

浅谈高中体育课堂教学的有效性策略

孙少鹏

(新疆博乐市高级中学华中师大一附中博乐分校, 新疆 博乐 833400)

[摘要]随着我国新课改方针的不断推广和深入发展,高中阶段体育教育的重要性已经提上日程。“身体是革命的本钱”,拥有一个健康的体魄是青少年追逐梦想的必备前提,是人生一切成就得已实施的根本根源。因此新课改对高中体育教学目标提出了较以往更高的要求。学校应当重视高中生身体素质的提高以及身心健康水平的发展,提供良好的教学环境,完善体育教学设备并开设丰富的体育课程。将学生作为教学主体,教师充分发挥教学引导作用,帮助高中生建立体育意识,激发体育兴趣,促进学生多元发展、个性发展和全面发展的实现,培养学生拥有健康的体魄和健康的思想。

[关键词]高中体育; 课堂教学; 有效策略; 人教版

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-6261.2021.07.871

引言

体育学科,是高中阶段非常重要的一门学科。体育锻炼不仅可以促进学生的身心发展,使学生的身体素质和心理健康共同得到发展,还可以让学生从繁重的课业压力中暂时的解放出来得以放松,然后更好的出发,可谓是劳逸结合。新课改注重“健康第一”的指导思想,培养学生的健康意识和体魄是当下教育的重中之重。“双减政策”已经颁发并实施,政策的目的是为了有效地减轻学生过重学业负担,保障中小学学生的身心健康成长。因此,高中体育老师应当摆脱传统教育理念的束缚,坚持与时俱进的教学理念,提升自身教学能力,专业素养的同时,更要提升教学方法和教学模式,全面的提升高中体育课堂教学的有效性,提高教学效果,提升中学生的身体素质。文章结合自己的教学实践,对新课改下高中体育课堂教学的有效策略做了以下两个方面的探究。

一、开展趣味竞赛教学模式,提升学生学习体育的兴趣

兴趣是获取一切知识的动力,兴趣在人的实践活动中具有重要的意义,可以使人集中注意,产生愉快的心理状态。然而绝大多数的兴趣却不是天生的,需要后天的培养。并且学生在尝试接触一件事情到体验完成,这个过程的体验好坏决定了学生对这件事情本身的兴趣有多少,然而产生的兴趣的多少,浓厚程度又直接影响并决定着接下来体育课堂学习成果的好坏以及教学完成目标的百分比。因此高中体育老师应当注重培养学生的学习兴趣,进而有效的提升课堂教学效果。虽然高中生心理、生理个体发育已经趋于完善,但是学生们对于游戏和竞赛依然十分挚爱和热衷。^[1]因此高中体育老师可以在课堂教学活动中开展一些饱含趣味性和竞赛性的游戏活动来激发学生对体育活动产生浓烈的兴趣。比如最基本的跑步项目,大部分学生是比较排斥和反感的,因为这项活动枯燥乏味,毫无趣味性。鉴于这种情况,教师应当改变思路,不再将跑的距离和时间作为衡量的标准,而是采取游戏法教学模式提高学生参与的热情。比如可以对学生进行分组,然后跑接力赛,接力赛不仅可以激发学生对体育活动的兴趣,还可以锻炼到学生的反应能力、灵敏性以及协调性,还有助于同学之间的团结友爱,或者在跑步的过程中根据老师随机“叫数”,学生迅速按数字“组队”的模式,这样不仅有趣,还能提高学生的注意力和专注度。让“跑步”自带趣味性和竞争性,那么学生的学习兴趣也就提高

了,课堂的教学的有效性也自然而然地随之提高。

二、重视评价,提高学生参与体育的积极性

教师应当重视评价,尤其是具有针对性且高质量的评价,不仅可以让学生获得认同和鼓励,推动学生持续不断的进步,还能提高学生在体育课堂上的参与度和积极性。比如说学习“健美操”活动,当学习完健美操的所有动作要点,且学生都可以独立完整练习的时候,教师可以对学生分组,然后按组轮流练习。当其中一组练习的时候,其余组进行观摩,并提出自己的评价意见。作为练习的组员,为了获得好评会更加努力的表现,作为观摩的组员,必须认真观摩才能给予意见和评价。因此这样的方式很好的调动了所有学生的参与度以及积极性。同时观摩的组员,在观摩的过程中还可以加深对所学内容的印象和理解,在轮到自己练习的时候,能够有效地避开易错点,对所学内容更好地进行展示。另外这种互换身份的活动,还可以让观摩的学生通过自己的练习检验评价是否合理,并反思别的组学员身上自己值得借鉴的方面,这样的学习模式不仅提高学生全员参加的积极性,并且同学们之间身份互换,互相帮助,针对性更强,教学效果更好,教学目标达成度更高。

三、结束语

综上所述,新课改环境下的高中体育课堂有效性的提高,属于持续探索的行为流程,是一项需要长期坚持的任务。作为现代专业化高中体育教学人员,要及时革新自身理念并且坚持正确的教育教学方法,激发高中生深入学习教材内容的兴趣,进一步转变其成为课堂的主人,并清晰感知体育课程的重要价值地位。并通过体育课程的教学活动实现强身健体,提高身体素质的目的,为冲刺高考和奋斗未来打下坚实的革命基础,毕竟“身体是革命的本钱,健康是人生的财富”。良好的身体素质是一切美好生活的基石,是一切奋斗的前提。因此体育教职人员一定要重视时代赋予你们的核心使命,挖掘学生潜力,激发学生兴趣,注重学生体育锻炼,促进学生的全面发展。

参考文献

- [1]谢德源.浅谈如何提高高中体育课堂教学的有效性[J].读天下:综合,2019(2):1.
- [2]石振序.浅谈如何提高高中体育课堂教学的有效性[J].学周刊,2017(13).