

高中体育教学核心素养培养策略分析

刘俊光

松原市第一高级中学

[摘要] 新课改后各学科的教育都注重学生核心素养的培养,高中体育核心素养也就是培养学生和体育相关的能力,包括体育知识、体育水平、体育意识和体育品质等几方面。在高中体育的教学中,教师需要改变传统的体育观念,对体育教的方式方法进行优化,加强对体育核心素养的培养,促进学生身心健康成长,提高学生的综合素质。本文主要从四个方面讲述了在高中体育教学中培养学生体育核心素养的策略。

[关键词] 高中体育教学; 体育运动; 核心素养; 培养策略

引言

在传统的教学中,体育课经常被忽视,常常会被其他主课占用时间,体育教师在教学中也流于表面形式,没有注重对学生核心素养能力的培养。新课改后,培养德、志、体、美、劳全面发展的综合素质人才,更注重对学生能力的培养。体育课不仅是要锻炼学生的身体,还要培养学生的体育相关素质,培养学生体育的综合能力。

一、体育知识的培养

体育知识包括体育基础知识、体育安全知识和体育专业知识。这些知识是学生体育核心素养的基础,教师可以根据体育知识对学生的体育行为进行规范,对学生的体育能力进行提升,对学生的体育习惯进行合理的培养,从而养成学生科学的体育运动习惯,避免学生在体育运动中受到伤害^[1]。

在传统的体育教学中,教师往往都是采用户外教学的形式,虽然在一定程度上锻炼了学生的体育能力,但是教学形式比较单一,学生对体育知识的学习比较少,还有可能导致学生在体育运动中受到损伤。在具体的教学过程中,教师可以改变以往的教学方式,对学生进行体育知识的教学,通过对网络平台,运用微课等教学方式,对体育知识进行理论讲解^[2]。比如怎样避免在体育锻炼中使身体受到损伤?如何更科学规范的进行体育训练?如何提高体育训练的有效性?通过这种短视频对体育知识进行集中的讲解,在相应的教学环节,帮助学生进行更科学、规范的体育训练。

教师还可以对体育知识进行拓展,增加学生的体育兴趣,比如:教师可以利用多媒体让学生观看奥运会,还可以让学生对自己喜欢的体育明星和体育运动进行交流,还可以组织观看体育比赛活动,让学生感受体育运动的氛围,提高学生的体育兴趣,培养学生的体育知识。

二、体育水平的培养

体育水平包括体育行为和体育技能,先天遗传因素起到比较大的影响,但是也可以通过后天的锻炼来提高体育水平。高中体育教师在体育教学中,可以有目的、有方法地提高学生的体育水平。在课堂教学中,教师可以通过教学示范,教学生进行技能的学习,在学生完成技能的学习后,对学生的运动表现进行评价指导,纠正学生运动技能上的错误,帮助学生掌握正确的运动技能,提高学生的运动水平。在运动技能的教学中,教师也可以通过多种方式方法来活跃课堂气氛,提高学生的学习兴趣。

比如:在篮球的学习中,对于单肩上投篮这个技能,教师可以采用多种方法交替教学,

在课堂开始教师可以通过多媒体视频,播放优秀篮球运动员投篮的视频,学生看完后一定会觉得很帅气,想要模仿。教师可以让学生分组进行练习,按照视频进行规范的练习,对学生练习进行指导,选择几个动作比较规范的学生进行榜样示范。还可以让学生对这个动作技能进行讨论,哪里需要注意什么?怎样才比较规范?教师还可以通过组织比赛的形式,激发学生的运动热情。

三、体育意识的培养

在传统的体育教学中,教师对学生体育技能的培训较多,对学生的体育意识培养不够。教师有必要培养学生健康运动的体育意识,学生的学习压力比较大,坚持体育运动可以锻炼学生的身体素质,还可以缓解学生身心的压力,顺应全民健身的热潮,培养学生良好的体育运动习惯。在平时的体育教学中,教师要注意对学生终身运动体育意识的培养,在学校的校园文化方面也可以加强体育意识方面的建设。比如:可以通过校园黑板报、校园广播等平台宣传体育文化和体育精神,让学生意识到体育运动的必要性;还可以发展体育社团,对学生的体育潜力进行挖掘;还可以组织各种体育运动竞赛,提高学生对体育运动的参与度。学校方面也需要加强对体育教师的培训,组织体育环境相关的座谈会,引导教师培养学生树立终身运动的体育意识。

四、体育品质的培养

体育品质包含了责任意识、团队协作能力、不怕困难、敢于拼搏、坚持到底等,这些既是道德品质,也是体育品质。对学生体育品质的培养,有利于学生形成良好的道德品质,提高学生的核心素养^[3]。教师在教学中要注意把体育品质渗透到体育教学中。

不管是在学习中、生活中还是工作中,体育品质都是非常重要的。比如:教师可以组织年级的篮球比赛,在比赛中培养学生的体育品质。在比赛前,教师培养学生坚持锻炼,认真准备的比赛态度;在比赛中培养学生遵守规则、公平竞争、全力以赴的比赛心态,在比赛时保持良好的心理素质,注重团队间的协作配合,充分发挥自己的运动技能,完成自己在团队中的职责;在比赛后培养学生保持好的心态,认识到比赛第二、友谊第一,比赛只是一种竞赛手段,结果不是最重要的,团队成员间的配合,在场上稳定的发挥才是最重要的。再比如在长跑比赛中,鼓励学生勇于坚持,坚持到最后就是胜利,就是对自我的战胜和提升,培养学生坚持到底的意志力等,教师要根据不同的情况,引导学生不同的体育品质,帮助学生树立正确的比赛心态,培养学生良好的体育品德。

结束语

体育核心素养的培养呈现出高中体育教学的全新面貌,教师在教学中要更新教学的理念,运用多元化的教学方法,提高学生的体育积极性,加强对体育知识和体育意识的培养,提高学生的体育水平,培养学生在体育运动中的体育品质,最终提高学生的体育核心素养。

参考文献:

- [1] 唐雪银. 基于核心素养的高中体育课堂教学审视[J]. 新教育时代电子杂志(教师版), 2020, (10): 167.
- [2] 黄君智. 高中体育教学核心素养培养策略[J]. 当代体育科技, 2020, 10(18): 68-69.
- [3] 廖胜扬. 基于学生核心素养培养的高中体育教学探讨[J]. 广西教育(中等教育), 2019, (12): 55-56.