

体育主动健康教学改革模式的发展探究

朱亮

(江苏财经职业技术学院, 江苏淮安 223003)

摘要 ► 体育主动健康教学改革模式的发展, 对于学校整体教育工作的高质量推进会产生非常积极的影响。在新时代背景下, 体育教师要持续加强该项教育工作的重视程度。文章阐述了体育主动健康教学改革中面临的问题, 重点针对体育主动健康教学改革模式的发展策略提出了建议。

关键词 ► 体育主动健康教学; 改革模式; 发展策略

体育主动健康教学改革, 可以理解为在体育课堂中坚持以学生为主体, 把主动权还给学生, 凸显健康教育对学生的实际影响, 以此促进学校体育教育模式的改革。体育教学本属于学校教育不可缺失的一部分, 然而当前很多学校的体育教学成效并不显著。因此, 体育主动健康教学改革模式的发展应当引起学校教师的重视。作为学校教师, 要能够充分认识到体育与健康教学所产生的积极影响, 并积极探索相应的教学方法, 在探索中不断提升教学改革效果。

1 体育主动健康教学改革中面临的问题

1.1 学生体育课堂主动性有待加强

在体育教学工作的实施中, 一些学校体育教师所采用的教学方法不合理, 无法引导学生在体育学习中发挥其主动性。在长期的教学实践中, 很多体育教师已经形成了固化的教学模式, 例如先对特定的运动技能进行示范和指导, 指引学生掌握特定的体育技能, 然后留出一部分时间安排学生自主练习或自由活动。在这一固化的教学模式下, 很多学生处于被动学习的状态, 无法感受到体育学习的乐趣, 认识不到体育学习为自己带来的积极影响, 学习主动性相对较差。

1.2 健康教育有所缺失

在体育课程中, 一些学校的体育教师对健康教育有所忽视, 针对学生的健康教学并未进行科学规划, 且未设置专门的健康教育课程, 导致健康教育成效并不理想。根据教育部发布的相关信息了解到, 中小学生体质健康的不及格率为14.5%; 国家卫健委发布的健康白皮书数据显示, 中小学生的近视率为75.8%, 学生的肥胖率已经超过了10%。而学生上述健康问题的出现, 与学校健康教育的缺失存在密切的联系, 因此, 健康教育工作的进一步完善, 应当成为学校体育教学改革的重要环节之一。

2 体育主动健康教学改革模式的发展策略

2.1 提升学生学习主动性

2.1.1 引入体育游戏

体育教师要对传统固化的教学方法做出适当的改进, 使学生在体育课堂中的学习主动性得以提升。在具体的实践中, 体育教师可以巧妙地将游戏活动引入到课堂之中, 借助游戏活动激发学生的学习兴趣, 进而增加学生学习的主动性。在该教学方法的使用中, 体育教师所引入的游戏活动要

作者简介: 朱亮, 男, 讲师, 研究方向: 公司管理、经济管理。

与课程内容具有一定的关联性,确保游戏可以为教学活动的开展所服务。例如,在足球训练中,教师首先向学生传授相关技能,如脚内侧传球、脚外侧传球、正脚背抽传等;在整个技能教学的过程中,教师一方面要对各项技能进行正确示范,另一方面要对学生进行现场指导,根据学生学习需求的不同,所进行的指导也应该有所差异。教师要安排学生进行自主练习,为了减少学生在自主练习中的枯燥感,可以组织学生开展足球游戏。具体而言,教师可将在场的学生分为四队,每队学生分别位于正方形的四个角上,然后安排学生以四角跑动的方式进行传球。这一过程中教师需要要求学生规范使用课上所学习的技能,当学生动作不规范或者足球在传递过程中失控时需要返回重来,最后最先完成传球的一队胜利,教师可以给胜利队伍发放小奖励。体育教师还可以在课上为学生安排抢夺球的游戏,游戏过程中教师可以将学生分为两队,设定一个终点位置,要求两组学生在相互传球的过程中进行抢夺。在这一过程中,教师要求学生必须正确使用课上学习的传球、抢断等方法,不可恶意攻击他人,足球最先到达终点的一队胜利。对于学生而言,参与游戏的过程可以看作是对足球技能反复训练的过程,相对于传统课堂上相对枯燥的教学活动,学生在参与游戏的过程中不会感到枯燥,在游戏乐趣及教师奖励的影响下更能够积极主动参与其中,随着学生学习主动性的增加,其在体育课堂上的学习效果会更加显著。

