

新课改背景下的高中体育教学问题及对策研究

郭家川

(山东省泰安市泰安长城中学, 山东 泰安 271000)

摘要: 在新课改背景下, 高中体育教学发生了变化。在教学形式上、理念上、方法上、内容上都进行了调整, 对于培养学生心理健康、提升身体素质给予了积极的意见和建议。教师要结合高中生这一重点人群发展, 围绕高中阶段在其生命历程中的重要作用, 运用创新、多元的教学模式提升学生个人核心素养。根据应试教育理念, 在高中阶段要通过开展体育教学活动, 提升学生身体素质水平, 促使其应对学习带来的压力, 为备战高考做好充分准备。本文中详细阐述高中体育教学的意义、问题、对策。

关键词: 新课改背景; 高中; 体育教学; 问题; 对策

【中图分类号】G633.96

【文献标识码】A

【文章编号】ISSN1002-879X(2023)11-186-02

引言:

高中体育课程是新课改课程体系的重要组成部分, 体育课程对学生身心健康具有积极的影响意义。因此, 在新课改背景下, 教师要通过优化教学过程、设计课程内容、运用适宜方法、培养综合能力等, 提高学生身体素质、心理素质, 在良好的身心状态下迎接高考的挑战。同时, 高中体育教学, 既要发挥综合素质培养的作用, 又要肩负着综合型人才培养的责任。体育教师利用体育课程帮助学生进行拓展训练, 使学生在体育项目中放松心情、调整情绪、陶冶情操, 有效减轻学习压力, 从而获得坚毅品格。

一、新课改背景下的高中体育教学的意义

(一) 有利于学生缓解学习压力

在应试教育思想的影响下, 高中体育课程教学中, 教师运用适宜的体育项目, 积极开展创新性、趣味性教学引导活动, 使学生在沉浸在体育项目中, 提高身体运动量、培养健康心理状态, 帮助学生忘却学习的烦恼、缓解学习的压力。另外, 在新课改背景下, 体育教师利用课程教学活动, 培养学生正确的学习和生活习惯, 利用体育项目促进学生发展, 帮助其养成良好的运动生活习惯等, 为抵御强大的学习压力提供体能支撑, 践行新课改背景下高中教育劳逸结合理念。

(二) 有利于学生身心健康发展

高中阶段是学生身心发展的关键期, 在此阶段, 要通过开展体育课程教学活动, 积极开展身体塑形、心理健康指导, 帮助学生了解体育课程的多样性和综合性特点, 使学生在知识探索与能力提升中提高综合学习能力, 为其全面性、系统性发展铺平道路。结合体育教育事业发展与改革目标, 在高中阶段落实身心健康教育工作, 是高中课程改革的重点内容, 也是提高学生个人核心素养的有效路径。同时, 高中体育教学中, 要从锻炼身体素质着手, 提高学生的竞争意识, 以健康体魄应对学习、生活的挑战, 为学生全面发展提供助力。

(三) 有利于实现新课改目标

高中体育教学中, 要遵循新课改要求, 实现新一轮基础教育课程改革目标, 对于增强学生个人综合能力具有积极的促进作用。在“深化教育改革、全面推进素质教育”基础上, 构建符合素质教育要求的基础教育课程体系, 对于提高师生互动时成效, 提升课程教学质量、提高学习水平具有重要的促进意义。教师要结合高中体育课程教学总目标, 实现新课改教学总目标, 促使学生在多样性、创新性、系统性学习环境中提升综合学习能力, 在身体上、心理上通过体育项目得到有效锻炼。同时, 体育教学过程中融入了实用性、科技性元素, 找到学生进行系统全面的课程学习, 提升人格品行、培养竞技意识、形成体育精神。

二、新课改背景下的高中体育教学问题

(一) 体育教育观念滞后

体育课程是学校教育和课程体系的重要组成部分, 是拓展学生个人综合能力的有效渠道。新课改背景下, 高中体育教学旨在促进学生个人素质全面发展, 从而贯彻落实新课改教育教学新思想、新理念。但是, 受到体育教育观念滞后性影响, 使得体育课堂上, 难以实现理论与实践相结合的方式开展教育活动, 学生仅仅遵循运动技术学习这一内容进行体育活动, 导致学生被动重复各种体育训练动作, 不能进行自主创新和个性发展。同时, 教育观念滞后导致学生学习兴趣不足, 长期处在过负荷

