

高中体育与健康教学的有效性方法探讨

◆刘小文

(广西壮族自治区百色市隆林各族自治县隆林中学 533400)

摘要:高中阶段对每个学生来讲都具有重要意义,因此当前阶段无论是教育部门还是学校和家长都越发重视高中体育与健康教学的有效性。文章阐述了高中体育与健康课程的教学现状,提出了提高高中体育与健康课程教学质量的措施以及教学有效性的方法

关键词:高中体育与健康;教学有效性;提高措施

一、高中体育与健康教学概述

相当长一段时间里,高中体育课程教学活动在开展中都没有得到有效关注,新课改的不断深入以及新高考要求的影响下,高中体育与健康教学的受重视程度有了显著提升,高中体育和健康教学在新课改之后逐渐产生了变化,对两者之间的有效性问题产生了全新的认识。体育教学有效性可以简单总结为教与学两个方面的内容。教指的是教师的教学行为,而学则是学生的学习行为。只有实现教与学的有效配合,才能在特定时间内完成教学任务并实现规定的教学标准。教师应该遵守体育教学活动的客观规律,尽最大努力在缩短时间、精力以及物力投入的同时提升教学效益,继而满足社会和个体对体育教学价值的需求,并使学生身心素质发生改变,使其与预定目标的特性相符合,这指的就是体育教学的有效性。

二、高中体育和健康教学有效性概述

相当长一段时间里,高中体育课程教学活动在开展中都没有得到有效关注,新课改的不断深入以及新高考要求的影响下,高中体育与健康教学的受重视程度有了显著提升,近几年,高中体育与健康教学的能力与水平也有了明显提升。但也需要清醒地看到,很多高中生对于体育学科知识的理解状况并不良好,其运动能力也相对较低,这表明,高中体育健康教学活动开展中依然有很大的可调整与优化空间,一些固有的教学不足需要弥补,系列教学问题更是需要得到有效解决。新高考的背景下,高中体育教师也需要对体育与健康教学的调整和优化事宜进行更多思考

三、提升高中体育和健康教学有效性的具体措施

(一)帮助学生树立正确观念

健康、正确的体育和健康教学理念是一个优秀体育教师必须具备的,教师自身对体育和健康教学产生的认知应该从根本上进行改变,提升对体育和健康教学的重视程度,才能以更好的状态开展体育和健康教学工作,才能给予学生学习体育和健康知识合理的评价,并进行科学的指导。体育教师需要不断改正高中生对体育和健康课程的认识,提升高中生重视体育和健康课程的程度,结合每个学生的现实情况和身体素质,拟定出更加具备个性化的运动计划。体育教师要通过不断学习来提升自身素养和专业技能,从多个角度对体育和健康教学质量进行提升,从而增强体育和健康教学的有效性。

(二)完善高中体育与健康课程教学的基础设施

教学场地的尺寸及体育器材的种类都直接影响高中体育与健康课程教学方案的选择及教学质量的提升。高中学校领导应适当地增加体育场地及体育器材的投资,为体育与健康课程教学环节及教学模式的创新提供硬件设施方面的保障,最大限度地提高学生参加体育课程的安全性。高中学校应聘请专门的人员定期检查维修体育器材,满足高中体育与健康教学活动对体育器材的基本需求。

(三)重视课堂教学形式,采用多样化的教学方式

由于教学方式方法的选用会对教学进程以及教学成效取得产生直接影响,有大量教学实践表明,良好的教学组织形式有利于体育和健康教学有效性的提升,现阶段开展体育和健康教学的主要步骤为:课前准备活动、课程示范、集体训练、自主练习等环节。此种教学模式虽然有利于教学活动充实性和紧凑性的提升,但是学生学习及参加体育和健康课程的积极性并不能得到有效激发。教师可以挑选一些符合体育活动的游戏,同时划分小组开展针对性的对抗训练。这样可以充分发挥学生于体育课堂中的

主体作用和主观能动性,体育和健康教学的有效性也可以得到更加明显的提升。高中体育与健康教学活动开展中也要注重教学方式方法选用层面的调整。互联网+教育这一理念下,高中体育教师可以对多媒体设备以及信息技术进行运用,并借助其与传统教学方式方法的融合,来更好驱动一般性教学活动的开展。例如,高中体育教师可以平台上下载一些优秀的教学资源,并通过多媒体设备在课堂教学中进行展示,让学生能够对运动流程,技巧和细节等有一个更为直观的认识,这对于提升教学的有效性也有很大帮助。体育与健康教学本身的单调性特征较为明显。伴随着教学方式方法的不断多元,教学中的现实选择能够不断提升,这也利于新高考相关要求的更好满足。另一方面,新高考背景下体育与健康教学中,选项教学是该课程改革的重点和难点。而选项教学组织形式的优化也需要多元化教学方式直接体现出来,通过构建高中体育与健康课堂教学多元性评价的模式来实现,这能够从根本上影响着新高考背景下的高中体育与健康教学的效果。具体教学中,教师可以根据教学内容与学生实际情况,采用讨论、辩论等多种方法,让学生掌握和运用提高健康的基本方法、技能。还可以采用情境教学法,将体育与健康知识与生活中的实际问题相结合,此外,还可以采用小组合作学习,让学生进行专题研究、训练,从而达到体育与健康的教学目标。

(四)健全课程教学评价体系

学校管理人员应与时俱进,积极创新体育与健康课程教学评价模式。高中学校可以让班级内所有学生填写体育与健康课堂教学效果的调查问卷,鼓励学生写出对教师的评价,从而提高教师教学效果评价体系的真实性。另外,学校还应建立健全体育与健康课程学习评价机制,将高中生体育与健康课程考试成绩与实践成绩按照一定的比例计算出最终成绩,让教师在评价学生课堂表现情况的基础上,开展学生之间的互评、自我评价,并将其纳入教学评价体系。

四、结语

现阶段,提升高中体育和健康教学的有效性,依然需要从从事体育教育的工作人员不断研究,高中素质教育改革在加快高中体育与健康课程教学模式创新进程的同时,也提高了对高中体育与健康课程的教学要求。只有通过丰富体育与健康教学内容、创新体育与健康课堂教学环节等方式,才能实现体育与健康课程教学效率的提升。

参考文献:

- [1]龚雪燕.王甫.高中体育与健康教学计划制订探析[J].青少年体育,2016(8):54
- [2]张厚学.简析高中新课程改革下体育与健康课堂教学的变化[J].运动,2017(5):29