2.1.2 安排自主探究

在体育教学过程中,体育教师可以结合课程内容安排学生开展自主探究。这一教学方法可以为学生提供充足的时间和空间进行自主练习、思考和探索,提升学生在体育课堂学习中的主动性。以篮球教学为例,在前半节课上,教师可以向学生系统传授胸前传球、低手传球、单手转体传球等动作,在后半节课中,教师则可以安排班内学生以小组合作探究的形式对上述动作进行练习。在小组合作探究的过程中,体育教师要鼓励小组成员围绕各项动作进行分析和探讨,在分析探讨的基础上共同练习,同时相互观察,指出彼此间动作使用的不足,然后相互帮助改进自己的动作。通过合作探究的方式,一方面能够极大地提升学生学习主动性,另一方面能够使学生在发现问题、分析问题、解决问题的过程中持续进步,从而更好地完成各项体育技能的学习。

2.1.3 开展特色教学

体育教师可以为学生组织别具特色的体育活动,以此吸引学生的注意力,激发学生学习兴趣,并增强学生学习体育

的主动性。该项教学工作的推进中,教师所设计的体育活动要符合当代学生的心理需求,所设计的活动要具有时代气息。比如,体育教师可以组织学生开展具有青春活力的体操训练,也可以组织学生开展花式跳大绳活动,向学生传递阳光、运动、快乐、健康的理念,使学生感受到体育为其带来的快乐及其他方面的积极影响,进而更加积极主动参与到体育活动中。

2.2 进一步加强健康教育

体育教育的主要目的之一是促进学生的健康成长,因此体育教师要进一步加强对健康教育的重视程度,通过恰当的教育指导,使越来越多的学生从中受益,以此降低学生群体中出现健康问题的概率,更好地促进学生的健康成长。在该项教学工作的推进中,教师要结合学生的实际情况,以学生群体中出现的主要健康问题为切入点,提升健康教育的针对性。例如,为了更好地应对学生群体中的肥胖问题,体育教师可以为学生开展专门的饮食健康指导课,课上以学生的不良饮食习惯为切入点进行健康饮食指导。比如针对学生群体中普遍存在的长期摄入西式快餐饮食行为,体育教师可以通过图文并茂的方法进行讲解,使学生认识到其身体并未完全发育成熟,长期摄入西式快餐的饮食行为,会使大量的糖分、脂肪在身体堆积,油炸食品中的有害物质还会在体内长期停留,导致肥胖,同时也会影响身体的正常发育,增加疾病出现的概率。通过向学生传递上述信息,使学生对不健康饮食的危害产生深刻的认知,并警醒学生在日常生活中主动改进和约束自己的行为,进而逐步形成良好的饮食习惯。在饮食健康指导的过程中,体育教师要鼓励学生养成日常运动的习惯,通过配合饮食,为自己打造健康生活模式。又如,针对学生群体中出现的近视问题,体育教师要从不同的角度为学生分析引发近视的原因,尤其要向学生强调,其日常学习生活中的不健康用眼方式是引发近视的主要原因,并向学生列举各种不健康用眼的方式,如长时间看电视、手机、电脑等。在上述教学的基础上,教师一方面要协同家长督促学生改进各种不健康用眼方式,另一方面,要指引学生学习多种保护眼睛的方法,如正确做眼保健操、定期放松眼部等。在健康教育中,学校教师要充分利用案例教学法,通过引入真实案例,使学生对各种不良习惯的负面影响形成正确认知,进而在日常学习生活中主动改正不良习惯,提升其健康水平。

