键词】高中教育;体育教学;身体素质;教学成效

一、合理设置教学目标

明确的教学目标对保证教学活动的有序开展起到十分重要的意义,所以教师在授课前需要对教学目标进行合理的设置,才能使课堂教学内容更好地满足学生的学习需求,引导其可以更好地参与体育活动。例如不少教师在带领学生学习运动技巧时,都会在前面起到一个示范的作用,学生跟在教师身后进行模仿,就算是对教学任务的完成。但由于学生对于知识的接受能力有很大的差异性,所以有些学生在模仿学习的过程中经常会感到十分吃力。因此教师在设计教学目标时,就需要对这种情况进行重视,在带领学生学习基础动作时,不要一味地在前面进行演示,而是要给予学生一定的思考时间,使其可以有效地对动作进行吸收,并在教师的不断鼓励中,高效地完成学习活动,才可以在激发其学习体育知识热情的同时,保证课堂教学成效与质量的双重提高。

二、拓展授课内容,提升学生参与热情

体育教师在选择课堂教学内容时,与其他任课教师的不同之处,在于其可以自由选择授课内容,因此更容易制定出符合高中生兴趣与身体发育特点的授课内容,来保证课堂教学活动的有序性与高效性。

首先,教师可以在选择授课内容前,与班级学生建立良好的互动渠道,方便了解其兴趣爱好,并通过简单体能训练活动的开展,真实记录学生的身体素质以及运动适应能力,才能保证授课内容可以有针对性的符合不同学生的运动需求,并在提升其参与体育运动热情的同时,推动教学活动的有效开展。

其次,传统的体育课堂教师在学生做完热身运动后,就会将剩余的课堂时间留作其自由活动,既没有对授课内容进行延展,也不重视对学生体育素养以及运动精神的培养,使教学活动的顺利开展总是受到一定程度的阻碍。所以教师需要对授课内容进行创新,尽量选择可以激发学生参与体育运动积极性的项目,如滑板、田径、舞蹈以及体操等,使学生可以根据自身的兴趣爱好,能够拓宽选择渠道,才可以在锻炼自身身体素质的同时,完成对教学成效的提高。

最后,多媒体作为教师应用十分广泛的教育设备,可以对授课内容起到很好的丰富作用。例如教师在带领学生学习广播体操时,多媒体设备的运用就可以改变教师在台上演示,学生在台下模仿的教学模式,而是通过视频教学的播放,其新颖的内容也很容易激发学生的学习积极性,并使学生能够更加直观的学习动作,而且教师也可以直接深入到学生群体中,对其动作不标准的地方进行指导,在提升学生学习效率的同时,保证教学活动的高效开展。

三、提升学生潜能,保证教学活动更好开展

高三阶段的学生不仅需要面对紧张的学习活动,升学考试也带给其十分沉重的压力,而且不少学生刚刚升入高一,就直接面临着十分紧张的学习进度,所以对高考成绩并无直接影响的体育课堂,很难激起学生的参与积极性。但现实情况是,学生参与体育课堂教学,通过各种体育项目的运动,不仅可以有效释放其压力,同时对其潜能也是一种很好的激发途径,使学生在树立运动精神的同时,能够以更加充沛的精力参与学习活动,并在潜能的激发下保证学习活动的高效完成。所以体育教师在开展教学活

动时,可以通过长跑、俯卧撑以及仰卧起坐训练的设置,完成对学生的耐力锻炼,使其在不断地坚持中激发自身潜能,从而将坚持不懈的精神应用于学习活动中,使其可以在不断地学习与探究中,取得更好的学习成绩。

四、传授体育知识,树立学生终身运动理念

学生参与体育运动,并不应该仅局限于课堂教学活动中,而是需要通过终身运动理念的养成,使其在不断的锻炼中获得更好的发展。所以教师在开展课堂教学活动时,需要重视对学生体育知识的传授,在激发其参与各种体育项目运动的过程中,使其能够对不同运动的要点以及注意事项进行学习,避免其在自主运动的过程中,因为运动不当而出现身体伤害的情况。同时体育教师也需要向学生渗透终身运动的思想价值观念,引导学生能够真正地热爱体育,并在不断的运动过程中,达到锻炼身体素质与提升体育素养的目的,使学生可以拥有更强健的体魄完成学习活动,从而在潜移默化地过程中,推动体育课堂教学活动的有效开展。

五、改变教学模式,激发学生的学习兴趣

兴趣是学生最好的老师,高中学生的年纪决定了学生的思维和身体逐渐向成熟的方向发展,但是其好奇心还是比较重的,对于新鲜的事物,他们还会产生浓厚的兴趣。在传统教学过程中,教学方法单一,长时间的积累导致体育课程枯燥而无味,很难让学生产生学习的兴趣,随着时间的积累,越来越多的学生开始逐渐厌烦体育教学。因此,在高中体育教学过程中,对于学生的兴趣,教师必须要给予足够的重视,同时要注重培养学生的兴趣。因此在高中体育教学过程中,体育教师应该改变传统教学模式,采用先进的教学模式对学生进行教学,一改传统课堂死气沉沉的氛围,让学生在轻松而愉快的氛围中学习体育知识和技巧。同时,应该根据学生的兴趣选择学生喜欢的教学模式进行教学,激发学生的学习兴趣,让学生自主参与到学习活动中,从而使得学生的体育知识和技巧掌握得更加扎实,提高高中体育课堂教学的有效性。

结语

总而言之,高中体育课堂能否有序开展,对学生的体育素养以及身体素质起到很重要的影响。而且有效的教学活动的开展需要在教师长期的坚持与探索中,寻找符合学生运动需求以及兴趣特点,才能在激发其运动热情的基础上,保证教学效率的提升。学生通过体育活动的参与,不仅可以释放自身在学习过程中产生的压力,同时也可以在运动中激发自身的潜能,并以更好的精神状态参与未来的学习中,使学生在有效体育课堂的参与中,获得更好的发展。

参考文献

- [1]谢白云.提高高中体育课堂有效性的教学模式研究[J]. 科学咨询(教育科研), 2019(09): 161.
- [2]朱志永.有效提高高中体育教学有效性的方法[J]. 田径, 2019(02): 50-51.
- [3]陆正江.浅谈如何提高高中体育课堂教学的有效性[J]. 当代体育科技, 2013, 3(36): 60+62.
- [4]周洪生.新课程标准下高中体育课堂教学的有效性研究[D]. 东北师范大学, 2007.