浅谈提高高中体育课堂教学的有效性

◆李小巧

（山西省洪洞县第一中学校　山西临汾　031600）

摘要：随着高中体育教学的不断改革和发展，提高高中体育课堂教学的有效性逐渐成为人们关注的焦点，也成为体育教学课程改革的重要部分，高中体育课堂教学的有效性能够在一定程度上有效地提高体育教学质量，对如何提高高中体育课堂教学的有效性提出一系列方法措施，并对其进行了深入探讨。

关键词：高中体育；课堂教学；有效性

学生的进步和发展作为高中体育课课堂教学的有效性目标，不仅能够有效地促进学生体育课学习效率的提升，而且能够提升体育教学的教学质量和水平，相对于传统体育教学方法的枯燥，体育课堂教学的有效性就是为了转变这种枯燥、单一的教学模式，在良好的学习氛围中将体育理论知识有效地讲授给学生的同时，能够真正达到提高学生整体素质的目的。提高高中体育课堂教学的有效性，不仅要充分调动起学生的主动学习性，而且要从根本上激发起学生对于体育的热情、关注度，才能最终提高高中体育课堂教学有效性。

一、激发学生的学习兴趣，提高高中体育课堂教学的有效性

兴趣是学生学习的力量和动力源泉，高中体育教师在教学的过程中要提高课堂教学的有效性和质量，首先要做的就是激发学生的兴趣，让学生积极、主动的参与到课堂教学中。体育是一门灵活性和运动性均较强的学习，单纯的说教很难激发学生的学习兴趣和热情，只会让学生产生厌烦的感觉，因此体育教师在教学的过程中就可以通过“娱乐体育”“休闲体育”等教学理念的运用激发学生的学习兴趣，通过示范性动作以及教学实践来激发学生学习的积极性和主动性，从而提高高中体育课堂教学的有效性。

例如，教师在对“篮球反弹传接球技术”这一教学内容进行讲解的过程中就可以通过激发学生的学习兴趣提高高中体育课堂教学的有效性。教师在教学的过程中应该边讲解边示范，吸引学生的眼球，同时也可以对 NBA、CBA 等篮球比赛中运用到这一技术的场景进行适当的模拟，通过榜样作用以及娱乐的方式来激发学生对这一教学内容学习的积极性和兴趣，以便学生对这一教学内容有更好的掌握，进而达到提高高中体育课堂教学有效性和质量的目的。

二、优化教学手段和方法，提高高中体育课堂教学的有效性

在高中的整个学习生涯中，学生要面临高考带来的压力，所以体育课程无形中成为学生放松身心的一门课程，与普通文化课之间存在一定的差异性，但也正是因为体育课不需要考试，所以学生在面对高考的问题下，对体育课缺乏热情。所以，在高中体育课的教学过程中，体育教师要重视情感教育，让学生能够真正地体会到体育锻炼、体育运动的重要性，教师可以利用体育运动明星以及他们的运动事迹来吸引学生的学习兴趣，可以正确引导学生确立体育偶像，从体育运动偶像身上学会不放弃、不轻易服输的精神，让学生的身心能够得到健康稳定的发展。体育教师要正确引导学生进行体育相关运动的锻炼，可以给学生讲解体育锻炼对人体的好处，教师要挖掘体育教材中的情感因素，与实际教学相结合，制定出符合高中生情感教育的方案和目标，让知识能够与情感很好地融为一体。比如，足球是一门趣味性和竞技性都比较强的运动，不仅对个人的体能有要求，而且对团队配合、团队合作意识也有相当高的要求。高中体育教师就可以利用这一点让学生分成小组，通过对基础理论知识的讲解，让学生对足球有一定的了解，然后再经过反复练习，最终以竞赛的方式来检验教学成果。这样不仅能够让学生有兴趣参与到体育的学习中来，而且能够形成团队意识，对学生的体育技能以及团队合作能力的培养都有一定的影响，让高中生在这个过程中能够形成良性竞争，相互帮助，能够有效地提高体育课堂的教学质量和水平。

三、利用教学评价提高体育课堂教学的有效性

教学评价的目的不是为了让学生形成相互比较的心理，而是要在教学评价中，不断地促进学生的发展和进步，同时也是对体育教师教学水平的一种检测。体育教师要在高中体育教学的过程中，开发具有针对性的评价方式，让学生能够突出自身的个性，这样不仅能够提高学生的参与积极性，而且能够发挥出评价机制的真正功能、效果。利用教学评价让学生能够发现自己的不足，取长补短，充分体会到自我价值的合理利用，不仅能够有效地增强学生的自信心，而且能够激发学生对体育运动的求胜心。采用不同的评价指标和评价体系，能够正确帮助学生认识到体育知识技能的重要性，而且适当地采取鼓励机制，能够让学生勇于展示自身的体育优势，帮助学生更快地成长。体育教师在高中体育教学的过程中，要为学生营造一种适合高中学生的教学氛围，让学生能够在教学过程中，充分有效地实现自我价值，对体育教学成果也起到一定的辅助作用。

体育教师在高中体育教学的过程中要不断创新教学方法，结合高中生的实际情况制定科学合理的教学方法，在充分调动学生积极性的基础上，能够将体育理论知识以及体育相关技能技巧传授给学生，让学生真正理解体育教学的重要性，积极主动地参与到体育学习中。体育教师要因材施教、因人而异，在遵循体育教学内容的基础上，积极开拓新的教学方法，有效地激发学生的学习兴趣。通过不断的实践教学发现，学生自身的优势和体育学习特点，充分与体育教学内容相结合。教师要充分活跃课堂气氛，创新教学方法和手段，不再遵循传统、单一的教学模式，让学生能够结合理论知识和体育技能技巧进行锻炼和学习，教师可以多组织一些友谊比赛、游戏等，不仅能够让学生主动参与进去，而且能够充分提高学生自主锻炼身体的热情，从而有效地提高高中体育课堂教学的有效性，最终实现体育教学的总体目标，以便提升高中体育教学的质量和水平。

四、结语

高中体育课堂教学的有效性涉及到理念、教学、学生成长等多个方面，是一个综合性的系统工程。因此，在进行高中体育课堂教学过程中，既要做到讲解清晰规范，突出体育教学的规范性，又要发挥体育教学的服务性，切实改善学生的身心健康水平，在一种宽松、愉悦的情境中完成体育教学任务，还不能忽略课堂评价的人文性特征，唯有如此，才能全面提升高中体育课堂教学层次，真正实现有效教学。

参考文献：

[1]瞿建敏.浅谈如何提高体育课的教学质量[J].中国教育创新，2010（2）：12-14.

[2]陆正江.浅谈如何提高高中体育课堂教学的有效性[J].当代体育科技，2013（36）.

[3]汪滔，戴彬.提高高中体育选项教学有效性的探索与实践[J].当代体育科技.2015（22）

[4]吴俊峰.新课程标准下高中体育课堂教学的有效性研究[J].科学中国人.2015（36）