的体育训练课程中, 造成学生体育学习思想疲劳, 不能感受课程的教育性和趣味性价值, 难以开展高水平、高效率的课程学习活动。

(二) 课程教学内容保守

新课改背景下, 高中体育教学要在改革发展的背景下, 体现出课程教学内容的多样性、创新性优势, 让学生了解体育课程的结构和内涵, 增强学生课程体系认知能力, 为开展趣味性教学活动做好铺垫, 进而提高学生课程学习综合能力。但是, 在实践教学中发现, 高中体育教学受到外部因素影响, 课程教学内容过于保守, 难以吸引学生的眼球和身体, 导致体育课堂教学氛围低迷。另外, 在应试教育背景, 普遍认为高中是学生的冲刺期和决战期, 要将所有时间倾注在文化知识学习上, 从而忽视了体育教育, 导致学生难以实现劳逸结合, 长此以往造成身心上的疲惫。

(三) 体育教学资源匮乏

在传统体育教学体制下, 忽视体育课程的重要性, 导致学生出现“重文轻武”的学习问题, 不利于学生身心和谐发展。同时, 高中阶段体育教师的薪资待遇较差, 缺乏一定的财力支持, 使得专业体育教师聘请存在一定阻碍, 在职教师工作积极性和主动性较差, 导致学生在体育课堂上进取心缺失、积极性不足, 造成高中体育课堂教学中, 体育知识和技能训练浮皮潦草。另外, 高中学校重文化轻体育的思想, 使得学生体育教学设施资源不足, 没有专门的体育训练场地和环境, 健身器材、训练器材匮乏, 影响体育课程正常讲解, 难以开展实践训练活动。

(四) 信息技术教学缺失

信息时代背景下, 高中体育要合理应用信息技术手段开展教育教学活动, 帮助学生在课程学习体验中建立信息化思想, 为其未来发展做好环境适应训练。同时, 提高学生信息技术应用能力, 借助信息技术手段开展理论课程教学活动, 通过视频、动画等形式进行技能训练活动, 为学生全面发展奠定坚实基础。但是, 在具体教学中, 由于体育课堂教学缺乏固定场所, 没有相应的体育教室, 导致体育课程教学难以实现信息化。学生不能在信息化课程中, 提升体育学科理论知识学习效果, 难以开展高质量、高水平的课程学习活动, 造成学生课程学习核心素养培养缺失。

(五) 缺乏体育实践活动

“实践出真知”, 高中体育教学中, 教师要结合学生的特点, 科学开展教育教学活动, 带领学生在课程探究中培养学习意识, 增强综合学习能力, 全面落实新课改教学目标和要求。但是, 在实践教学活动中, 体育课程教学同样存在重理论、轻实践的现象, 教师难以通过开展具体性课堂教学设计活动, 培养学生的体育实践能力, 导致高中生在体育课堂上存在自由懒散、思想懈怠等问题, 使得课堂教学环境不堪入目。另外, 实践活动的缺乏, 还会导致课堂理论教学难以落到实处, 学生仅仅掌握了理论知识而没有实践活动做支撑, 难以提升体育学科核心能力。

三、新课改背景下的高中体育教学问题解决对策

(一) 优化教育观念, 挖掘课程本质

教师要在传统教学观念的基础上, 落实新课改教育目标, 通过增加师生之间的互动交流机会, 帮助学生开展创新性、趣味性实践活动, 让学生在具体学习中受到新观念的影响, 逐步增强综合学习能力。因此, 教师通过对新课改教育观念进行深度研究, 创设具有教育意义的课程内容, 带领学生开展趣味性探索活动, 使学生在体育课堂上放松心情、锻炼身体, 感受体育竞技的快乐, 科学培养学生健康学习

思想,形成良好的体育运动习惯。

例如:在开展高中体育教学中的——男生“引体向上”、女生“仰卧起坐”时,教师要通过转变教育教学观念,创设轻松、自由的课堂环境,带领学生感受体育运动的优势和作用,增强高中生群体对体育课程的兴趣,积极开展体育课程教学本质挖掘工作,提高学生个人综合能力。同时,教师要帮助学生认同自己,鼓励学生树立体育自信,抓住学生成长发展的特点,开展有针对性教学指导工作。比如:

