

基于核心素养视角的高中体育教学探究

蒲皓

重庆市江津中学校, 中国·重庆 402260

【摘要】对学生核心素质的培育是高中体育教学中的重要教学目标,作为体育教师来说应该充分认识到对学生核心素养进行培育的重要意义,相应的采取策略促进学生综合素养的提升。基于此,本文首先介绍了高中体育教学中核心素养培育的重要意义,之后从对体育教学内容加以创新;对课堂教学方法进行改进;重视开展多样化的团队活动;合理组织竞技式体育训练四个方面提出了基于核心素养视角高中体育教学的策略。

【关键词】核心素养;高中体育;意义;策略

高中体育教学中要重视对运动能力、健康习惯、品德素质以及学习能力等核心素养的培养,这些核心素养的培育对于学生平时的生活和学习奠定了良好的基础,对于学生后续的发展以及综合能力提升也提供了良好的前提。作为高中体育教师来说,在体育教学的过程中,要基于学生主体,引导学生积极投入到体育运动当中,采取多样化的体育活动促进学生身体素质和运动能力的提升,并促进学生综合素养的提高。

1 高中体育教学中核心素养培育的重要意义

1.1 有助于学生身体素质的增强

对高中生体育核心素养进行培养,其重要的目标是促进学生身体素质的提升,体能的强化,进而给其正常的学习和生活以基础保障。高中时期,学生的学习负担较重、压力较大,学生的身心都出现了一定的变化。为促进学生身心素质得以健康发展,高中体育课程的建设要基于学生内在的实际需求,并将德育元素融入其中,从而促进学生思想的健康发展。

1.2 有助于学生压力的释放

高中阶段,学生的学习任务非常的繁重,学习压力大,时间紧,长时间在这种强压下学习,一些高中生无法对自身进行良好的调节,就会造成出现焦虑和不良的情绪,甚至会产生一些心理问题,对其心理健康发展十分不利。而体育课程,通过为学生创造了活动的空间,让学生在体育锻炼的同时,为其心理压力的释放提供了良好的途径利用体育教学对学生的心理压力进行调节具有多种方法,比如,可以通过对教学环境的更换调动学生体育学习的积极性;利用教学方式的转变,在尊重学生个体差异的基础上,促进学生自信心的提升;利用教学内容的调整,使所有学生都亲身体验到不同运动项目所带来的不同体验。

1.3 有助促进体育教学质量的提高

为了更好地促进学生体育素养的提升,有效反馈机制的构建必不可少。在高中体育教学当中,通过系统教学活动的开展以及反馈机制,教师可以对教学当中的不足进行及时的调整,不但有助于推动教学的完善,还有助于促进教学质量的提升,使体育教学朝着多元化方向发展。

2 高中体育教学中核心素养培育的策略

2.1 对体育教学内容加以创新

在高中体育教学的过程中,教师不但要对学生的动作要领给予指导,还应该使学生可以积极地参与到体育锻炼中。为此,要对教学思想进行创新,对教学方式加以转变,从而对体育核心素养进行有效的培养。对于教育来说,不仅仅是要向学生传授知识和能力,更为重要的是育人,对学生的核心素养进行培养。因为面临高考,学生的压力较大,知识学习的任务也十分的繁重,而体育课程的重要性则得以凸显,这对于高中生的身心发展是非常不利的。因此,作为高中体育教师来说,应该对体育教学内容进行积极的创新,使学生可以通过体育活动对压力进行释放,从而促进其身心得以综合提升。

2.2 对课堂教学方法进行改进

以往的体育教学方法较为单一,主要是教师主导,通过教

师的讲解和示范进行知识和技能的传授,学生作为被动的接受者,只是按照教师的节奏进行学习,缺少自主探究,学习积极性不高,这对于核心素养的培育是十分不利的。因此,作为高中体育教师来说,应该对于体育课堂教学方法进行不断的探究和改进,为学生创设一个宽松活跃的氛围,通过对竞赛游戏以及情境创设方法,调动学生课堂参与的积极性,使更多的学生在游戏当中得到锻炼,帮助其身心压力得以缓解。此外,教师还可以充分借助信息技术,对传统教学理念加以转变,采用翻转课堂的教学模式,指导学生进行学习,真正地课堂还给学生,通过和学生的互动交流而对其潜能进行挖掘,培养其自主学习能力,调动其主观能动性,促进其思考和问题解决能力的提高。

2.3 重视开展多样化的团队活动

多样化的团队活动是培养高中生体育核心素养的重要途径,多样化的团队竞赛活动不但能够对学生合作体育精神进行培养,还可以更好地促进学生间的人际关系,提高集体的团结和凝聚力。利用体育活动可以为高中生良好人际关系的形成创设健康地生活与学习氛围,让学生增进和其他同学间的接触,让彼此间的距离感因为有着共同的爱好而快速消失,更为顺畅进行交流和沟通,由此在自身良好行为习惯的养成和提高的过程中,促进其人际关系的提高和发展,让学生在让身心感到放松的同时提升其团队合作能力以及交往能力。

2.4 合理组织竞技式体育训练

与其他课程相比,体育不但有助于促进学生身体素质的提高,更有助于培养学生健康的心理。体育运动基本上伴随人发展的医生,缺少健康的体魄,难以更好的生活和学习。因此,在高中体育教学中,体育教师不但要积极引导学生进行体育锻炼,养成良好的运动习惯,还可以合理组织竞技类型的体育训练项目,使学生们在竞技中增强乐趣,提升竞争意识以及战胜困难的意志,以更为积极的心态处理问题,比如组织拔河、足球和篮球比赛等,使学生不但在其中深刻地体会到运动所带来的乐趣,促进学生间的情感交流、合作精神以及责任意识,并在不断地战胜自身中提升其意志品质,以更加健康和积极的态度迁移到学习中,促进学习效率的提高。

3 结语

核心素养教育是贯彻素质教育思想,实现立德树人根本教育目标的重要途径。因此,高中体育教学的过程中,要重视通过对学生核心素养的培育,促进学生养成良好的身心素质以及与终身发展相适应的核心能力。

参考文献:

- [1]黄传婷.高中体育教学核心素养培养对策[J].当代体育科技,2020(32):113-114+117.
- [2]王小龙.高中学生体育核心素养现状分析及培育途径探讨[J].当代体育科技,2020(31):141-143.
- [3]弭贵芳.基于核心素养培育的高中体育课堂教学研究[J].当代体育科技,2020(19):81-82+85.