

高中体育课堂项目教学的“新”常态

韩秋萍

(贵州省六盘水市民族中学 553000)

[摘要]随着新课标改革的不断深入,学校越来越重视学生德智体美劳的全面发展。学校根据相关的部门针对体育课程的要求,也对学生的体育课做出了相应的指导方针和改革策略,同时也是实施《全民健身计划纲要》的一个重要的基础。学生体育课的教学目标是增强学生的体制,提高中小学生的运动技能,养成良好的运动健身的好习惯,提高学生的身体素质。对于高中生来讲,他们要面临着高考的压力,所以高中生的中心集中在课本学习上面,对于身体的锻炼没有太多的时间和精力,高中生要想保证学习的正常进行,就必须保证身体的高素质。因此高中学校应该注重对于高中生身体素质的培养,帮助高中生养成良好的健身习惯,为祖国未来的希望,培养出坚实的体魄。

[关键词]高中体育;教学;新常态

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-6261.2020.12.058

高中阶段是学生身体和心理发展的重要时期,如果学生没有强健的身体,也就无法完成高中繁重的学业。而体育教学能够有效地提升学生的身体素质,当前,有较多学习对体育教学不够重视,由于高中较重的升学压力,学生的身体素质不断下降,因此,需要根据新课改的要求改进高中体育教学,在具体的体育教学中,教师需要注意尊重学生的个性化发展,培养起学生对于体育学习的兴趣。

一、高中生体育教学的现状

教学方法单一,无法激起学生体育学习兴趣。当前教育的大背景是素质教育,主要提倡教学要以学生为主体,需要从学生的学习兴趣着手,不断改进自身的教学策略,更好地为学生服务。但是,当前在高中体育的实际教学中,仍然采取的是教师示范、学生学习的教学模式,在这个过程中,学生根本就不能很好地理解其中的教学内容和有关体育动作,这样也就不能调动他们的学习兴趣,他们也就不愿参与体育活动,不能充分发挥他们的学习自主权、主动权。在上体育课的过程中,体育教师对学生的要求较低,而且不对他们的体育动作提出过多的指导,很多都是在给学生示范完体育动作之后,让他们自由活动,并没有让学生自己进行一遍体育动作,然后根据动作中的问题进行一定的指导,这样也就无法提升他们的体育专业能力。比如,在上排球课的时候,教师给学生演示了一遍拍球动作,然后便让学生自己对墙连续拍球,或者让学生之间互动打,让他们自己玩,并没有对其中出现的问题做出相应指导,然后便草草结束本次排球课训练,学生看似得到了体育锻炼,实则没有获得实质性的发展。

二、高中体育教学改进策略

(一) 采用分层教学方法

学生之间存在较大的差异性,教师很难开展一致的教学工作,所以,体育教师需要看到这种差异性的存在,根据学生不同的发展特点开展不同的工作。其中,分层教学法能够让每个学生都有所收获,让他们能够尽情地享受体育课,它实施的关键是体育教师一定要对学生的身体素质具有一定的了解,能够根据实际发展情况了解学生的发展情况,根据学生的发展进行小组教学。例如,在进行篮球三步上篮时,教师可以把学生分为不同的四个小组,他们的技术水平存在差异,有一组可以很容易掌握基础教学,可以节省很多训练的时间,可以给那些基础不好的学生更多的时间进行训练,并且在体育活动中需要给他们更多的指导,需要给他更多的示范和上篮步骤讲解,让他们能够更好地理解上篮,更多地考虑体育学习因素。这种分层教学的方法能够在一定程度上大大提升学习的效率,能够让学生更好地掌握学习知识,让他们能够好好地地上体育课,节省出更多的精力,并且能够更好

地理解这方面内容,加强自身的体育锻炼。还可以进行分组竞赛,可以适当创新下教学方法,把体育学习的方法和相关的教学内容结合起来,让学生能够提升对体育学习的兴趣。分组竞赛的教学方法,能够较好地调动学生体育学习的潜能,让学生能够在学习过程中取得更多更好的效果,分组竞赛主要针对的是学生体育学习消极、懒散的学习态度,从而激发学生在体育学习过程中的合作意识。只有他们之间互相合作,加强合作,才能够实现更好的配合。

(二) 在游戏中发挥学生主体地位

在传统的教学过程中,教师占据着十分重要而主导作用,学生在课堂上往往都是被动的进行只是接受的。从教师的角度来说,需要积极地摒弃一些相对消极的教学思想与理念,将学生的发展为主,发挥体育游戏的作用来逐步的整体体育教学的相关内容,通过这种方式来不断提升学生的身心健康。引导学生来逐渐为自己的主体性发挥提供客观准确的指导,利用实践活动的方式来逐渐的收获运动的快感,继而培养自己的坚韧不拔的意志。举例说明,在教授中长跑的相关知识之时,需要首先帮助学生认识到中场跑对于学生身心健康发展所带来的重要作用,将游戏锻炼作为重要的主导思想,对中场跑的动作技术与方法要领进行深入与详细的讲解,利用定向越野的方式,使用自主分组的方法,积极地引导学生主动地参与到活动的过程中去,逐步的进行自主练习,将学生的主体地位尽可能的发挥出来。

综上所述,“新”常态下的高中体育运动需要教师和学生双方面的配合,体育运动可以很大程度上调动学生的运动积极性,帮助高中生来释放压力。“新”常态的体育运动打破了传统体育运动的局面,从培养学生身体素质和心理素质上双管齐下。体育运动的正确应用不仅可以锻炼学生的体能还可以让学生建立一个良好的心态,为以后奠定良好的基础,当学生遇到困难时,就不会轻易地说放弃,而是选择迎难而上。体育游戏可以有效地活跃课堂气氛,激发学生的兴趣,促进学生锻炼身体。体育游戏还可以帮助学生养成良好的道德修养和精神品质,让学生在比赛中养成团结意识和集体意识,为学生以后的发展奠定良好的基础。

参考文献

- [1]蒙可斌,冯兆龙.高中体育与健康课程体能模块教学现状与对策[J].体育科技文献通报,2020,28(09):28-30.
- [2]齐吉生.高中体育教学中学生核心素养培养的方法及途径[J].体育科技文献通报,2019,27(06):81+84.
- [3]赵伟.浅析高中体育教学中终身体育意识的培养策略[J].当代体育科技,2014,4(07):55-56.