2.3 完善教学保障

为了更好地推动体育主动健康教学改革,有必要持续完善外部保障。首先,体育教师要做好教学评价。在改革思维的指引下,学校体育教师要将教学评价当作自身工作评估与检验的重要手段之一,借助这一环节的工作,及时发现自身在教学方法使用中存在的不足,针对不足予以改进,减少教学中的漏洞,不断提升教学改革效果。在教学评价中,体育教师要以“学生课堂学习主动性是否提升”“健康指导是否合理”作为主要评价指标,并对学生在体育课堂的各项表现进行密切观察,然后对各种教学方法的教学效果做出评价。体育教师还要安排学生开展自主评价,在这一过程中,教师指导学生与自己的同伴进行互评,在互评中梳理自己的学习收获,并分析自己各项体育技能学习中存在的不足,然后将自评结果反馈给教师。通过结合学生的反馈信息,可以使体育教师的教学评价结果更加的客观、真实,进而为其改进教学方法提供有力参考,这对于整个体育教学改革会产生非常积极的影响。其次,体育主动健康教学改革中,为了帮助体育教师更好地改进其教学方法,学校有必要做好内部教师的培训。学校为体育教师安排的培训工作重点从两个层面进行:一是进行全面而系统的理论培训,使学校体育教师的专业理论知识更加完备,从而形成更加先进的教育理念;二是进行教学技能训练,结合体育教师的实际需求,采用一对一训

练、教学现场模拟、教学案例剖析等培训方法,使体育教师的教学技能得到持续更新。随着整个培训工作的深入推进,使体育教师的专业素养得到持续提升,以更加专业的姿态参与到体育教学中,进而为体育主动健康教学改革提供强劲的动力。再次,为了确保学校体育教师能够积极投身到教学改革中,教育部门有必要做好外部监督,通过监督使学校体育教师更好地规范其教学行为。在该项工作的实施中,教育部门可以采用常规监督、机动式监督、专项监督等方法。常规监督的重点是观察学校体育教师是否能够通过教学方法的改革来提升学生学习主动性,监督教师是否加大了对健康教育的重视程度;机动式监督是为了使体育教师产生警醒,谨防其在教学改革中出现懈怠;专项监督是针对某一段时间体育教师的教学工作开展情况进行专门检查,以此增强教学改革的时效性。

3 结语

综上所述,体育主动健康教学改革模式的发展有着非常深远的影响,学校体育教师要针对该项教育工作进行准确定位,客观分析体育主动健康教学改革中面临的问题,进而有针对性地采取各项改革措施,多管齐下,不断提升教学改革效果。

参考文献:

- [1] 张晓丹.体验式教学法在初中体育与健康课堂中的应用[J].拳击与格斗,2023(2):91-93.
- [2] 徐玉保.利用体育竞赛提升初中体育与健康教育水平[J].知识窗(教师版),2021(1):44.
- [3] 南晓春.遵循教学原则促进全面发展——略论初中体育与健康课堂教学中游戏运用原则[J].新课程,2021(6):113.
- [4] 高灿玉.“新课标”下高中体育与健康核心素养培育[J].中小学校长,2019(11):33-35.
- [5] 刘延兵.提高中职学生体育与健康课堂教学参与度的策略研究[J].天天爱科学(教育前沿),2019(9):134.
- [6] 孙小杰,刘玉芳,叶蕾,等.核心素养视角下中学体育游戏教学的应用研究[J].当代体育科技,2019,9(3):126-128.
- [7] 朱彩秀.初中体育教学与心理健康教育相融合的思考[J].西部素质教育,2023,9(2):102-105.
- [8] 靳玉琴.如何利用“互联网+”有效提升初中体育教学质量[J].中国新通信,2023,25(1):224-226.