

# 谈创新开展高中体育教学的一般策略

桂健

江西省新余市渝水一中

**[摘要]**新时期下高中体育教师教学的改革研究,是高中体育课程改革的核心构成。在高中体育课程目标确定以后,体育教师需要认识高中体育教学过程,并以新的体育教学过程观为指导,去创建新的体育教学实践模式,以实现高中体育课程由理想向现实的转化。

**[关键词]**高中体育;创新;体育教学

**[DOI]** 10.12252/j.issn.2096-6288.2020.03.1321

处在高中时期的学生,他们的智力需要不断开发,不断吸收新的知识,同时,学生的身体也在逐渐发育。所以,教师需要积极协调与处理好学生在文化学习与体育锻炼等方面的关系。但是,在具体教学进程中,随着升学压力的不断加大,对于一些学生把自己的精力全部投入到自己的学习中,没有进行体育锻炼,甚至在体育课堂上也去学习其他文化课,不利于体育教学工作的开展。

## 一、确立全面发展的教学质量观

高中阶段的体育教学,不但要使学生在掌握体育与健康基本知识、技术技能的基础上养成锻炼身体的习惯,培养学生体育意识、竞争意识、合作精神和坚强的毅力,而且要特别注意对本门课的新科技、新文化的渗透。一定要使高中体育教师认识到,高中体育教学是基础教育时期体育教育的最高阶段,其教学目标的确定,既与基础教育的其他阶段有共性,又应有特殊性。在健康水平上要有较大幅度的提高,以适应将来的大学教育或走向社会就业工作的需要;在体育保健知识、技术和技能方面要学有所长,形成基本的体育能力,养成体育意识和习惯,为今后的终身体育打下必要的基础。只有克服全面均衡发展的思想,克服片面追求体质发展或运动技能提高的思想,才能切实提高高中阶段体育教学实效。

## 二、更新教学方法,丰富教学手段

高中体育教师要善于更新教学方法,丰富教学手段,进行教学模式多样化的改革。这些模式有的倾向于各种模式的综合运用,有的倾向于师生关系,有的倾向于学生之间的关心,有的倾向于教学内容,有的倾向于教学安排,有的倾向于技能学习与学生心理发展。例如,要让学生了解如何跑得更快、跳得更高,应懂得人体运动的基本规律和人体形态结构,从而使学生选择跑步、弹跳最合理的姿势和用力的科学方法。教师要为教与学的双边活动创造有利条件。在进行讲解示范和辅导时,教师在每个教学环节上要注意启发学生的思维,开发学生的智力,使学生在整个教学活动过程中,积极开动脑筋,把所学的知识变成感知。

## 三、教学方案的创新

在实施高中教学时,以体育教学方案的创新为主,来实施体育的创新教育。以新课程的标准要求为起点,调动学生积极进行体育锻炼,使学生具有好的习惯。其一,一个好的教学氛围要积极创设,对于教师,带着积极向上的精神面貌面对学生,感染学生的行为,尤其重视体育课程,在学习过程中,以积极的心态对待学习,充分利用体育时间进行锻炼,同时,学习更多的体育知识与技能。

其二,教师从学生的心理开始关注,逐渐走近学生,积极引导有心理问题的学生,使学生形成强健的体魄,同时,学生养成好的心态。

其三,教师以学生为主体,在具体教学中,以大众教育为思想路线,尤其在讲述技术、要领时,考虑到每个学生,使得每一个学生得到重视,实现整体教学效益。

## 四、重视学生个性的培养和发展

满足学生的创造欲,不必过分强调行动一致,提倡“形散神不散”,为学生创造活泼的学习氛围。学生是课程改革试验的主体,只有他们积极参与,才能取得良好的成果。教师是课

程改革试验的具体执行者,必须提高教师的课程改革意识帮助他们把握课改方向,努力探索贯彻课标新理念的课堂教学新模式。但目前还没有什么新的模式方法可供参考,即使有一些经验总结,也不成熟,也不一定符合每个人的实际。为此广大体育教师应充分发挥自己的聪明才智,结合实际进行灵活多样的试验。课程改革试验是有一定难度的,我们要有遭受失败的心理准备与心理承受力。任何一项有价值的科研成果的取得,都必须经过艰苦努力,而不可能是一蹴而就的。

## 五、发挥评价的激励作用

评价能帮助、激励学生的学习及改进教师的教学。以往的评价偏重于学生的学习结果,而忽视了学生的学习过程,导致评价缺乏激励作用。这对体质差,而平时表现积极的学生是一个很大的打击。为此,体育教师要在充分考虑学生个体差异的基础上,多角度地对每个学生进行评价,力求发现每个学生的闪光点,让他们感到自己“也能行”,感受到成功的喜悦,从而增强自信心。如投垒球,如果全体学生都用同样重的垒球,那么个子小、力量差的学生肯定得不到好成绩,评价的结果无疑对他们是一个打击。但如果我们将评价集中动作上来,那么学生的关注点就可集中在自己的姿势改进上来。

## 六、灵活运用高中体育教学方法

虽然目前高中体育的教学方法多种多样,但教学方法并没有固定的模式,有效教学一定是在最合适、最合理的教学方法下形成的。在高中体育教学过程中,需要广大教师重视的问题是选择的教學方法是不是能够充分调动学生对体育课程的学习积极性以及主动性,并能够保证提升一定的教学效率。因此,高中体育教师一定要根据每学期的教学内容以及教授对象的特点来制订教学方法,在教学工作中必须要做到以学生为本。例如,针对生性活泼、爱表达的学生可以采用讨论的方式进行教学,而对于那些性格内向、不善言辞的学生则要尽快发现他们的闪光点,培养他们的自信心。只有真正了解自己的学生,才能够更容易找到合适且合理的教学方法,才能够在提升教学效率的同时保证学生的身心健康。

总而言之,在高中体育中,对于教学思路、方法要不断创新,尤其充分利用、合理配置体育资源完成教学,使学生作为课堂学习的主体,以充足的热情、充分的积极性,参与到体育训练中去,有效提高自身身体、心理素质,成为各方面全面发展的高素质人才。有效的教学模式是教育发展的必然结果。只有有效的教学才具有一定的说服力,才能真正推动高中体育课程的顺利开展,以实现教学目标。正因为如此,高中体育教师更应该认识到有效教学模式的重要性和内涵,并将全部精力投入到探索合理且科学的教學方案中,这样才能够及时改变当前高中体育教学的现状,促进学生的身体健康。

## 参考文献:

- [1] 孙墨林. 高中体育教学中学生终身体育意识的培养探析[J]. 延边教育学院学报, 2019, 36(2): 165-166+169.
- [2] 阮翔. 高中体育如何培养学生的终身体育意识[J]. 体育风尚, 2018(7): 92-94.
- [3] 苏贺齐. 职业高中培养学生终身体育意识的策略探讨[J]. 今天, 2019(4): 0203-0204.