**试论新课程理念下的高中体育教学**

山东省即墨市实验高级中学  刘显举   高中体育

摘 要:新课程的实施是我国现在基础[教育](http://www.studa.net/jiaoyu/)中的一次深刻变革,新理念、新教材和新评价，对我们广大教育工作者提出了更高、更新和更严的要求。这就需要我们教师迅速走进新课程、溶入新课程。做为新时期的高中体育教师如何去发扬传统教学的优势，又能尽快地适应课程改革的需要，做为一名高中学体育老师，根据以往的教学经验和新课程的要求谈谈我个人一些看法。

关键词:新课标 高中体育 教学艺术随着体育课程改革的推进和发展,我们广大体育教师只有在教学中不断转变教学观念、更新教学方法,才能更好的实现高中体育的教学目标的任务。为此,本人认为在高中体育教学中必须要讲究教学的艺术,改进教学的方法和手段,提高体育教学的效果。1 注重构建科学系统的体育教学体系随着社会的发展,教育的进步,人们的思维方式与生活方式都逐渐发生了改变,当然,对于体育锻炼的需求也日益更新,从以往注重追求强健体魄,改变为追求体育运动的科学性、适应性、以及娱乐性。因此,学校体育教学的内容与方式也应随着人们观念的转变而转变,从而构建全新的体育教学体系,以适应体育教学的实质性需要,满足未来社会对体育发展的基本需求。首先,教师应改变传统教学内容中较为狭义的知识,以及与大众体育差别较大的项目,通过制定具有实用性和针对性的教学方法,加大运动的延伸性,实现学校体育与大众娱乐体育相接轨的目的。其次,注重培养学生自主锻炼的良好习惯,使他们学会运用所学知识进行自我诊断和评价,使学生得到身心方面的综合发展,即便将来离开学校以后,也能坚持进行终身体育锻炼。第三,要注重体育教学在近期效应与远期效应方面的相互结合,实现学校体育和终身体育的相互统一,以充分体现现代体育教育事业的社会化与终身化,使其符合社会发展规律。由此可见,构建科学系统的体育教学体系是时代发展的必然。2 运用正确的方法引导,激发学生学习积极性体育课一般情况下的教学模式是运用教材中的知识、技术原理等指导学生的锻炼,即进行身体锻炼的实践活动。日常教学中,教师依据基本的教学流程使用一些常规教学方法,如讲解、示范、合作、探究等。但教学方法只是最基本的,还达不到在方法的引导中学以致用。一堂课下来,学生只会简单地重复与模仿,不会开动脑筋去思考。长此以往,会僵化学生的思维,老师怎么说就怎么做,根本不会运用所学的知识触类旁通,举一反三。所以教师要多运用”想一想还有没有其它方法”、“试一试,你可以的”、“分析一下它的原理”、“这个动作要特别注意！”等启发性的语言来引导学生学习。这对提高学生自主思考、自主解决问题的能力有很大的帮助。此外,教师还要讲究语言艺术,提高讲解效率。比如在讲授排球扣球动作时,使用“肘在耳边,臂放松,挺胸松腹反弓形,击球腰腹先用力,提肩探臂甩如鞭”的表述就能够很好的吸引学生,并让他们轻松掌握扣球要领;进行篮球传接球讲授时使用“伸手迎球,接球卸力,伸臂抖腕,指尖弹拨”等精炼的语言就能够很好的让学生体会传接球的要领。简洁生动的角色语言能够很好的引起学生的思考和反思,使他们真正有所收获。美丽的事物人人喜爱,生动形象的角色语言能够促使学生从心态上对教师的教学产生美的认识,进而更加积极的进行学习。3 让学生自主学习,使其个性健康发展教育的生机与活力在于它能促进学生个性的健康发展,每个学生都有自己独特的个性,作为学生成长的引导者、学生发展的领路人,教师有义务也有责任保护学生的个性,使其朝着健康、向上的一面发展。对于中学生来说,一些司空见惯的体育运动他们已经很熟悉,而且具有一定的认识和兴趣,不需要教师再进一步启发、诱导就能主动参与进来。高中生已经有自己喜欢的体育项目与运动方式,比如一个学生很喜欢篮球,但最近的课程都是健美操、田径等,肯定就提不起兴趣。为了提高学生的主动参与性,根据学生对运动项目的喜好,我有选择性地穿插安排了田径、篮球、足球、排球、体操与健美操、武术、太极等内容,尽量让每一次体育活动都丰富多彩,学生表现得非常积极,请假、旷课的现象没有了,有的学生还主动提出帮助技能差的学生进步,提高了教学的有效性。因此,在教学过程中,教师要多创造让学生自主参加自己喜爱的体育运动的机会,让他们通过自身体育运动的实践,感受运动的快乐与意义,培养体育运动的爱好。这时教师可以适当进行示范、讲解体育知识和技能,让学生在潜移默化中提高自我锻炼的能力,从而形成终身锻炼的意识和习惯。4 利用形式多样的课外活动,培养学生主动锻炼习惯前苏联著名教育实践家苏霍姆林斯基曾指出:“课外活动是学生智力提高的策源地,也是促进学生个性发展的重要条件”,体育课外活动不但形式多样、项目丰富,且具有开放性、灵活性、趣味性以及自主性等特点,它摆脱了时间、空间以及形式的束缚与约束,符合学生的身心发育特点,富有较强的吸引力,能够激发学生的探究心理,满足学生的精神需要,引发学生浓厚的学习兴趣,因此,大多数学生都会积极主动的参与其中。作为教师,应在体育课外活动时,帮助学生选择适当的活动项目,充分调动学生的积极性,发挥学生的主体作用,使学生在参与活动的过程中,提高主动意识,培养创造意识,促进自身的整体健康发展。5 正确评价学生,因势利导促其个性发展首先,高中生正处于青春发育期,都有一定的表现欲,男孩子喜欢在女孩子面前“表现”,属于外露、突出型,而女孩子却比较直接、内敛,给人温文尔雅的感觉。学生的各种表现体现了学生对体育教学的参与意识,作为教师,一定要正确引导学生在体育学习过程中的各种表现,保护学生的自尊心与积极性,使学生树立起自信心,培养学生个性发展。其次,正确看待学生的体育成绩。新课标不倡导重终结评价轻过程评价的状况,提倡淡化评价的甄别、选拔功能,强化其激励、发展、创新功能。在教学过程中,教师一个肯定的眼神、一句赞扬的话语往往会起到意想不到的效果。所以说体育教师要善于发现每个学生身上优秀的一面,寻求其个性发展的根源,因势利导,培养学生终身锻炼的良好习惯。总之,在高中体育教学中,我们要进一步研究新课程理念,以教学实践中不断探索有效的教学方法和途径,提高我们的教学艺术水平,最终提高高中体育教学质量,促进学生的全面发展。我坚信，只要通过坚持不懈地共同努力，我们一线教师一定能将新课程改革真正落到实处。

参考文献[1] 张华.课程与教学论[m].上海:上海教育出版社,2000.[2] 王晨军.对体育新课程的再认识[j].成功(教育),2009(10).[3] 杜萍,张道荣.教师参与课程改革的理性思考[j].黑龙江高教研究,2005(5).[4] 郭德法,张靓.探究体育课程与教学改革的完善与发展[j].安徽文学(下半月), 2008(5).