

# 新课改背景下高中体育高效教学策略探究

张军

(内蒙古鄂尔多斯市第二中学 内蒙古 鄂尔多斯 071000)

**[摘要]**高中阶段的学生课业多,压力大,只有通过合理地锻炼身体,才能实现对自身压力的调节和释放。良好的身体素质,也能够支撑学生更好地参与到知识的学习中,因此,高中体育教师要能够结合学生和学校的实际状况,积极组织开展体育教学活动。规避传统教学模式下体育教学的弊端,正视当前体育教学中存在的问题,积极采取应对策略,为打造高中体育高效课堂奠定坚实的基础。

**[关键词]**高中体育; 高效课堂; 策略

**【DOI】**10.12252/j.issn.2096-6288.2021.04.195

## 一、当前高中体育教学存在的问题及分析

### (一) 学校对体育学科的重视程度不够

一直以来,体育在各个学科中都处于相对劣势的位置,尤其是在高中阶段的教学中,体育学科被其他学科挤占时间的事情屡屡发生,长此以往,不仅打击学生参与体育课程的热情,也打击了体育教师的教学积极性和主动性。学校对这种行为的默许,某种程度上更加不利于体育课程的开展。

### (二) 教师的教学理念和方法落后老化

高中体育教师自身所处的环境,以及自身素养的限制,导致其教学理念和方法长期得不到有效提升。相对落后的教学理念和教学方法,难以有效激发学生参与体育学习的兴趣。常规的体育教学,被压缩的教学时间,使得高中体育教学受到严重的制约和限制,导致体育教学的效率和质量难以得到有效提升,高效教学的开展也就无从谈起。

## 二、打造高中体育高效课堂的策略

### (一) 革新教学理念,营造良好体育氛围

从学校层面来说,务必要重视对体育教学的开展,在给予体育教学足够多时间的同时,在体育设施及场地上投入更多的精力和资金。不断丰富和完善体育设施、设备、场地等,定期检查体育器械,保障在体育教学过程中的师生安全。同时,从学校层面做好体育的舆论宣传工作,引发社会各方面对体育的重视,积极引进体育人才,为高中体育教学的开展融入新鲜的血液。高中体育教师要深刻理解新课改的内在精神,从传统的体育教学思维中挣脱出来,以新课改的教学目标为指引,不断革新自身的教学理念,坚持“以人为本”的教学理念,将学生的需求与教学目标有机结合起来,制定教学计划,开展教学工作。增强学生与学生之间,教师与学生之间的互动,将学习的自主权给予学生,教师做好指导工作。

### (二) 丰富教学方法,激发学生体育兴趣

高中体育教学活动的开展,离不开正确适当的教学方法,并且体育教学以实践活动为主,其教学特点与课堂教学有很大不同,这就要求教师不仅要有教学方法,还要有适应不同学生特点的教学技巧。高中体育教师在指导学生进行学习的过程中,既要能够吸收传统教学模式中的优点,又要能够结合学生的实际状况,将相对先进的教学方法融入进去,最大限度地实现对学生体育兴趣的激发。值得注意的是,体育教师的教学方法,既不能无视学生之间存在的共性,也不能忽视个体学生存在的某些特点,这就要求教师在教学的过程中,要能够在尊重学生个体差异的基础上,科学地开展教学,使学生感受到参与体育学习的乐趣。学生在兴趣的指引下,能够更加积极主动地参与到体育活动中来,以实现教学效率和质量的提升。如球类运动的教学与体操运动有很大不同,前者更要求团体之间的配合,后者更要求个人素质。球类运动相比体操运动,相对来说,需要更少的体育器材,也有更多的趣味性,因此,球类运动为更多的普通人所接

受,以至于篮球、足球、乒乓球等成为流行的体育运动。

### (三) 提升教师水平,实现知识优化整合

体育,是一门脑力与体力结合的学科,对一个人的整体素质要求很高,对学习者是如此,对执教者更是如此。高中体育教师的执教水平,直接影响着学生的参与度和活跃度,进而导致截然不同的教学效果。新课改理念要求体育教师要具有“双专业性”的特点,即具备深厚的专业知识。将本体性知识和条件下知识结合起来,才能实现对学生的脑力和体力的双重开发,在实践和学习中,也实现对教师教学水平的反向提升,二者相得益彰,互相促进。

从实际的教学经验来看,一名优秀的高中体育教师不仅要具备深厚的专业知识,以及与其对应的理论知识,还要具备与体育相关的其他学科知识。如营养学、心理学、简单的医学知识等,这些知识的获取和应用,不仅能够提升高中体育教学的层次和水平,还能够增添高中体育课堂的趣味性和实用性。将专业的体育教学进行外延,不断拓展其边界,其体现的不仅是教师教学专业水平的提升,也从更加深刻的角度实现着对高中体育教学效率和质量的提升。需要注意的是,教师在关注自身教学水平提升的同时,更要加强与其他优秀体育教师的交流,经常地讨论“先进”教学方法在课堂中的应用,同时也不能将主要精力用于教学技巧,而忽视了对学生体育基础的训练和培养。“既要抬头看天,又要低头看路。”只有这样,才能实现自身专业水平和体育高效教学的达成。

## 三、结语

综上所述,新课改背景下高中体育高效教学的开展,需要我们在正视当前体育教学中存在问题的基础上进行分析,找出产生问题的原因,对症下药,解决影响高中体育教学效率和质量的问题。学校管理层及教育主管部门,要转变意识,提升对体育教学的重视,加大对体育设施的投入力度,为学生参与体育教学营造良好的外部环境。高中体育教师,要正视自身存在的不足,加强学习,不断深化和优化自身的教学理论和行为,并结合学生及当地的实际状况,在体育教学中进行应用。科学、正确地运用体育器材、设施、场地等,组织开展丰富多样的体育实践活动,在激发学生体育学习兴趣的同时,提升学生的积极性和主动性。综合不同学生的不同状况,引导学生养成良好的体育习惯,启发学生的终身体育意识,从更加深刻的角度促进高中高效教学的开展。

## 参考文献

- [1]范军平.论新课改背景下中学体育课堂教学策略研究[J].体育研究与教育,2009,24(21):38-41.
- [2]马立业.新课改背景下高中体育有效教学策略探析[J].考试周刊,2018(95):132.
- [3]张立刚.新课改背景下高中体育教学策略的研究[J].才智,2017