

# 高中体育教学实行“教会、勤练、常赛”模式的方法探究

方志勇

(台山市鹏权中学 广东 台山 529200)

**[摘要]**随着近几年我国素质教育改革不断深化,体育课程教学成了教育部门关注的焦点,通过提升体育课程教学质量可以有效提高学生自身综合能力,并为“全民健身”发展理念的落实打下坚实基础。因此在高中体育教学过程中,教师就开始利用现代化教学模式对学生进行引导,以通过这样的方式来提高课程教学合理性与有效性。例如在教学过程中教师可以应用“教会、勤练、常赛”的教学模式来引导学生,以通过这样的方式来提高课程教学合理性与有效性。那么本文就对高中体育教学实行“教会、勤练、常赛”教学模式的方法进行总结分析。

**[关键词]**高中体育;体育教学;教会;勤练;常赛

**[DOI]** 10.12252/j.issn.2096-6288.2021.06.527

通过对高中阶段教学工作进行总结分析后可以了解到,很多高中在对学生进行教学引导时经常会重点关注学生学习成绩,影响到体育课程教学工作,并且高中生的身体素质也十分堪忧。所以在素质教育改革背景下,教育部门就提出要加强高中体育教学工作质量的发展计划,为此高中体育教师在教学中就将“教会、勤练、常赛”教学模式应用了起来。以通过这样的方式来创新高中体育课程教学模式,同时提高学生身体素质与思想观念意识,进而为学生未来人生发展道路打下坚实基础。

## 一、目前高中体育教学存在的问题

高中阶段的学习对于学生来说十分重要,学生在这一阶段不仅要学习文化知识,其身体素质也需要得到有效提升,只有这样才能保证学生成为新时代所需的现代化人才。但是若要对高中体育课程教学工作进行总结却发现一些严重的影响问题,这些问题出现不仅会对学生身体素质提升带来影响,严重的还会导致我国素质教育改革制度落实受到影响。那么就需要对高中阶段体育课程教学中存在的问题进行总结分析。

### (一) 高中生体育运动技能掌握不牢靠

当前很多高中阶段体育课程教学工作经常会这样的问题,那就是教师在教学过程中经常会对学生大篇幅的基本体育知识讲解,但是却并未对学生实践教学引导,这就导致学生在学习过程中无法正确应用所学体育运动技能。在总结还了解到,部分高中还会出现体育课程被占的情况,这就导致学生接触体育课程的时间很短,并且部分运动技能的实践引导时间也会相应缩短,长此以往持续下去就会导致体育课程教学工作失去其存在价值。最后就是部分教师在教学过程中经常会放任学生自由活动,在户外教学时教师只是简单地对学生躯干活动引导,随后就让学生自行活动,这样不利于学生运动技能的掌握与应用<sup>[1]</sup>。

### (二) 体育课堂外的练习时间短、次数少

因为高中课程安排较为紧密,再加上学生文化课程学习成绩需要快速提升,所以就会有文化课程教师占据体育课程,这就导致体育课程教学进度受到影响。大多数课堂外练习都需要一定的知识讲解后才能组织学生进行,所以随着体育课程被占据,课堂外练习的时间就会被缩短,同时户外训练次数也会随之减少。部分体育课程教师在教学过程中经常会出现这样的引导方式,那就是直接放弃户外引导,转而在课堂中利用大量专业知识讲解的方式让学生了解各种体育动作。还有部分教师在教学过程中会出现“半堂课”的引导问题,即课程教学前二十分钟会认真引导学生进行体育动作学习,当学生能够大概做出动作后,教师就会让学生自行练习,这就导致学生在练习过程中随意活动,最终影响到课程教学质量与效率,学生也无

法在学习中牢牢掌握运动技能。

### (三) 体育竞赛形式单一学生参与热情不高

在高中体育竞赛中存在这样的问题,那就是在竞赛中的项目种类十分单一,长此以往持续下去就会影响到学生参与兴趣。例如在体育竞赛中经常会出现跑步、跳远等基本体育项目,但是却缺少学生感兴趣的体育项目,例如篮球、羽毛球、排球等,大多数高中给出的答案都是因为这些活动组织开展会浪费学生学习时间。所以在发展过程中为了提高学生对体育活动的参与兴趣,各高中就需要将“教会、勤练、常赛”的教学模式应用起来,以通过这样的方式来提高彰显出体育运动与竞赛的价值,并将学生体育潜力激发出来,以通过这样的方式来提高体育课程教学质量与效率。

