

# 高中体育教学问题及改进措施

杨凯

齐河县实验中学

**[摘要]**随着我国教育体制改革进程的不断推进,不管是教育部门,还是学校都开始注重对学生的全面培养,并在立足于素质教育的基础上,来实现学生的个性化以及全面化发展。而对于学生来说,通过体育课程的开展,一方面可以帮助他们更好的强身健体,另一方面也能通过与其他学科的相互作用,来提升自身的综合素养,进而为其将来走入社会奠定良好的基础。基于此,本文以高中体育教学现状的分析为切入点,来进一步分析高中体育教学中存在的问题,以及教学改进的必要性,从而更深层次的探讨相关的改进措施,希望能为高中的体育教学提供一些参考和建议。

**[关键词]**高中体育; 教学问题; 改进措施

**[DOI]** 10.12252/j.issn.2096-6288.2021.08.268

## 前言

都说身体是革命的本钱,所以对于学生来说,只有全面提高自身的身体素质,他们才能有精力吸取更多的知识。特别是高中生,在高中这一时期,他们每天都要面临着巨大的学习压力,所以这时就需要通过体育课程的开展,来帮助他们释放压力,增强体质,从而使他们能以更好的面貌去迎接高考<sup>[1]</sup>。而也正是因为他们处于考大学的关键时期,所以我国很多高中相比于体育课程,学校更注重其他文化课程的教学,所以我们要从科学的角度去看待高中体育教学的开展,以在此基础上全面提升高中整体的教学水平和质量<sup>[2]</sup>。

## 1 高中体育教学现状分析

### 1.1 高中体育教学课程设置现状

通过高中的课程表,我们就可以看出在课程的设置中,与其他学科相比,体育课程的排课是比较少的,并且大部分的高中每周只有一节体育课,但有些时候会由于一些其他学科的原因,导致他们会占用这一节的体育课。并且对于一些重点高中来说,学校会明令要求在课程的设置中高三的学生是没有体育课的,所以这也就说明体育课完全被其他考试学科所占有。而究其原因,就是因为这一时期的学生正处于考大学的这一关键阶段,所以面对家长望子成龙的心态,学校会特别加强考试科目的设置,进而忽略体育课程的重要性。

### 1.2 高中体育教学设施现状

在体育课程实际开展的过程中,要想获得良好的教学效果就离不开体育设施的辅助。但是目前我国有许多高中,不管是在设备的引进上,还是在器材的运用和保管上,都存在非常大的问题,甚至有些高中都没有购入相应的器材,以及建设相关的场地。所以在体育课程实际的开展过程中,大部分学生都是听老师讲解相关的体育知识和理论,而这样不仅会打击学生对体育这门学科的兴趣,还会影响最终的教学效果。

### 1.3 高中体育教学意识现状

近年来,随着奥运会的普及和热播,我国逐渐刮起了一股体育浪潮,而由此也推动了体育教学的发展,与此同时,也使得一些体育的项目受到了社会的广泛关注。但是我国许多高中学校在升学率的影响下,使得他们并不重视体育的相关教学,

以及课程的设置和安排。而这样的做法也导致在实际的体育课堂中,有些老师出现了不认真上课的现象,从而导致学生失去了提高身体素质的机会。

## 2 高中体育教学中存在的问题

### 2.1 对体育教学重视度不够,思想观念落后

我们都知道,高中对于学生整个学习生涯来说,是一个非常非常重要的阶段,因为最终的高考成绩,将会决定学生未来的走向。所以在这一关键时期,不管是学校,还是家长以及学生自身都会把全部的精力和注意力放到考试科目的学习上,那么这种做法和心态,就会导致体育教学被忽略。再加上,有些高中在体育课程的安排和设置上还比较缺乏科学性,从而无法更好地调动学生的积极性。除此以外,不管是体育老师还是学生都没有对体育这门学科的重要性和必要性有着充分的认识,所以在实际的教学中,有些老师只是为了上课而上课,而学生大部分也都是敷衍了事,因此这严重影响了体育教学的开展和发展。

### 2.2 教学方法组织形式单一,偏离教学目标

对于体育这门学科来说,其的特殊性就在于除了要向学生传授一些相关的理论知识以外,还要注重体育教学的开展形式,但是从我国许多高中体育课程开展的现状来看,大部分都是停留在表面的形式主义。再加上体育教学的方法过于单一,组织形式过于落后,从而导致无法完成最终的教学目标。虽然一些学校受到新课改的影响下开始革新相应的体育教学方针,但是在体育方案的制定上,并没有充分地考虑教学的可行性以及学生的实际情况,从而导致最终教学方案与实际的教学内容完全脱节。除此以外,我国高中的体育教学还普遍存在创新能力不足的问题,所以这就使得高中的体育教学,不管是以何种形式开展最终都是讲解一些体育的理论知识以及一些相关的肢体动作。

### 2.3 教学过程缺少体育情感培养,忽视学生心理问题

不管是开展哪种学科的教学,我们都应该坚持学生的主体地位,所以对于体育课程来说,当然也是如此。但是如何调动学生的积极性已成为我国高中体育教学重点探讨的内容。这是因为目前的高中体育教学,不管是在师生的互动交流上,还是

