

# 高中体育选项课教学管理现状与对策

孙秀玲

(黑龙江省双鸭山市友谊县高级中学 黑龙江 双鸭山 155800)

**[摘要]** 体育科目选项教学的出发点是把学生的兴趣爱好放在首位,为了更好的培养学生们的运动能力,更好的激起他们自觉参与到体育运动锻炼当中,老师们应该让学生根据自己的爱好与兴趣去选择自己所喜爱的运动项目。同时体育科目选项课打破了原有教学的束缚,更加有利于学校教学场所、设备的充分利用和体育教学老师的充分调动。但是,体育选项课在具体开设过程中还存在一些问题,需要体育老师共同探索研究。

**[关键词]** 高中体育;选项课教学;现状;对策

在新课程标准下,高中体育选项教学模式被越来越多的学校所采用,并得到了学校和学生们的认可。并且经过几年的实践和探索,教学模式在高中发展中得到了进一步的改进和完善。但同时也存在许多的不足,需要新的理论指导和新的实践探索。

## 1 高中体育选项课的现状

### 1.1 高中体育选项课运动设施与器材不足

在一些学校由于体育设备有限,需要控制受欢迎的体育项目的选择次数,并要求学生改变自己的选择,这违背了体育课教学的原则,偏离学生可以根据自己的喜好选择体育项目的初衷。另外,普通高校学校的体育设备和器材已经不能满足现在的学生对各体育项目的需求,在大多数体育项目中完全没有进行体育选项课的条件,从而使学生们总是不能去选择自己最喜欢的体育项目。

### 1.2 开课率不足

目前大部分学校和学生都集中在高考的考试科目上,而不是在体育教学中。高中生们觉得这是面临人生最重要的一次知识检验。长期以来,高校往往把高考主科目排在之前,等高考主科目排完后才会考虑到体育课程的安排。而高中体育选项课的施行,往往要求学校在教务排课时优先将体育选项组合班级编排在同一节课,这在不知不觉中增加了教务排课的工作量。所以高中选项课往往在施行几年后就会被很多学校所放弃。

### 1.3 体育教师师资力量不足

在体育选修课中,体育老师的能力是影响选修课能否正常进行的重要因素。如果学校在招收体育老师时能根据体育专业招聘一名体育教师,那么在开设体育选修课时,我们可以为学生开设更多的体育选修课供学生选择,学生将有更大的选择空间。然而,现实情况是过去学校聘请的体育教师往往是跳远、足球、羽毛球等比较人们的体育项目,导致一些冷门项目和游泳等新兴体育项目的教师大多处于空缺状态。

## 2 高中体育选项课优化策略

### 2.1 学校要重视高中体育选项课的开设

根据学生的实际情况,学校应尽可能为学生提供体育场地和器材。身体是革命的本钱,没有良好的身体素质,学生就不能在高考高压力的面前获得更好地学习效率。运动对于学生的学习和生活都很重要,体育运动不仅可以增强学生的身体素质,而且可以在很大程度上缓解学生的学习压力。新的、科学的教育理念认为,体育教育和审美教育是素质教育的两翼。只有随着体育和美育的发展,学生才能实现更高层次的发展。因此,学校应更多地关注体育选修课的开设,在体育器材、教师配备、教务管理安排等方面给予更多关注,以确保体育选修课能够保质保量的完成任务。

### 2.2 注重学生专项技能和身体素质的全面发展

选项教育需要以学生的兴趣为出发点,帮助学生在高中阶段培养自己的体育特长。但是,由于传统的单一的运动项目在体育锻炼的意义上具有一定的局限性,所以不能满足在身体和心理成长发育的关键时期的学生的需要。因此,进行选项教育的老师要有意识地选择一些利于身体素质的体育训练,促进学生的身体心理综合发展。例如,足球选类的学生,在平时的授课中,对速度敏感的练习会很多,但由于耐力、灵活性和力量的练习很少,所

以教师可以意识到在主要的练习之外还要加强相关辅助训练来提升学生的综合体育素质。

### 2.3 改善体育选项课场地设施与器材不足的问题

体育教师在开展体育赛事时应充分考虑学校的装备和运动器材。运动器材的问题相对容易解决,学校只需根据老师指定的器材清单在学校可接受的范围内添加适当的数量。但是,体育场地设施属于大型工程项目,学校无法在短时间内完成体育运动场地的建设。因此,教师应根据学校的现有情况灵活应变,并设法放松对运动场的限制。例如,在开设网球选项课时,考虑到学校的场地问题,短式网球就会是一个不错的选择。短式网球对场地的要求没有那么多高,只需一大片空地还有可移动的网球网就可以开展起来。它所使用的网球也是减压网球,在拍打的过程当中不会到处乱飞。这样,对于一些学校而言就不需要再修建标准的网球场地和护栏了。

### 2.4 加强体育教师专业技能的全面成长

体育选修课对体育任课教师的专业技术水平以及教学能力都有着较高的要求。一些学校的体育选修课选择是非常少的,其中一个非常重要的问题就是体育任课教师的专业技术水平和体育知识达不到开设选修课程的客观条件。从现实需求的角度来看,体育任课教师为了满足学生的课程学习的需要,必须全面发展和提高自己的体育专业技能,特别是对学生较为感兴趣的体育项目。

### 2.5 注重学校校本课程的开发,注重学校间的交流学习

体育教学工作中的选项教学不仅对体育任课教师的体育理论知识水平有很高的要求,对于老师的教学能力以及专业综合素质也有较高的要求,教学理念必须进行高水平的更新,而且对教学内容也需要进行必要的补充。这是由于以下事实:在可选课程的教学期间,学生们进行体育课程学习的时间是比较充足的,但是课程教学的主要内容比较少,标准课程要求的内容不能有效的实现,满足不了学生的选修学习需求。在这个现实问题之下,体育老师如何提升自己的教学理念,该交体育教学方法就显得非常重要。如何结合学生的实际情况,选择适合我们学校体育教学工作的高效、高质量的教学材料。有助于学生对体育运动和体育课程产生浓厚的兴趣,同时这将有助于他们通过体育运动增强自身的身体和心理素质。

## 3 结论

作为一种新型的体育教育教学制度,高中体育选修课在实际的教学实施过程中产生了较为积极的作用,但也出现了一些需要解决的问题。学校应更加重视开设多样的体育选修课程,使学生可以根据自身的兴趣有更多的选择。这样学生就会对体育运动有浓厚的兴趣,他们对运动的热爱会越来越大,他们的身体和心理素质也将逐步提高。在开设体育选修课时,体育教师必须依靠现有的体育设施和器材,适应学校和学生的实际情况,并适当解决体育选修课与其他主要文化科目之间的冲突,让学生们喜欢上体育课程。

## 参考文献

- [1]李阳海.高中体育“选项教学”的实践与思考[J].教育观察(下半月),2016,5(11):104-105.
- [2]王朝忠.试论高中体育选项教学的实施[J].课程教育研究,2016(16):186-187.