(1)教师认真研读教学大纲,了解高中体育课程实际教学情况和学生学习情况,对“引体向上”“仰卧起坐”教学有哪些优点和缺点,及时做好教学方案设计工作。(2)科学开展体育备课工作,发挥团队的力量,帮助学生克服学习和生活上的问题,逐步掌握体育训练中的重点、难点技术和知识,使学生对体育课程及题目项目产生兴趣。(3)加强集体训练,运用教育资源。教师通过组织学生开展集体性训练活动,让学生在集体性氛围中提高实践学习能力,加强自主训练、培养自发参与意识,在和谐、友好、开放的训练活动中培养健康身心,同时,科学利用体育教学资源,创新课程教学内容、优化课堂学习形式,体现课堂教学的流畅性、生动性、开放性作用。

(二)丰富教学内容,培养学习兴趣

教师要围绕新课改教学目标,在体育教学活动中要落实与时俱进思想,通过开展实践探索学习活动,培养学生课程核心竞争力,为学生长远性发展做好铺垫工作。因此,在高中体育课程教学中,教师要注重拓展课程教学内容,运用丰富多样教学内容吸引学生的注意力,促使学生在课程探索中保持积极性和求知欲,提升体育课程教学质量与水平。在新课改的要求下,教师要灵活创设教学内容,运用多种教学手段,挖掘体育课程的趣味性元素、与生活实际结合,培养学生探索学习的习惯,围绕具体体育项目内容开展实践学习活动,从而培养良好的体育课程参与学习兴趣。

例如:在高中体育课程内容要利用课程内的体育项目、学校“两操”、课外体活、大课间、校外拓展等,激发学生对体育课程的探索与参与兴趣,培养学生良好的体育运动习惯,从而落实新课改教育教学要求,完成高中体育教学“工程”。比如:针对学校开展的全民健身活动,体育教师要做好协助工作,带领学生在体育课堂率先操练起来。首先,在体育课堂上,要通过加强“两操”的教学课时,帮助学生熟练掌握“两操”的动作技巧,培养学生扎实的体育运动基本功,同时为缓解课间压力做好充分准备。其次,在“两操”的基础上,做好拓展训练,加入多样性体育训练项目,丰富课堂教学内容,让学生不断刷新认知,在趣味性体育实践活动中提高综合学习能力。比如:开展竹竿舞、健美体操等教学活动,丰富学生课堂学习内容。最后,组织学生开展“两操”竞技比赛活动,以班级为单位进行学年选拔,学年优秀班级进行学校“两操”总角色,在这样的竞技活动中,既提升带动学生参与积极性,又培养良好的体育学习兴趣,促进学生全面发展。

(三)挖掘教学资源,提高教学质量

新课改背景下,针对高中体育教学中:重视度不足、师资匮乏、场地缺失、器材缺失等问题,专门给予了意见和建议,为提升高中体育课程教学质量提供的重要依据。因此,学校方面,要加强高中体育教学的重视度,提高教师薪资体系;加大体育教学资金投入,配备完善的体育场地和器材;教师方面,要提升自身教学素养、履行教师职业职责,在具体教学实践活动中,展现自身的专业技能,为学生提供优质的教学服务,增强体育课程教学能力。

例如:在解决高中体育教学中器材短缺的问题时,首先,教师要发挥学生的主体作用,激发学生的想象力与创造力,在现有教学资源中进行教学器材升级改造,通过自制体育教具的形式,挖掘体育教学资源,帮助学生培养灵活的应变思想,锻炼实践操作能力,为开展新课改下的体育教学活动做好铺垫。在“改造操场器材”中,要对原有器材进行改造、升级,使体育课程训练发生变化,创设良好的课程教学内容。比如,在一些欠发达地区的高中学校中,还在利用单杠、双杠进行体能训练,甚至单杠、双杠的数量不足或破损。这时,学生利用墙壁进行摸高跳跃训练,起到拉伸、力量的训练目的,解决了单杠、双杠不足的问题,实现了体育器材自制目标,完成体育课堂教学任务。其次,在体育课程重点、难点内容教学中,教师通过改革创新教学方法,帮助学生利用平行动作和技巧进行替换,降低体育训练的难度、减轻学生学习压力,使学生获得课程学习自信心、培养课程参与积极性,有效完成各项体育训练任务。

(四)巧用信息技术,加强安全教育

将信息技术应用到高中体育教学中,是新课改教学的有效手段,也是高中体育教学趋势。教师要结合多样性教学方法,设计体育课程教学课件,帮助学生开展基础知识、实践训练、安全教育等学习活动,增强学生课程学习综合能力。体育教师要具备良好的信息技术素养,在体育教学中灵活运用信息技术开展教育教学活动,为学生提供有效的学习路径,从而提升高中生体育课程学习成效。

