

核心素养下高中体育分项教学的实践研究

白宏菲

(吉林省通榆县蒙古族学校 吉林 白城 137200)

[摘要]近年来,经济快速发展,社会不断进步,我国对教育越来越重视,将教育目标提高到培养学生德、智、体、美、劳各个方面。新课改给高中体育教学带来了新的挑战和机遇,要求高中体育教师要不断更新教学观念和升级教学方法。文章对高中体育分项教学的研究意义进行了简述,从被传统教学观念束缚和沿用传统教学方式这两个方面分析当前体育分项教学存在的问题,最后从课前采用启发式的教学方式、课中采用理论联系实际的教学方式和课后采用突出重点的教学方式这三个方面进行核心素养下体育分项教学的实践策略研究,最终实现核心素养下高中体育分项教学的实践策略研究目的。

[关键词]核心素养;高中体育;分项教学;实践

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-627X.2021.06.311

引言

健康的身体是每个人都渴望拥有的,然而保持健康的体魄需要人不断地运用正确的体育锻炼方式,积极参与体育运动。随着新课程标准改革的不断深入,高中体育课程不仅成为学生的必修课程,而且研究学生科学锻炼身体的方法,是提高体育运动能力的平台。高中体育分项教学更是为有不同体育运动爱好的学生,提供了个性化选择的体育课程学习平台。怎样在新课程标准下,创新课程教学模式、手段和方式,不断地提高体育课程的课堂教学效率,是值得每一位体育教师思考的问题,也是体育界应该研究的课题。

1 核心素养的概念及意义

随着教育改革的进一步深入,当前我国教育体系已经将核心素养的概念贯穿于整个教育体系中。核心素养简而言之就是全方位的培养学生,将立德树人作为教育的根本目标。在核心素养的概念中,素养则是指一种态度,这种态度不仅能反映一个人知识能力水平,而且也体现了一个人待人接物的方式。通过对学生核心素养的培养,使学生在各学科学习后形成相应的知识储备,更重要的是让学生拥有正确的人文素养,其中包括正确积极的人生观、价值观、情感观以及道德心和责任感,同时还需要具备一定的应用能力。体育学科的核心素养就是要通过体育课程的学习,从而使学生拥有一定的运动能力、形成良好的健康行为、培养出高尚的体育品德。核心素养下的体育教学,不仅可以提高学生体育知识与运动技能,还能够为学生将来走上社会打下良好的身体基础。

2 核心素养下高中体育分项教学的实践研究

2.1 立足实际,贯彻国家体育教学标准

模块体育课程更多的是关注学生的个性与差异,体现体育教学的多元性特点。而这与国家体育教育关注的统一性目标又有很大区别。但从模块教学课程与国家课程的内在联系出发,体育模块课程的目标确立又与国家体育教育目标为基准,在此基础上结合成都市新都二中的体育教学实际情况,在运动技巧、身体素质、心理发展与社会适应能力等方面,确定本校的体育模块课程开发。以成都市的民间传统体育项目为依据,如:抖空竹、滚铁环、跳岗、藏过江猫、斗鸡等。经过精心挑

选、改造、重组和创新,因地制宜地开发出既新颖又有地域情怀的运动项目,并以此作为地方课程或体育模块课程,引进体育课堂,学生可自由选择,从而继承和普及传统文化,培养学生的民族自豪感。因此,为真正体现新课程实施的统一性与灵活性,学校可在依据课标精神的基础上,结合实际情况,制订符合自身的课程实施纲要与教学计划,从而保证有较大的选择余地。

2.2 以学生和教学的实际情况为基础,采用分层教学的体育教学模式

学生之间存在个体差异性,不同的学生存在较大的差别。因此,体育教师需要坚持以人为本的教学原则,以学生的具体身体情况为基础,因材施教,可以采用分层次教学的方法进行教学。例如,在跑步训练中,教师要对班级内所有学生的身体素质进行考察,根据学生的身体素质和特点,为学生制定长跑、短跑、接力跑等多样化的训练项目,为不同的能力的学生设定不同的教学目标。有一些身体素质较差的学生,教师可以安排他们进行简单的、强度较低的有氧运动。除此之外,学生对于教师教授的运动技巧的接受能力各有不同,所以教师可以为他们安排不同的学习任务,保障每个学生都能掌握一定的运动技巧。

2.3 更注重体育能力与运动习惯的培养

在开展体育教学活动中,教师可以通过各项体育项目特点与要求来培养学生体育运动能力与习惯。其中体育课堂内容设置的关键应该在培养学生基本运动能力,激发学生学习兴趣,从而进一步提升学生的运动能力,帮助学生养成良好的体育运动习惯。针对体育能力和运动习惯的培养,教师需要明确两点教学要点。第一,要明确高中年龄段的学生的运动能力培养目标,并结合培养目标选择合适的教学方式。第一,在课堂练习中教师不能急于求成,不能设置过多的运动量,否则容易出现学生因为练习量太大而打消了学习的积极性。只有在学生首先掌握了动作技术方法,才能结合练习培养学生的运动兴趣。第二,在运动习惯的培养上要注意让学生尽可能多的体验成功的喜悦,这样才能让运动成为自我需要,慢慢成为习惯。

