

疫情常态化下高中体育与健康课有效教学的探索与研究

吴彦龙

(平江县一中 湖南 岳阳 410400)

[摘要]由于疫情形势日益严峻,我国各个地区都进行了紧密部署,教育领域开始关注对线上教育模式的研究,并将其作为应对疫情的重要教育措施。高中体育与健康课的实践性特点尤为显著,怎样在特定情景中提升体育与健康教学效率,已然成了所有体育教师需要深入思索的重要教育问题。本文基于疫情常态化背景,探索与研究了如何实现高中体育与健康课程的有效教学。

[关键词]疫情常态化;高中阶段;体育与健康课程;有效教学

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-6261.2021.06.281

引言

所处的教学条件不同,其对应的教育教学模式也存在诸多差异。为了应对疫情,“停课不停学”这一思想观念已然受到了教育领域的普遍认可。线上教学是一种高效的教学模式,其不仅仅是教育系统基于疫情防范与管控工作而采取的积极政策,也是教育领域发展进程中探究实现育人模式转型革新的重要机遇。将线上教学模式运用于高中体育与健康教学,能够促使学生形成优良的体育训练习惯,培育学生的综合素养。在此过程中,教师要引导学生利用互联网优势,了解必备的体育与健康知识,掌握关键的体育训练技术与基础动作,增强学生参与体育锻炼的兴趣。

一、疫情常态化下高中体育与健康课面临的挑战问题

(一) 体育健康教育政策面临“上热中温下凉”困境

我国对健康教育给予了高度重视,并由体育与健康课程加以落实,我国也针对健康教育与体育教学工作制定了诸多政策。然而,国家顶层的体育与健康课程教育政策的“热”在落实到地方时便已经处于“温”势,在学校内加以实行时,便已经呈现出“凉”的趋势。学校在开展体育与健康课程教学工作时,虽然课程名为《体育与健康》,但却如普通的体育教学如出一辙,基层行政领导人员以及教师却鲜少会关注健康教育政策的执行情况。在应试教育理念的影响下,教师更为关注学生的测试成绩,在体育与健康课程当中主要教授体育技能,对健康教育并未提出相应的要求,最终导致健康教育政策被异化。

(二) 体育与健康课程中的健康教育被高度弱化

如今,体育与健康课程之中的健康教育依然处于高度弱化的状态,首先,体育与健康课程教学目标、具体教学内容不够清晰明确。系统的分析与审视体育与健康课程教学计划内容,其中关于健康教育的内容有所缺失,对慢性疾病预防与管控以及环境污染方面的内容极少。其次,校内并未制定具备规律性的体育与健康课时,无法为其课时数量提供保障,课程具有碎片化特点。教师仅仅会在降雨天气在室内为学生讲解关于健康的知识,并且教学方式刻板乏味。再次,校内缺少具备专业性的师资力量,初中教师即便已经学会了

一些关于运动、生理、安全防护知识,然而,却并未经受专业培训,当前,多数教师都并未具备传授体育与健康课的专业能力。最后,体育与健康课程缺乏优良的监督体制,即便我国已经制定了对应的体育与健康教育政策与意见,却并未对教师的课前准备工作、上课过程进行监督,无从查验教师是否在课堂上均衡了体育知识与健康知识。

(三) 学生缺少良好的训练环境

在疫情背景下,许多学生都需要在家中学习,家中缺少具有统一性的体育训练场地,学生缺少完善的基础设施,仅仅可以利用周边小区、公园内的简易设施进行锻炼,学生难以开展多样化的体育训练活动。另外,在疫情严重的时期,许多教师担心学生在室外进行体育锻炼会面临严重的安全风险,会鼓励学生尽量不要外出,学生难以进行有效的训练。

二、如何在疫情常态化下实现高中体育与健康课的有效教学

(一) 采取合理的方式安排课堂教学任务

在相应的体育与健康课堂教学情境当中,安排课堂教学任务已然成了所有教师需要重视的重要教学问题,此项工作的开展情况不仅会对教学进程起到较大影响,还关系到学生的学习效果及个人发展。因此,高中体育与健康科目教师想要实现有效教学,其一,教师要将线上教学的积极作用发挥出来,合理运用新媒体了解学生的体育实训状况,充分了解所有学生的个人身体素质,以此为依据,采取合理的方式安排课程教学任务;其二,教师需要深度理解与分析高中体育课程标准,保证教学任务可以与学生未来的长久发展目标相契合,维护学生的根本利益,与学生进行交流与互动,监督学生对课后任务的完成情况,逐步提升学生的体育素养。例如,教师可以将线上教学与线下教学进行科学化整合,利用线上直播以及视频录播的方法,将教育教学目标呈现给学生,为学生布置学习任务,并促使学生通过小组学习的路径开展学习活动。教师可以利用与学生之间的交互与沟通,发现学生在具体学习过程中存在的各项问题,采取适宜的方法来引导学生,最大限度地优化学生的学习质量。

