

# 高中体育组合技能单元教学策略的优化探讨

程华民

(山东省莱西市第一中学 山东 青岛 266600)

**[摘要]**在高中,学生们都在为了自己的前途奋斗,将自己的全部精力放在了学业上,从而忽视了身体锻炼和娱乐,这对于学生自身的健康发展有着极大的影响。在学校开设的体育课中,大多数学生总是借故逃课,自己留在教室中争分夺秒地学习,这其实对于学习成绩的提高没有太大的作用,反而那种擅长劳逸结合的学生能够做到利用自己的时间,让成绩步步提高。基于此,以下对高中体育组合技能单元教学策略的优化进行了探讨,以供参考。

**[关键词]**高中体育组合技能;单元教学策略;优化探讨

**[DOI]** 10.12252/j.issn.2096-6288.2021.06.538

## 引言

体育教学一直以来都是高中教育中必不可少的一部分,学生通过适当的体育锻炼不仅可以增强自身体质,还可以有效释放压力,保障自身心理健康,而这些对于学生学习和成长都是有极大的促进作用的。然而在以往的高中体育课堂上,教师的教学观念落后,教学手段单一且枯燥,因此很难发挥学生的主观能动性,也就造成体育锻炼的效果不强,更多时候成了形式上的安排。

### 一、高中体育教学问题分析

(一)学生基础和主观意识薄弱,对体育锻炼认识不够深入

大多数学生对体育教学的重要性认识不够,导致高中生对上好高中体育课的主观意识不强,对体育课程安排的内容重视程度不够,完成不积极。并且由于我国幅员辽阔,经济发展也不均衡,形成的学生差异也较大,偏远山区和农村地区与经济发展较好的城市就形成鲜明的反差,学生基础差异大,教学方式方法也要不同。例如,在偏远山区,许多高中生,在高中阶段都没有接触过系统科学的体育理念灌输,更很少接触包括足球、排球、篮球、羽毛球等运动项目。这样就形成了教学过程中的复杂性,教师在高中体育课程教学中,就很不容易考虑到每一位学生的基础和接受程度。

(二)教师体育教学指导能力存在一定不足

由于并不重视体育教学,传统模式下的高中体育教师还存在着“教学能力不足”的问题,这使得他们在新课程背景下也无法很好地指导学生学习体育知识。甚至一些教师依旧采用传统方法组织课堂活动,习惯于向学生提出刻板的运动、学习要求,同时组织单一模式的课堂活动,让新课程背景下的高中体育课堂依旧具有明显的刻板特征,也严重影响了整体教学质量。

(三)教师的专业度问题

尽管我国当前体育事业正处于蓬勃发展的上升阶段,但是在高中等基础学校仍缺乏一批专业性较强的体育教师,这也是导致我国体育教育效果欠佳的主要原因之一。从当前的现状来看,很多学校的体育教师并非专业院校毕业,导致很多新的教育理念无法与日常的教学有效的融合,课堂效率也不是很高。

### 二、高中体育组合技能单元教学优化策略

(一)知识与技能巧妙迁移,落实组合技能教学要求

立足于体育课程的性质,在实际教学中,教师可通过实践操作,提升学生的运动技能,落实体育组合技能训练的教学要求。例如,在完成“羽毛球组合技术”的理论教学内容后,教师可组织学生以比赛的形式进行实践操作,考查学生的羽毛球组合技术运用情况。学生两两一组参加比赛,期间,有的学生参照林丹的动作技巧,选择网前推后场球,有的学生选择吊对角线进行过渡。学生在模仿、训练期间,选择技能组合技术,不仅能提高临场应变能力,还能对组合技能知识进行巩固、内化,以此实现知识与技能的巧妙迁移,落实高中体育组合技能的教学要求。

(二)重视学生协作,提倡合作学习

在大多数时候,体育并非一项独立的个人运动,而是需要以团队协作作为支持。因此,高中阶段的体育课堂教学,也需要融合协作理念,提倡学生的合作学习。当高中生在合作状态下探究知识、参与运动时,课堂氛围在无形中会变得更加活跃,他们对课程活动的参与度也会更高,进而促进教学效果的提

升。此外,高中生虽然已经参与了一段时间的体育运动,但依旧会存在“无法完全掌握运动技巧、无法准确理解课程知识”的问题,这或多或少地会使他们在自主学习活动中产生一些困惑,从而影响其接下来的课堂知识探究状态、运动参与积极性。而合作模式的构建,可以促进生生对“知识是什么”“运动技巧是什么”的交流,使出现自主困惑的高中生在交流中逐步走出困境,使其在思维碰撞中对“如何理解知识”“如何参与运动”产生更多灵感,从而提升他们的学习有效性。尤其是在合作中实现互帮互助,学生还能对“团结协作”的体育精神形成更好的理解,进一步调整自身体育意识和运动理念。

(三)以问题引发思考,挖掘运动新技能

基于新课标的教学要求,教师在教学中以问题为出发点,引导学生挖掘新的运动技能,培养学生的终身体育锻炼意识。例如,在教学“羽毛球组合技术”时,教师可以组织学生观看相应的羽毛球比赛视频,让学生结合比赛内容研究羽毛球实践技巧,并提出探究问题让学生思考:在林丹的拉吊场景中,吊球应该注意什么问题?有的学生回答:接球之后步法应回位,接球目的要明确;有的学生回答:要避免挑球、推球,击球节奏不应出现变化,否则就不能达到做假动作的目的;有的学生回答:击球瞬间的发力动作如果缓慢,击球效果就不佳。教师继续提问:你们觉得林丹运用了哪些科学的组合技术?学生经过互相讨论,总结出网前推后场球、假动作、直线后场球、直线高球等组合技术。在问题的引导下,学生积极思考、探究,强化了对羽毛球组合技能的认识,并全面掌握相应专业术语,这有利于其进一步提升实践操作技能。

(四)培养中学生的体育精神和团队意识

在具体教学过程中,教师要摆脱传统教学理念的束缚,要以教师传道授业解惑的高度专业精神和职业感进行专业课程的深度研究,将自身对体育项目的理解做到深入细致,对体育课程的表达能够深入浅出,并能够身体力行地对学生进行引导和传授,使他们了解体育项目,锻炼体育精神。在此基础上,要加强师生之间的交流,利用各种方式,调动学生的积极性,包括投票、讨论等多种方式了解学生们的需求,然后量身定制学生们喜欢和接受的体育项目和教学方式,从而激发学生的学习积极性,更好地学习体育项目,并能够从体育项目的锻炼中理解体育精神,理解团队精神,从而对学生的全面发展,身体健康起到至关重要的作用。

### 结束语

教师要准确解读体育新课改理念,在教学中做到以学生为主体,充分发挥学生的主体作用;在教学后要不断反思,总结教学实践活动的经验和教训,完善和改进教学方法,以提高体育教学质量,增强学生体质,助力学生成长成才。

### 参考文献

- [1]曾腾,李荔,杨广.对高中体育课堂“教学评一致”的思考[J].体育教学,2021,41(02):23-26.
- [2]沈备兰,许莹.高中体育单元教学“问题”与“问题链”的设计与探索[A].中国体育科学学会.第十一届全国体育科学大会论文摘要汇编[C].中国体育科学学会:中国体育科学学会,2019:2.
- [3]李阳海.高中体育单元教学计划制订策略[J].中学教学参考,2018(36):40-41.
- [4]张兵.高中体育组合技能单元教学优化策略的研究[J].当代体育科技,2017,7(09):133-134.