## 二、高中体育教学“教会”的思考

在体育运动中有各种各样的项目类型,例如田径、游泳、球类等,这些不同的运动项目有着不同的规则,并且对于运动场地的需求与设备的需求也各不相同。所以在实际教学引导过程中,就需要让学生掌握专业的体育知识,进而推动学生身心健康成长。这也是“教会”的基本需求,即教师在引导过程中灵活应用体育知识对学生进行引导,使学生在学习过程中能够掌握相应运动技能。例如在对学生进行短跑与投篮技能教学时就要注意,在教学过程中一定要加强对思想观念意识的提升,并规划好教学引导方案,其实最重要的就是在教学过程中一定要将以下问题重视起来。

### (一) 提高教师自身职业素养

在教学引导过程中,体育教师的职业素养会直接影响到课程教学效率与质量,所以在“教会”引导时,就需要将教师职业素养问题重视起来,并利用合理的方式来提升体育教师职业素养。首先在教师自身方面,在遇到文化课程教师提出占课需求后,体育教师一定要坚守住底线,并对文化课程教师说“不”,同时还要在教学设计规划时对教学实践进行合理设计,以通过这样的方式来维护体育课程,并将体育课程的重要性展现出来。其次在学校方面,各高中领导部门也要结合实际情况去帮助体育教师提高自身职业素养,例如加强与体育教师的交流,并了解体育课程开展难处,积极组织各年级体育教师开展交流活动,让教师在活动中相互交流教学心得,最终制定出规范的教学引导方案,并提升教师职业素养<sup>[2]</sup>。

### (二) 创新体育课堂教学

高中体育教师在教学过程中若要保证“教会”,就需要对课堂教学理念与方式进行创新。例如传统体育课程教学中教师经常会通过口头提问的方式询问学生对哪些动作存在不了解的情况,然而学生在学习过程中为了尽快自由活动就会规避这一问题,这就导致教师很难在询问过程中了解到学生真实情况。

所以在教学过程中教师就可以利用现代化的方式来了解在课程学习中遇到的问题,例如在实际教学过程中,教师可以通过调查问卷的方式让学生对动作的掌握情况进行自我评价。还可以为学生提供专门的展示时间,让学生分别对动作进行还原,进而在学生还原过程中了解到学生动作学习存在的问题。最后教师还可以利用分层引导的方式来提高学生知识掌握能力,保证学生在学习过程中能够更快地掌握运动技能,进而有效提高课程教学合理性。

### (三) 积极探索信息化教学

随着近几年信息技术不断深化,高中各学科教学工作者就开始利用信息技术对学生进行引导,以通过这样的方式来提高学生课程关注度。那么在体育课程教学过程中,教师就需要结合实际情况去制定相应计划与方案,并利用现代化教学模式对学生进行引导。例如在实际教学过程中,教师可以利用网络学习平台将一些学生感兴趣的体育活动教学视频上传,进而有效提高学生自主学习的能力。与此同时,在对一些动作进行教学引导时,教师还可以利用多媒体教学设备将动作进行拆分引导,保证学生在学习过程中能够正确了解所学知识,并掌握相应体育动作的应用,最终做到真正“教会”学生<sup>[3]</sup>。

## 三、高中体育教学“勤练”的思考

对于处在高中阶段的学生来说,运动技能不仅要学会,还要可以灵活应用,所以教师在教学过程中就需要结合实际情况让学生“勤练”,以保证学生在学习过程中能够养成扎实的运动基础。那么教师若要“勤练”的作用价值展现出来,就需要结合实际情况对学生进行引导,并将以下引导方式应用到课程教学中。

### (一) 鼓励高中生在课堂上大胆练

在对高中生体育课程学习情况进行总结分析后了解到,很多学生在学习过程中经常会出现不敢练习的情况,究其原因是因为学生害怕自己动作掌握不牢固被其他同学嘲笑。那么在引导过程中,教师就需要针对这一问题制定出合理的解决方案,例如应用全班学生共同活动的方式让学生在课堂上做出所学动作,或是将学生划分成为学习小组,通过小组之间相互指导训练的方式让学生敢于作出动作,并在练习时认真思考每一个动作的幅度。最后为学生组织开展小组比赛,使学生可以在比赛的激励下更加认真地学习知识,同时提高学生知识理解与掌握能力,利用“勤练”提高课程教学和理性与有效性<sup>[4]</sup>。

