

新课改环境下高中体育高效课堂教学策略

牛山坡

(河南省鲁山县第一高级中学 467300)

[摘要]教师在开展体育教学中,要以提升学生的综合能力为前提,关注学生的发展性,遵循“健康第一”的原则,通过不断地学习和总结教学经验,创新教学方法及手段,从真正意义上提升学生运动的基础能力,培养学生的体育综合素质,进而促进高中生全面健康的发展。文章从当前高中体育教学现状进行研究,整理、探讨了高中体育教学如何进行改进,如何能够更好地提高高中生体育素质和体育精神,以及学校教师应如何进行培养与提高。

[关键词]高中体育;新课程;对策

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-6288.2021.06.917

随着时代的变化,教育工作者要投入更多的精力深入研究如何更好地提升学生的身体素质,提升心理健康。但是教师在沿用传统的体育教学方法时,经常会暴露出一些比较严重的实际问题,这在一定程度上对高中体育教学的有效开展造成了阻碍,对学生的发展也产生了一定的影响,因此,作为高中阶段的体育教师,要花费更多的精力和时间去钻研新课程标准下对高中体育教学所提出的新要求和新规定,并积极采用科学的教學手段,提升高中体育教学效率。

一、传统高中体育课堂中存在的普遍性问题

在以往的高中体育教学中,教师往往比较关注对学生进行单一技术动作的练习,但是这样的简单训练并不能有效达到提升学生运动能力的效果。此外,这种单一的基础性练习存在较强的随意性,教师没有设立明确的教学目标,学生在训练时也会觉得枯燥,学习态度消极。目前,大部分高中体育教师在开展体育教学时,并没有一套属于自身的教学方式,而是一直沿用传统的教学形式和手段,忽略学生在课堂教学中的主体性,在课堂上,学生只能按照教师安排的内容进行训练或者自由活动,导致课堂教学质量不高。对于高中体育教学来说,很少有教师会真正借助教材上的内容,而且每个地区的体育教材都存在一定的差异,其总体内容也缺乏一定的科学性和完整性,因此,也很难满足现阶段高中生对体育的学习需求。

二、基于新课改的高中体育实践教学

1. 以全新的教学理念开展体育实践教学。

新课程改革要求以学生为中心,摒弃传统体育教学模式,突破旧思想观念的束缚。教师要贯彻落实新课改理念,以促进学生全面发展为核心,从学生的实际出发,从社会的需要出发,使体育教学与社会需要相融合,为社会主义事业培养合格的建设者和接班人。例如,在高中篮球“行进间运球”的教学中,教师以前采用的教学方法往往以重复练习为主。教师做完示范动作后,让学生一遍一遍地练习。在这种被动的练习中,学生往往会缺乏练习的积极性和主动性,练习效果不佳。为改变这种教学局面,教师可采用尝试教学法,先让学生观看视频形成动作概念,然后让学生分组进行尝试,看能不能完成动作。最后教师要示范,让学生讨论交流:教师做的动作好在哪里,哪里还有不足,在讨论交流后,学生再尝试练习。在练习中,学生可以相互学习,动作规范的学生可以做老师,教其他同学,相互帮助,共同提高。这种课堂实践教学,能活跃课堂气氛,增进学生之间的感情,取得显著的教学效果。

2. 发挥学生主观能动性,变教师的教为学生主动的学。

在体育教学中,教师要注重激发学生学习兴趣,充分发挥学生的主观能动性。只有这样,才能变教师的教为学生主动的学,才能提高体育教学质量。教师的教需要建立在学生的学习基础之上。因此,在备课过程中,教师要做到备学生,为学生的学习做好预设。在教学中,教师还要根据学生学的情况及时调整教学策略,尽可能满足学生的学习需要。例如,在教学“纵箱前滚翻”时,传统的教学方法是教师进行示范,让学生

轮流练习。这个动作具有一定的难度,需要建立在垫上前滚翻的基础之上。学生只有学好了垫上前滚翻,才能学习纵箱前滚翻。教师如果对学生没有了解,就直接进行纵箱前滚翻教学,这是非常不可取的,也是极不安全的。比如,教师做完了示范才发现学生都不会做,也不敢做,此时就显得很尴尬。跳箱都抬来了,学还是不学,这样就会使教学陷入被动。因此,教师一定要提前了解学生,这样才能做好课前预设,才能有效发挥学生的主观能动性。要开展纵箱前滚翻教学,教师先要教会学生行进间的前滚翻,并且一定要让学生熟练掌握动作要领。在练习纵箱前滚翻前,教师还要利用几分钟的时间让学生熟悉垫上前滚翻,这样才能开展纵箱前滚翻教学。

3. 运用教学评价激发学生学习的积极性

体育教学中对学生的评价不是最终目的,而是教学的一种有效手段,目的是激发学生的学习积极性,提高教学效率和教学质量。因此,教师要建立完备的评价制度,以充分发挥教学评价的激励作用。教师的评价要以鼓励和表扬为主,评价的手段不要过于生硬。比如,有的教师每教学一项内容之后,直接对学生进行评价。很显然,这种评价过于生硬,操之过急。在有限的时间内,学生不可能很快就掌握运动技术,教师应给学生留有一定的练习时间。此外,学生存在个体差异,有些学生对某些项目的学习会遇到困难,比如,在篮球运动中,高个子学生占优势,矮个子学生就不占优势。因此,教师要多方面评价学生,做到公平、公正。学习完篮球传球之后,教师可以从以下几方面评价学生。第一,从传球质量上评价。传球动作达标,动作优美得分高,传球到位得分高。第二,从进步情况评价。有的学生进步快,从不会到会的过程所用时间比较短,这样的学生得分高。第三,从学习态度评价。在学习这一内容时,有些平时不愿意参加体育锻炼的学生能较高的热情参与到学习中来,还带动了其他同学,活跃了课堂气氛,这样的学生得分高。无论哪一种运动项目,教师都可以从学生的学习态度、学习热情等方面进行评价,以调动学生参加体育运动 的积极性,培养学生终身体育意识。

结语:

总之,高中阶段的体育教学对高中生的身心发展有着很大的作用。我们应该努力找到现行体育教学中的不足,努力调整 and 改变,尽力提高高中体育授课的教学水平和教学环境,在达到教学目标的基础上,提升体育项目的普及程度,对高中生身体素质、学习发展起到相应的作用。

参考文献:

- [1] 黄向亮. 基于新课改的高中体育教学实践与反思[J]. 成才之路, 2021(21): 120-121.
- [2] 王振乡. 探究如何有效开展高中体育乒乓球教学[J]. 当代家庭教育, 2021(21): 9-10.
- [3] 游文. 浅析高中体育教学体能训练的强化路径[J]. 考试周刊, 2021(58): 108-110.