2.4 注重健康知识渗透

以往高中田径教学开展时存在着一些教师不重视或不曾考虑到学生健康知识和健康行为的现象,是高中体育田径教学中亟待解决的一个问题。高中体育教学的目标应该是帮助学生科学的运动以及健身方式等进行充分理解和全面掌握,对学生正确且健康运动行为习惯的培养。因此,教师在田径课程教学开展中,在传授相关专业知识和技能时,将一些健康知识有意识地渗透其中,如在“耐久跑”中,教师在帮助学生学习中长跑技术和练习方法、改进途中跑的技术动作的同时,也需引导学生体会并掌握正确的呼吸方法和呼吸节奏,培养吃苦耐劳、坚毅顽强的意志品质,借此达到渗透健康知识与行为的目的,实现体育核心素养中对其体育精神与体育品质的培养。

2.5从个性化培养出发,尊重学生的不同需求

考虑学生的身体素质与体育学习的兴趣爱好,依据他们的不同体质为其推荐适合他们身心发展与提升身体素质的体育课程,让学生自主选择,在兴趣中实现自主学习,更能发挥他们对体育学习的主观能动性和创造性。我校在确定体育模块课程教学目标时,也从多方面考虑到了不同基础水平的学生对体育学习的不同需求。在模块教学设计中,添加了足球、排球、乒乓球、篮球与健美操等教学内容,并充分发挥大课间体育活动的优势,贯彻落实“每天锻炼一小时”的体育目标,尽量做到满足每个学生对体育学习的需求。面对这种情况,我们更要优先考虑一些能真正反映大多数学生群体的体育学习内容,并将其摆在体育教学的前列。另外,随着时代的变化与发展,学生的需求也在不断改变,他们对体育学习的兴趣也呈现多元化的特点。我们要尽量从现有的教学资源出发,结合学生的兴趣爱好和身心发展特点,选择有意义、趣味性强的教学内容,彰显体育教学的时代性;增设新兴体育教学项目,提高学生的运动兴致;还要注意在传统教学内容的基础上进行相应的创新,使老教材玩儿出新花样,吸引学生的注意力。

2.6发挥学生主观能动性,变教师的教为学生主动的学

在体育教学中,教师要注重激发学生学习兴趣,充分发挥学生的主观能动性。只有这样,才能变教师的教为学生主动的学,才能提高体育教学质量。教师的教需要建立在学生的学习基础之上。因此,在备课过程中,教师要做到备学生,为学生的学习做好预设。在教学中,教师还要根据学生学的情况及时调整教学策略,尽可能满足学生的学习需要。例如,在教学“纵箱前滚翻”时,传统的教学方法是教师进行示范,让学生轮流练习。这个动作具有一定的难度,需要建立在垫上前滚翻的基础之上。学生只有学好了垫上前滚翻,才能学习纵箱前滚翻。教师如果对学生没有了解,就直接进行纵箱前滚翻教学,这是非常不可取的,也是极不安全的。比如,教师做完了示范才发现学生都不会做,也不敢做,此时就显得很尴尬。跳箱都

抬来了,学还是不学?这样就会使教学陷入被动。因此,教师一定要提前了解学生,这样才能做好课前预设,才能有效发挥学生的主观能动性。要开展纵箱前滚翻教学,教师先要教会学生行进间的前滚翻,并且一定要让学生熟练掌握动作要领。在练习纵箱前滚翻前,教师还要利用几分钟的时间让学生熟悉垫上前滚翻,这样才能开展纵箱前滚翻教学。

2.7利用现代信息技术,增添课堂的趣味性

教师在教学过程中要充分利用现代教育技术,为课堂增添活力,为学生提供更多的教学资源,改变教学的内容和形式。体育教师在实际教学过程中,可以利用视频等方式,为学生展现分解的体育动作,让学生更加直观地了解到其中的知识点,提高教学的效果。教师可以对一些有难度的动作进行慢动作回放,加深学生的记忆。教师在教学过程中,也可以通过电子设备记录下学生的动作,在学生锻炼结束后回放视频,让学生了解到自己在锻炼过程中存在的问题。

2.8突出培养学生的体育素养

体育素养是指一个人平时养成的在体育方面的修养。体育素养是在先天遗传素质的基础上,通过后天环境与体育教育影响所产生的,它包括体育知识、体育意识、体育行为、体质水平、体育技能、体育品质、体育个性等方面要素综合体育素质与修养。体育分项教学本身就是针对学生们的各项体育行为的考察,在课堂上能很好地表现出学生的运动行为以及表达方式。这种课堂授课方式与核心素养的表现方式基本一致,所以更加容易通过系统科学的体育运动行为习惯来培养学生的体育素养。

结语

综上所述,高中生拥有健康的身心 and 强健的体魄,不是提提口号就可以实现的,而是要求从事体育教学的教师,植根于高中新课程标准之中,按照课程标准的教学需求,不断提升自身的体育教学理论知识,学习新的教学理念和方式,根据教学实际需求创新教学模式、方式和手段,让自己在新课标背景下成为一名合格的教师。同时,不断激发高中生学习体育知识、参与体育运动的兴趣,提升高中体育的课堂教学效率,培养学生“运动能力、健康行为和体育品德”的体育课程核心素养,完成新课标的教学任务和育人目标。

参考文献

- [1]董现珍.新课改下高中体育教学思路与方法创新探讨[J].新智慧,2019(18).
- [2]张燃.新课改下高中体育教学思路与方法创新性的相关研究[J].新教育时代电子杂志(学生版),2019(37).
- [3]谭义祥.新课改下高中体育教学思路与方法创新研究[J].文体用品与科技,2019(14).