在体育活动,游戏的开展上,都存在一定的消极性。再加上体育老师在实际教学的过程中,并不会过多的投入对学生的情感培养,只是在立足于教学方案的基础上来,完成相关的教学任务。另外,受高考的影响,使得很多体育老师也认为高中生应该以学习考试科目为主,而体育这门学科与其相比,并没有那么重要,所以在实际课程的开展中学生只要懂得放松就可以。但是这种观念却会导致学生无法更加深入地得到身心的锻炼,那么当其将来走入社会时,就会缺乏足够的意志力和勇气。

### 3 高中体育教学改进的必要性

#### 3.1 促进学生全面发展

通过体育课程的深入开展,可以使学生亲自参与到相关的体育活动中,这样不仅有利于学生强身健体,还能使其在参与体育的活动中加强自身思想品德的培养,进而在此基础上促进自身的全面发展。并且由于体育这门学科的特殊性,使其与其他学科相比,需要更多的肢体活动,那么学生就可以在实际的参与过程中,使自己身体的各个部位都能得到很好地锻炼。与此同时,老师也可以在实际的课程开展过程中,通过学生在肢体,语言,情绪等方面的表现,来了解学生的心理活动,进而通过对学生基本性格的掌握,来找到最适合他们的教学方法。

#### 3.2 是新时代体育教学的要求

随着社会的不断进步,时代的不断发展,体育教学在高中中的整个教学体系中所占据的位置越来越重要。但是对于我国传统的体育教学模式来说,其只是一味地注重对体育理论知识和相关运动技能的讲解,因此这就会导致在整个体育教学的过程中,老师会重点关注学生对运动技能要领的掌握,从而往往忽视了其他方面的体育教学。并且随着教育体制改革的不断推进,体育教学的主要内容,也不单单只是要求学生掌握相关的运动技能,而是希望能够通过体育活动的开展来向学生传达顽强拼搏,永不放弃的体育精神进而在此基础上,培养学生积极向上,勇往直前的人生态度,以及帮助他们树立正确的人生观,价值观和世界观,从而在增强学生身体素质的同时,还能更好地提升学生的社会适应能力,以使其成为全面发展的优秀人才。

### 4 高中体育教学改进措施

#### 4.1 重视高中体育教学,树立正确的体育教学理念

要想全面提高体育教学的质量和水平,我们就要从老师的工作态度来入手。因此在高中体育课程实际开展的过程中,老师要首先端正自己的教学态度,并通过对体育这门学科重要性和必要性的充分认识,来帮助学生更好的成长成才。具体来说,对于体育老师来说,他们要先明白体育课程的开展,不单单仅是一节课,一个放松的过程,而是要在实际的教学中,让学生明白通过参与相关的体育活动,能更好地提高身体素质,与此同时,也能使他们自身的道德修养得到有效提升。其次,老师要以提高学生身体素质,传达相应的体育精神,情感,为

最终的体育教学目标。最后,体育老师还应通过相关理念的传达,运动知识的讲授,来让学生明白参与体育活动,学习体育这门课程的重要性,进而使他们在面对紧张的学习任务时,能够得到更好的放松,以及能够拥有更加丰富的课余生活。

#### 4.2 施教者从自身做起,营造良好的体育教学氛围

体育老师应该在实际的课程开展中,发挥自己的榜样作用,也要通过自身的言传身教,来形成一个良好的体育教学氛围,进而通过展现自己昂扬法精神面貌,来调动学生参与体育活动的积极性。首先,体育老师应通过正确,积极的引导,来帮助完成相应的体育活动,并用自己积极,阳光的心态来感染学生,从而使学生能够更好地感受到体育的魅力。其次,老师还可以通过组织相应的体育游戏,来培养学生的体育精神,进而使他们能够更加深入地了解什么是竞技体育。最后,在发挥教师的主导地位的同时,也不能忽视学生的主体地位,因此我们应通过遵循“以人为本”的教育理念,来加强老师与学生之间的沟通交流,同时老师要懂得换位思考,多站在学生的角度去考虑问题,并根据实际情况,来开展有计划,有针对性的体育教学。

#### 4.3 改进体育教学方法、创新教学模式

除了上述两个方面,我们也要对体育的教学方法,教学模式进行相应的改进和创新。比如,我们应该立足在学生个体间差异的基础上,开展有层次的分层教学。具体来说,在体育教学内容的设计上我们可以坚持由简到难,由基础到深入的教学流程,来使学生能够更好地适应相关的体育活动,进而通过这种循序渐进的方式,来培养学生对体育这门学科的兴趣。除此之外,我们还应在立足于理论教学和实践教学统一的基础上,来进行体育技能的讲解和示范,从而在提高学生体育理论知识的同时,还能使学生更好的掌握这项运动的技巧。最后,我们还可以根据学生的实际需求,来调整相应的教学内容,并且还可以借助新教学理念的融入,实现模式上的创新。比如,学校可以在立足于体育项目和活动内容的基础上,划分不同的体育班级,然后学生可以自行选择自己感兴趣的体育班级加入,这样不仅能够更好地调动学生的积极性,还能使学生认识到更多志同道合的朋友。

### 5 结语

综上所述,体育活动的科学深入开展,不仅能够促进学生身心健康的发展,还能在提高学校整体教学质量和水平的同时,实现对学生的全面培养,进而为其之后的学习和就业打下一个良好的基础。

#### 参考文献

- [1] 卢昌江. 高中体育教学存在的问题及改进措施[J]. 甘肃教育, 2020(11): 137.
- [2] 马亚军. 浅析高中体育教学中存在的问题及改进措施[J]. 新一代(下半月), 2017(4): 34.