

# 试论中小学体育与健康课程发展现状及改进策略

孙丹祿

六盘水市钟山区汪家寨镇中心校 贵州 六盘水 553000

**摘要:** 在新课程改革深入发展的背景下,中小学体育教师也在围绕体育教学中存在的一系列问题进行深入的研究,教师的体育教学观念也发生了巨大的变化,但是在课堂教学行为方面,却仍然存在一些滞后性和落后性的因素。中小学体育教师要认识到体育课堂质量提升的重要意义,采取灵活多样的方式找到新时期中小学体育与健康教学中存在的问题,并为学生体育综合素养的提升提供一个新的发展途径,让体育课程标准能在中小学体育教学中得到深入贯彻落实,从而满足学生全面发展的需要。

**关键词:** 中小学; 体育与健康; 发展现状; 改进策略

## On the current situation and improvement strategies of physical education and health curriculum development in primary and secondary schools

Sun Danlu

Central School of Wangjiazhai Town, Zhongshan District, Liupanshui City, Guizhou, China 553000

**Abstract:** Under the background of the in-depth development of the new curriculum reform, physical education teachers in primary and secondary schools are also conducting in-depth research on a series of problems existing in physical education teaching. Teachers' physical education teaching concepts have also undergone great changes, but in terms of classroom teaching behaviors, but there are still some lagging and backward factors. Physical education teachers in primary and secondary schools should recognize the importance of improving the quality of physical education classrooms, adopt flexible and diverse methods to find out the problems existing in physical education and health teaching in primary and secondary schools in the new era, and provide a new development path for the improvement of students' comprehensive physical education literacy. Physical education curriculum standards can be thoroughly implemented in physical education teaching in primary and secondary schools, so as to meet the needs of students' all-round development.

**Key words:** primary and secondary schools; physical education and health; development status; improvement strategies

为积极响应国家“深化体教融合,促进青少年健康发展”和“关于全面加强和改进新时代学校体育工作意见”的相关文件精神,推动中小学体育课程改革的进行,不断探索打造优质体育课的路径。中小学的体育与健康课程由于受到多个方面因素的共同影响,不能够在日常的教学过程当中得到良好的教学效果,使得学生在体育与健康课程学习中并没有意识到其重要性,没有对这门课程树立正确的观念,这门课程的教学发展陷入了一个难题当中。同时,由于学校领导层对体育与健康教育也不是很重视,直接造成了学校对这门课的支持力度不够,影响了教学效率和教学水平。由于这些教学问题没有得到及时改善,小问题成为大问题,必须通过更加有针对性的对策实现中小学体育与健康教学课程的优化升级。

### 一、对《体育与健康课程标准》的解读

《体育与健康课程标准》以健康第一为基本理念,把学生的健康放在首要位置,与以竞技项目为传统的教学有着最本质的区别。体育新课程标准以促进学生身体、心理和社会适应能力整体健康水平的提高为目的,力图构建认知、情感、技能、行为等结合的课程结构,融合与学生发展密切相关的体育与健康知识和方法,并关注学生良好方式的形成与健康的生活意识。中小学体育教师在对学生进行教育时,首先就

要对体育健康标准的内容进行细致的解读,要认识到课堂教学只有在体育课程标准的引导之下才能发挥有效的作用。中小学体育教师要在课堂教学方面付出更多的努力,不仅要提高个人的教育教学能力,改革体育课上教学的基本内容,也要从传统体育教学方式中存在的弊端入手,对体育教学方式中存在的落后之处进行改进,从而使体育课程展现出时代性的特征,激发学生的主动参与热情。正如新生改革所强调的,中小学体育教师要以学生为中心,帮助学生养成良好的体育运动习惯,提高学生体育运动的基本能力,使学生能在成长和发展的过程中奠定终身体育的基础,积极主动的参与到体育锻,自觉的提高身体素质,培养自我价值感,提高自我效能感,而这一切都需要体育教师对体育课程标准进行深入的解读,并将相应的教学方法应用到体育课堂之上。

### 二、中小学体育与健康课程发展现状

#### (一) 忽视体育与健康教育课程

中小学体育与健康所面临的发展困境的主要原因是教学活动的各个主体都不重视这门课程。首先,学校忽视体育与健康课程的教学活动,不能够给予体育教师正确的指导,在这种轻视观念的影响之下,间接地影响体育教师的教和学生的学的态度,体育与健康课程的教学活动得不到相应的教学

支持。其次,在应试教育的背景之下,体育与健康课程被排到了文化课程的后边,甚至出现了许多学校牺牲体育与健康课来开展文化课程的教学,这种占课行为会直接影响体育与健康课程的发展。最后,这种认知错误还会影响学生在参与体育与健康课程课堂当中的状态。

### (二) 教师教学理念僵化,教学模式落后

教师的教学模式是否先进、是否体现了创新的理念对于中小学体育教学活动会产生深刻影响。部分教师的教学理念僵化,没有采取更加灵活的分组方式以及更加科学的教学理念,对学生平衡能力、柔韧度、耐力方面的训练不够科学。有的教师甚至认为体育课最大的功能是舒缓学生的学习压力、为其他科目的学习保驾护航,因此将正常的体育课变成了活动课或者娱乐课,没有认识到体育教学活动的重要性。教师教学理念僵化,导致教学模式落后的现象更加严重。

