高中体育与健康课程中教学方法的整合与应用分析

韩洪川

青岛西海岸新区第三高级中学

DOI:10.32629/jief.v2i4.1155

[摘要] 体育教学随着素质化教育的提出逐渐被教育部门所重视,在高中传统体育课程中加入健康课程对高中学生身体发展有着极其重要的意义。现阶段在健康课程融入高中体育教学期间还存在一些问题。本文基于上述背景对高中体育与健康教育发展现状进行分析,进而提出相关的解决策略,以供参考。

[关键词] 高中体育;健康课程;教学方法;整合应用

中图分类号: G633.96 **文献标识码:** A

高中学生学习压力较大,并且很难接触到体育训练课程,就算是接触到也是基本的动作训练和体能训练,无法满足学生身体健康需求。高中体育与健康课程的教学对学生身体健康与个人体育运动习惯的养成具有着重要的联系,但是目前在健康课程融入体育教学过程中仍然存在很多不足,导致学生身体素质提升缓慢,影响了体育教学质量和效率,因此应当建立相应的措施将高中体育与健康课程有机融合,促进学生健康成长。

1 高中体育与健康课程教学融合过程中的问题

1.1 学生体育与健康学习意识不足,在应试教育背景下,高中学生主要将精力都放在文化课程的学习上,为了提升学习成绩每天在教室努力学习,没有多余的时间去进行体育运动,而高中体育又缺乏一定的科目优势,通常都会被其他主修科目占据课堂时间;另外目前的体育与健康课程教学本身存在很多不足问题,使学生在该门课程学习中一直处于被动状态,延续传统的教学模式和教学方法,一定程度上阻碍了体育与健康课程的推进和发展,因此提升学生学习体育与健康意识是实现高中体育与健康课程有机融合的重要基础。

1.2 素质教育提出时间较晚。在素质教育提出之后虽然应试教育受到一定的影响,但是现阶段学生学习主要还是以服务高考为主,这些事学生未来考上理想大学的重要途径,因此学校和家庭对学生文化科目的学习将会更加重视,而关于体育与健康课程教学总是放在最后,或者抽出空余时间进行知识讲解,这样忽略了高中体育与健康课程教学的重要意义,制约着学生身体健康的良好发展。

1.3 高中体育与健康课程相关的教学评价体系不够完善。对于体育与健康课程而言,没有一个良好的评价体系很难促进学生进行课程内容的学习,由于现阶段教师和学校对此方面重视程度不够高,因此在完善该课程教学评价体系时会遭遇一定的困难。一般高中的体育与健康测评都集中在期末体测中,并且只有期末一次体测,这样对于长期不运动的学生而言这样的体测制度显然没有任何科学性,也无法提升学生的健康意识。

1.4 课程与实际结合不足。体育与健康课程能够提高学生身体素质和增进学生健康为主要目的的课程,但是具体的教学方式与实际结合不足导致该课程无法实际的落实和发展。在教学中由于教师对于学生相关的运动项目不全面,并且项目设计的范围较小,这样导致学生参与课程选择的机会相对较小,因此在课程中不能够养成良好的习惯,使该课程的真正意义难以实现。

2 高中体育与健康课程教学方法融合措施

2.1 加大健康教育宣传。在对健康教育宣传工作实施之前教师应当不断强化学生的体育与健康意识,使学生在实际学习中能够保持良好的学习心态;学校也应在校园内部加强对体育健康课程教学的宣传力度,

通过举办各种形式的活动来提升学生学习积极性,例如举办校园健康体育知识问答竞赛或者是一些竞技类文艺表演活动等,使学生认识到体育健康课程的重要性,初次之外还应当由学校作为主体积极组织学生社团进行体育健康知识的普及和宣传,帮助学生树立体育运动锻炼的意识,进而在体育与健康课程教学中能够集中注意力,用更好的状态进行知识学习。

2.2 丰富体育与健康课程教学内容。利用丰富的课堂内容来提升学生的学习兴趣。现阶段学生可以选择的体育项目较少,并且学校由于一些原因导致相关的体育设施不够健全,导致学生无法真正的培养自己的体育爱好。学校可以根据学生的实际情况采用民主的方式让学生对喜欢的体育项目进行投票选取,实现以人为本的教学理念,并且在体育与健康课程教学中可以加入一些艺术元素,例如体育视频以及体育运动赛事等等,使学生感受体育竞技的魅力,并坚持以运动员为榜样,让其真正的融入到体育与健康课程的学习中。

2.3 创新传统体育教育理念。传统体育教育理念严重影响着体育与健康课程教学的发展,在新课程改革的背景下,需要对传统教学理念进行创新和完善,教师应当改变传统体育教学的认知,提升体育与健康课程教育的实效性。在创新教学理念时教师应当从体育与健康两方面共同出发,通过体育课堂教学加强学生的身体和心理素质,随着时代的发展应当将学生心理健康内容加入到体育课程教学中,进而提升目前体育与健康课程教学的实效性。

2.4 完善健康与体育评价体系。既然现阶段应试教育对学生影响较大,那么可以将体育课程设为高考内容,通过建立这种课程评价体系提升学生的积极性,同时在评价体系建设中,要融入学生日常学习的评价体系,对于学生的考核要落实到教师日常工作中,并且可以建立互评机制,使学生能够真正了解自身在体育与健康课程学习的实际情况,进而对所出现的问题加以改进,促进学习效率 and 成绩提升。

3 结语

高中体育与健康课程的教学方法实践对于高中学生身体和心理发展具有关键性的作用,具体实践中要坚持以人为本和实际出发的理念,结合学生的角度思考和分析目前体育与健康课程未来的发展方向,运用创新的教学方法促进高中体育与健康的未来发展。

【参考文献】

[1]赵正亮.新时代背景下高中体育课程教学目标和方法探究[J].名师在线,2019(33):15-16.

[2]袁加新.浅析高中体育教学中终身体育意识的培养策略[J].当代体育科技,2019,9(31):61-62.

[3]王艳敏.高中体育与健康课程存在的问题及解决策略[J].中国农村教育,2019(30):57.