(二) 培养学生的健康技能与习惯

在以往的传统教育活动中,教师过于重视对知识内容的讲授,教师认为学生会将习得的知识自然的转化为能力,然而,现实往往背道而驰。在体育与健康课程教学工作当中,也面临着相同的问题,学校经常会将课程标准作为依据来编排健康教育知识教育课程,然而,学生并未拥有与健康知识相关的技能,更加难以形成健康的生活习惯。在疫情来临以前,学生本身是否具有良好的健康习惯以及优秀技能并不会极大的引起学校及教师的关注,即便学生在佩戴口罩、测量体温、日常消毒等方面的健康习惯及技能存在缺失,最终造成的不良后果也可以由医疗单位对其进行快速处理。然而,在严重的疫情影响下,公共卫生资源极为紧俏,学生能够具有优良的健康技能,是否养成了优秀的健康习惯,便成了所有学校及教师关注的重点话题。因此,教师在线上进行体育与健康教学工作时,务必要转换自身的教学思想,将培育学生的健康技能及优秀习惯作为教育目标,实现理论教学与实践教学的相互融合,保证学生能够在面对健康问题的过程中可以具备良好的动手操作能力。

(三) 完善与优化教学过程

体育与健康这门课程对学生的动手实践能力有着一定的要求,疫情期间,学生普遍居家学习,此时教师的具体教学过程能否与学生的学习习惯相适应便显得特别重要。对于高中学生来讲,进行体育训练的主要目标是为了提高其身体、心理发育的健康性,然而,在特定的客观条件下,采取何种方式来引导学生,使其充分掌握体育训练知识及技能,这便关系到教师的专业教学能力。鉴于此,教师在线上进行体育与健康课教学时,不仅要为学生详细讲解基本的体育与健康基础知识、常识,培养学生体育健康素养,同时还需要激起学生的主动意识,充分利用互联网的优势,引导学生观看与体育知识、技巧有关视频,并且令学生在课堂上对视频内容进行模仿训练,使得学生可以直观的获取相应的体育技能,提升个人能力。例如,教师在向学生讲解与篮球有关的体育运动技能时,可以利用点播视频→回答疑惑的模式进行教学。首先,教师提前做好完善的课前准备工作,确定本节课的教学方向与具体目标,预先帮助学生收集足够的与篮球有关的网络教学视频,鼓励学生依照自己的个性与喜好在课堂上点播视频,一边观看一边练习,并将自己感到疑惑的部分记录下来。此后,教师可以选取与篮球相关的内容以及问题与学生进行交流互动,充分了解学生的疑惑,并在线上进行生动、具体的讲解,并为学生提供亲身示范,提升学生的课堂学习效率。最后,教师可以令学生自主制定体育训练计划方案,调动学生参与体育与健康学习的主观能动性。

(四) 改革教学评价环节

在体育与健康教学过程之中,教学评价是难以忽视的组分,对于增强学生参与课程学习的自信心、创设和睦的师生

相处氛围有着积极作用。那么,在疫情常态化背景下如何落实线上教学的教学评价工作呢?想要解决此项问题,教师在进行体育与健康课教学时,一方面要将传统的“因材施教”教学理念贯彻于其中,对学习程度不同的学生采用分层评价的方法,此外,还要建立起线上互评平台,促进生生互评,使得学生能够在评价当中对自己的体育技巧掌握程度、身体素质、体育能力等有准确的认知,以此为依据调整自己的运动强度,逐渐提升自己。例如,在进行线上教学期间,教师可以利用微信等途径为学习程度不一的学生布置强度不同的体育训练任务以及难易程度不同的体育健康知识学习任务,并且及时接收学生给予的反馈意见,对学生进行分层评价,增强学生参与学习的自信。另外,教师也可以让学生在课堂上组成小组,在组内进行互评,在评价的过程中不仅可以深化学生之间的情谊,还能够促使所有的学生都能够发现自己在体育与健康课程学习方面存在的不足,不断完善自身。如此,方可在建立优良师生关系、生生关系的前提下,最大限度地优化线上教学质量。

三、结束语

总而言之,在严重疫情的作用下,即便高中体育与健康教学方法出现了极大的改变,然而,培育学生体育素养,树立学生健康意识的教学目标是不会发生改变的。高中阶段是学生人生中的重要学习阶段,教师在进行线上教学的过程中,不仅要运用适宜的教学方法,合理配置教学资源,还要与家长沟通,为学生创造良好的体育与健康学习条件。教师要不断提高自己的专业能力,采用多种多样的课程教学方式,优化线上教学过程,时刻提醒学生不要因为疫情的原因便对自己的体育训练产生懈怠心理,以此来提升体育与健康教学有效性。

参考文献

- [1]孙丙恒,郑鑫,王鹏.疫情背景下高中体育课程训练监督方式创新[C].中国管理科学研究院教育科学研究所.2021教育科学网络研讨会论文集.中国管理科学研究院教育科学研究所:中国管理科学研究院教育科学研究所,2021:272-275.
- [2]叶庭.后疫情时代微课在高中体育教学中的应用探究[J].考试周刊,2021(60):116-117.
- [3]王锋,武立强.肺炎疫情期间高中体育线上学习之思[J].文体用品与科技,2021(07):197-198.
- [4]魏巍宏.后疫情时期高中体育信息化教学改革研究[J].考试周刊,2020(A4):119-120.
- [5]王宇.疫情下线上高中体育课程的新思路与改变[J].文体用品与科技,2020(14):184-185.
- [6]北京市教育委员会关于做好2020年毕业升学体育考试相关工作的通知[J].北京市人民政府公报,2020(20):35-37.