## 三、中小学体育与健康课程改进策略

### (一) 加强体育学科教育研究

各学校确立和完善体育学科教研制度,设立相关学科教研组,以水平高、责任感强的教师为组长,定期召开教研会,集体加强教学准备,加强相互评价,积累教学经验发现问题及时改善,不断提高学科教师的教育能力和教学水平。各中小学每学期组织至少两次以上的体育学科教育研讨会,每学期安排至少两个公开课,实施一个参观课或示范课。为了扩大体育教研规模,扩大教研力量,实现教育质量高的资源共享,达到互通有无、补短的目的,创造性地实施区域教研活动,各教研区在组长的统一安排下,实际制定了该地区的教研计划在活动中,小组内的各个学校都积极参加,进行着广泛的交流。在教研活动中取得了实质性进展。在活动中,针对体育教育高效的教室建设,教室参观、事例研究、现场评价、当面指导,发现小问题,利用小策略,积极认真、创造性地开展区域教研工作。各学校根据学科教育的需要,以指导教师建立高效教室为目标,深入开展教室教育改革实验,鼓励教师积极开展课题研究,写教学论文。

### (二) 树立正确的体育教育思想

对于中小学体育教师来说,树立正确的体育教育思想具有生成性的教学意识,是改变传统体育教学模式中存在的问题的一个重要方式。对中小学体育与健康教育课程树立正确的认知,要求多个主体共同完成。大部分体育教师在传统体育课堂教学方式的影响下,在课堂上不懂得变通,这就导致体育课堂教学效率相对较低,而新课程改革要求教师转变教学观念,生成性的教学模式可以让教师和学生互动的过程中找到学生兴趣的体育方式和体育技能,在不断调整体育教学活动的基础之上,使学生对体育知识有更深刻的理解与体会。

首先,学校领导要加强对体育与健康课程教学活动的重视,为学校体育与健康课程提出科学的设计方案,从多个方面对体育与健康课程提供强大的支持,从而为中小学体育与健康教育课程的发展进步创造良好的环境。其次,体育教师自身也需要重视自身课程的发展建设,树立正确的认知来指导教学活动,采取有效的教学措施为学生营造高效的课堂教学,帮助学生在课堂教学当中获得体育知识和运动技能。最

后,学生自身也需要树立对体育与健康学科的正确认知,投入一定的学习精力,积极配合教师的教学活动共同助力课堂教学效率的提高。因此,体育教师就可以以生成性的教育理念作为体育教学的重要指导。除此之外,中小学体育教师也要认识到终身体育观念对学生成长和发展的意义,让学生认识到体育锻炼的重要性,并积极地提高个人的体育技能,培养起体育锻炼的兴趣。

### (三) 推动体育教学方式的多样化

中小学体育课中传统教学方法的单一枯燥已经无法满足新时代对体育课提出的新要求。中小学体育教师要认识到这一阶段的学生正处于体育训练的关键时期,他们在这时期养成的体育锻炼习惯,会对日后的体育学习和身体素质的提升产生非常重要的影响。因此,体育教师要积极地推动体育教学方式的多样化,以多样化的体育教学方式满足学生的学习需要和发展需求。在新时代的新要求中,体育教师要主动研究发现适合学生成长的新方法、新理念。有效的教学方法是体育课成功的基础,体育教师要创设情境教学方法,活跃课堂气氛,增强体育课的趣味性与实用性。

在传统的体育课上,教师通常会运用理论讲解和实践技能培养相结合的方式对学生进行教育,这种方法可以满足学生的体育学习需求,对学生的体育学习也有这巨大的帮助。在新的时代环境下,教师要在理论与实际相结合的教学模式引导之下,合理的实施体育课堂教学,要确保班级内的每一位学生都能参与到体育活动之中,对班级内体质相对较差的学生加以特别关注。同时,体育教师要认识到,课堂氛围对学生体育锻炼的重要影响,要让班级内的学生在体育课上都能保持较强的运动兴趣,不仅能积极的参与体育竞技活动,而且在体育热身活动和体育训练中也能展现出自己的优势。教学目标是课堂教学的重要引领,体育教师要让学生在体育课堂上学到更多的知识,提高体育技能,就要设定相应的教学目标,以完成教学任务为基准让学生在体育课上积极的投入到训练之中。

## 四、结语

总而言之,在新的时代背景下,中小学体育教师要素质教育的发展要求有更深刻的认识,从根本上提高学生的体育综合素养,在体育教育质量不断提升的引领之下,让学生在体育课堂上能对体育运动更加的感兴趣,在课后也能积极的体育锻炼,实现个人身体素质的提升。教师要认识到自己不仅是课堂教学的参与者,还是课程的设计者,教师应当围绕如何上好体育课进行深入的探索与研究,在提高个人综合素质基础之上,实现学生体育学习质量的提升。

## 参考文献:

- [1] 袁玉娟. 中小学体育教学中学生兴趣的培养与疏导策略探讨[J]. 青春岁月, 2020(17).
- [2] 董灿, 陈艇. 关于新课改下中小学体育教学策略的分析[J]. 文体用品与科技, 2021(22): 76-77.
- [3] 王淑霞. 中小学体育教育中学生学习兴趣的激发与培养研究[J]. 新课程, 2021(40): 151.