例如,在高中体育“篮球”教学中,通过运用信息化教学手段,提高课程教学成效,增强学生实践体验能力,有效落实理论与实践结合的教学思想,为提高学生课程学习核心素养助力。比如,(1)利用信息技术手段搜集篮球的起源、发展,带领学生观看NBA、CBA联赛,培养学生篮球探索学习兴趣,让学生在课程探究中增强综合学习能力。(2)利用信息技术直观、形象的教学优势,提高学生篮球技术动作难点和重点的掌握能力,全面培养学生篮球运动兴趣。如:在篮球传球教学时,教师要锻炼学生的身体协调性,让学生在技术动作示范课件的细致讲解下,了解传球的要领和技巧,提升学生实践学习能力,锻炼规范、标准的传球动作。(3)在信息化教学中,通过视频、动画的演示,让学生了解篮球运动带来的风险,在进行实践学习时,要避重就轻,加强基础动作的训练,提高课程学习能力。同时,通过教师录制学生训练视频,提供给学生反复观看,帮助学生了解自身的缺点和不足,以安全、健康、发展为前提进行自我调整,提升篮球技术水平。

(五)设计拓展活动,锻炼综合能力

素质教育的目的是以培养学生健康身心为目标,让学生在体育课程以血洗活动中,锻炼综合体能、增长知识见闻、开展实践活动,全面落实新课改背景下教学做一体化理念。高中阶段,学校、教师、学生要是体育课程学习,让学生在课程探究中培养坚强品质、获得健康身心,使学生的竞争意识得到培养,从而建立自强、自信、自主的学习意识,提升个人综合能力。同时,体育教师要利用体育课程教学实践活动,辅助学生开展其他学科知识学习,凸显体育课程的教学融合性作用,为学生全面发展铺平道路。

例如:在高中体育课堂教学中,教师通过开展拓展实践活动,培养学生的“信任”意识,让学生在具体实践活动中学会与他人交流沟通,提高学生的安全感,为未来长远性发展做好铺垫。教师围绕新课改教学目标,创设以“信任”为主题的教学活动,将学生分成A、B组,通过集体性训练的模式,锻炼学生团队配合能力,培养团队信任意识。比如,在“信任背摔”拓展活动中,通过学生实践体验、自主参与,培养对队友的信任意识,增强学生团结合作能力。首先,A组为背摔组,B组为保护组。A组学生将两手反向交叉握拢,紧紧贴在胸前,两脚并拢,全身绷成一条直线,向后倾倒;倾倒过程中,身体不能出现弯曲的体态,两手不能向外伸展。B组学生将两腿弯曲成“弓”字步并拢,双手搭在队友肩膀上,将手掌心向上,上体和头呈后仰状态,在A组学生倒下后,通过合力将其接住,通过这样的背摔实践拓展活动,帮助学生建立信任、培养责任意识。

结束语

总而言之,高中阶段体育教学要遵循新课改要求,注重运用体育课程缓解压力、强健体魄。教师要结合体育教学中的问题制定详细的对策,通过开展教育实践活动,培养学生创新、创造能力,促使学生在课程探究中提升综合学习能力和培养健康身体素质。新课改背景下,体育教师要注重学生体育兴趣培养,在传统教学模式基础上运用信息化、体验式教学方法,调动学生参与动力,促使其满足个性化发展的前提下,发展体育特长,增强综合能力,帮助高中生在健康的体魄和健康的心理下迎接高考挑战,促进自身全面性、长远性发展。

参考文献

- [1] 王奎阶.新课改背景下高中体育教学有效方案[J].新课程教学(电子版),2022,(15):055-057.
- [2] 胡玉慧.新课改背景下高中体育多元化教学方法探索[J].拳击与格斗,2022,(08):067-069.
- [3] 杜忠杰.新课改背景下高中体育教学思路与方法创新[J].吉林教育,2022,(16):063-065.
- [4] 蔡娟.让学生在体育课堂真正“动”起来——新课改下的高中体育教学问题与对策[J].学周刊,2022,(11):175-177.
- [5] 赵新宇,赵鑫.新高考,新课改背景下高中体育选项教学模式创新研究[J].青少年体育,2022,(02):115-116.
- [6] 刘闯.试论新课改下高中体育教学的影响因素及其措施[J].学苑教育,2022(4):87-88,91.
- [7] 顾湘彦,朱卫华.围绕体育与健康课程的若干思考——对新课标修订的点滴建议[J].体育教学,2018,(01):038-039.