### (二) 布置体育课后作业

相信很多体育教师经常会忽视这一问题,那就是在教学过后为学生布置课后作业,其实体育课程布置课后作业的目的不仅仅是为了让学生灵活应用所学体育动作,更多的是为下一堂课教学打下基础,只有在教学过程中为学生布置下课后作业,才能保证“勤练”为课程教学带来帮助。那么在教学过程中,教师就可以利用现代化教学模式对学生进行引导,例如在教学结束后可以让学生相互监督去完成一些课后训练任务,教师可以结合学生性格特点以及学生关注的体育运动为其布置课后作业,同时根据学生体能设计不同的任务量。如篮球、足球、短跑、长跑等,通过结合实际情况划分的方式使学生乐于完成课后作业。长此以往持续下去学生就能够掌握运动技能,同时还会养成自主运动的生活习惯。

## 四、高中体育教学“常赛”的思考

在高中体育课程教学中,还可以通过体育竞赛来激励学生,使学生在竞赛过程中能够牢牢掌握并将所学运动技能作用价值展现出来,保证学生可以在竞赛中了解到体育的魅力,同

时还可以帮助学生积累一定的比赛经验。那么在发展过程中各高中体育教师与各高中管理层就需要将体育竞赛组织重视起来,并做到“常赛”,进而为学生良好的身体素质与运动经验积累带来帮助。

### (一) 班级体育竞赛常态化

在教学引导过程中,教师一定要针对学生的竞赛思维进行培养与提升,并积极组织班级内开展一些竞赛活动,使学生能够关注体育运动。在引导过程中教师可以将学生分成不同的竞赛小组,让学生小组之间进行比拼,以激发学生的竞赛精神。与此同时,教师在竞赛组织过程中还需要将活动趣味性重视起来,以通过这样的方式来进一步提高学生参与兴趣,进而有效提高学生体育运动技能水平<sup>[5]</sup>。

### (二) 年级体育竞赛全员化

各年级体育教师在教学过程中一定要加强合作,并在交流过程中组织开展年级内部的体育竞赛,使学生可以在年级竞赛的激励下积极参与到训练与学习中,保证全部学生都能够参与到体育竞赛中。与此同时,各年级组还要与学校领导取得联系,通过学校领导的支持与更有深度的宣传来提高体育竞赛在学生群体中的影响力,进而为学生身体素质提升带来帮助。最重要的就是各年级教师一定要针对本年级学生的性格特点与身体素质制定相应比赛项目。

### (三) 校际竞赛规范化

年级组之间的比拼或许无法真正带动全部学生的参与积极性,所以在引导过程中,各高中领导就需要结合实际情况组织开展校际比赛,通过对校内各年级学生的引导让全体学生都能够感受到体育竞技的魅力。同时还可以在在一定程度上为“全民体育”起到推动作用。那么在比赛组织过程中就要保证制度、设备、场地、裁判规范化,借此提高学生体育认知,还可以在在一定程度上提高学校知名度<sup>[6]</sup>。

## 五、结束语

通过以上总结可以了解到,在当前这一素质教育改革不断深化背景下,高中体育教师在教学过程中应利用怎样的方式对学生进行引导,同时也了解到“教会、勤练、常赛”的教学模式应用能够为体育课程教学工作带来怎样的帮助。那么在实际教学过程中,教师就需要结合实际情况对教学模式的应用进行探索分析,并根据学生实际情况去制定适用于学生的引导方案。最重要的还是在教学过程中一定要树立正确体育课程教学理念,只有这样才能保证课程教学工作有序开展,并为学生未来人生发展打下坚实基础。

## 参考文献

- [1] 武斌鹏. 高中体育教学中培养学生终身体育意识的对策研究——以景泰县高中为例[J]. 体育风尚, 2019, (6): 198-198.
- [2] 蔡皓, 王潇凌. “美式”高中高质量体育教学的三大要素: 机会, 内容与方法——以上海协和国际学校为例[J]. 体育学刊, 2015, (1): 84-89.
- [3] 阙富琴. 高中体育教学中培养学生终身体育意识的方法探究[J]. 考试周刊, 2019, (50): 131-131.
- [4] 讷金惠. 基于核心素养培养高中体育合作精神的教法探究[J]. 考试周刊, 2019, (18): 112-112.
- [5] 杨贵. 探究如何提高高中体育课堂教学模式的有效性[J]. 幸福生活指南, 2019, (21): 1-1.
- [6] 梁红兵. 对于高中体育分类教学模式的实践探究[J]. 文体用品与科技, 2020, No. 435 (2): 116-117.