

# 新课改背景下高中体育高效教学策略探究

肖小伟

(福建省武平县第一中学 福建 龙岩 364300)

[摘要] 体育教学在如今的教育当中扮演着重要的决定性因素, 尤其表现在高中教育教学当中, 通过其他学科对比这门学科是最基本的学科, 它能够辅助学生有效的锻炼身体, 还能更好地帮助学生减轻学习当中的压力, 让学生向着多元化方向发展。对此, 创建有效的高中体育教学模式, 它是当下新课改教学方式的手段, 也是能够在今后发展当中大力提高学生综合素质的必要过程。

[关键词] 新课改; 高中体育; 高效教学

【DOI】10.12252/j.issn.2096-6288.2021.04.178

随着新课改的不断发展, 很多的课堂教学手段有了相应的变化, 在课堂教学当中大大的提高了教学质量。在当今的社会发展当中, 国家的就业趋势日渐严峻, 致使高中学生的压力日益增长。这种情况下, 学生把过多的心思用在文化学习当中, 对于自身素质的发展被忽视, 这恰恰得造成了心累、头昏脑涨等情况的发生。那么传统的高中体育教育以传授作为主要任务, 使得学生提不起兴趣、自主意识不强的现状。为此, 创建有效的高中体育课堂方式进行教育。

## 一、传统思想观念的改变

好多学生都会想到, 高中教育作为一个核心发展因素, 着重点是加大文化课的教育和学习, 并为未来的大学努力奋斗。因此都会以为体育课在高中课程里不是主要学科, 对体育课不上心。现实的高中学习阶段, 有效地参与体育活动可以缓解学习压力, 还能够加强学习品质。对此, 创建高效课堂, 使得学生的思维方式发生转变, 结合学校的规则对学生进行有效的约束, 老师掌握学生在课堂上的学习状态、纪律性, 让学生积极实施。然后创建激励规则, 在学习当中让学生积极地增强自主性。而后, 老师在体育课堂教学之前做好一切准备, 比如充分地掌握学生的活动细节、体能情况、学习要求等, 结合学生自身设计科学合理的教学目标。

## 二、努力培养学生的活动乐趣

针对学生的独特方式有效地进行指导, 让课堂的氛围变得活跃, 增强学生学习的自主性, 主动地进入到课堂学习当中去。培养他们养成对体育教学的浓厚兴趣, 兴趣能够把学生的想法表达出来, 并创建自身的活动兴趣, 进而来达成自主的意识活动, 让学生更能接受体育教学。乐趣是学生的本能表现, 有的是经过指导而来的。为此, 体育教学课堂里, 老师能够给学生描述健康学习的实例, 激起学生学习体育课程的乐趣。老师能够积极参与并和学生共同进行一对一以及多对一的沟通方式, 多交谈学生有兴趣的话题。例如, 老师能给同学交谈在篮球的世界里谁是有着辉煌成就的明星, 比如乔丹、科比、等。那么这样的交流方式与学生一起来探讨, 让体育课程有了更广阔的空间和乐趣, 高效率的提升学生对于体育学习的认识。

## 三、突出地位, 创建学生间互相合作学习发展

在体育课堂教学过程当中, 老师经常运用开发式的运动作为首要任务, 使得学生不感兴趣, 使其养成了个人的运动模式, 不能使学生的主体地位发挥有效的作用。对此, 成立有效的体育课堂教育, 结合学生相互之间友好合作的方式来体现。比如, 老师结合分组的方式进行班级的足球比赛, 当

学生准备好的时候, 对他们讲述有关的足球知识点、比赛细则等。经过这样的训练模式, 能够大大地增加学生和老师的友好相处, 提高学生对体育课堂的乐趣。

## 四、发展体育游戏, 增加课堂实效性

老师充分的结合体育课外的优势, 提升学生的学习乐趣, 有效地指导学生解决课堂里的紧张气氛, 从而进行自我解压的状态。对此, 充分地借鉴体育游戏增加课堂教育教学, 比如, 老师适当安排学生进行分组, 通过活动给学生讲解比赛细则, 其中游戏方式、惩罚规则也在其中。游戏方式结合生活当中普通的青蛙跳远等运动作为基础, 按多少米循环的运动, 结合运动规则来定成败, 输了的小组要有相应的措施。此时, 在体育游戏当中, 体育老师一定要表现得和蔼可亲, 尽可能地拉近学生的距离, 讲述游戏表现得淋漓尽致, 比如青蛙跳的活动。经过对体育游戏的实施, 能给课堂氛围营造轻松的环境, 利于增加课堂有效性, 进从而来提高学生的体育素养。

## 五、根据学科特点, 对教学进行划分

高校体育课堂的创建时结合学生的实际状态来定, 充分地体现出因材施教, 给他们进行教学划分。老师结合学生综合能力、水准、认识等细节把学生划分不同的班别, 对其特点进行施教。老师还要结合学生的活动兴趣的变化和体质差异, 运用多元化的方法实施, 让所有的同学都能展现自己。此外, 在高一时候没有明确的文理班划分, 男女配比均匀, 对此体育教学模式都是对照学校基础的体育教学课程实施。高二的时候, 学生文理科得到划分, 男女配比得到改变, 所以导致了全班学生有了差异化。在体育教学开展的时候, 老师依照文科理科配比不同的差异进行有效的教学实施。

## 结束语

高中体育课堂教学通过了新课改发生了改变, 在高中教学中有着一定的影响。老师在教学当中, 要结合学生的个性化进行教育, 加强培养学生的体育认识, 搜集科学合理的高效教学模式增加学生自身素质并提高高中体育学习效率。

## 参考文献

- [1] 李明. 高中体育高效教学策略探究[J]. 田径, 2020(8): 15-16.
- [2] 韩文树. 高中体育高效教学策略探究[J]. 新纪实·学校体育, 2019(1): 00126-00127.
- [3] 王春燕. 浅析如何开展高中体育有效教学[J]. 学周刊, 2018(35): 153-154.