

中学体育教学内容现状及对策分析

王喜顺

(辽宁省抚顺市雷锋中学 辽宁抚顺 113001)

摘要: 体育教学既是素质教育的重要组成部分,也是中学全面提升学生综合素养的重要手段。当下,我国多数中学体育教育还面临课时不足、教具设施不到位,师资力量薄弱等三方面问题。怎样提高中学体育教学能力,全面提高学生身心教育水平,加强学生身体素质已经是摆在中学体育教师面前的头号问题,并且体育教学也直接关系到整个中学教育质量。本文主要围绕上述几个问题进行讨论并分析,提出强化中学体育教学应注重完善规划、合理创新、推动体育教学改革等三个解决对策。

关键词: 中学教育 体育教学 现存问题 对策分析

中图分类号: G633.96 **文献标识码:** A

DOI: 10.12218/j.issn.2095-4743.2022.50.058

引言

体育教学是中学教育的重要组成部分,也是提高学生综合能力的关键手段。长期以来,我国各级教育主管部门以及各中学对体育教学普遍轻视,认为文化成绩才是中学教育的根本,而忽视体育教学的重要性,这在客观上制约了中学体育教学的发展。身体素质、体育技能实际上是学生综合能力的集中体现,而中学体育教学是提升中学生身体素质和体育技能的重要途径。教学内容是体育课程的重要组成部分之一,而体育教学的内容应以体育教学为主,同时兼顾身心锻炼、运动技能掌握以及各种形式体育竞技比赛等,上述内容经整理加工后,在特定教学环境下都是体育教学内容体现形式^[1]。以下主要分析现阶段中学体育教学内容存在的不足及应对措施,以促进中学体育教学质量提升、提高学生体育素质目标的早日达成。

一、中学体育教学现状分析

新课标提出并正式实施以来,我国多省市中学体育教学工作与既往相比都取得较大效果,不但体育教师教育观念得到显著改变,多数学校也正在以自身校内学生身心健康需求为依据开展体育项目教学内容规划,能够显著提升学生学习的意愿,进而达到发展学生身心健康的教学目的。不过,必须也得承认,目前有些地区的部分学校体育教学仍存在不少问题,不能全面满足学生对体育教学的多重要求,现将对此展开具体分析。

1. 学校方面

部分学校对体育教学认知存在偏差,只注重体育比赛,将比赛成绩优异的体育尖子生着重培养,以完成竞技比赛参与和达标,没有真正去普及体育教学,没有将体育教学融入

到每一个中学生学习生活中。体育教学只针对竞技技术,却忽视教育本身应有的趣味性,让一些体育偏科生难以对体育学习产生兴趣,一些身体素质本就偏差的学生也会进一步对体育教学存在抵触心理,甚至学校中出现学生热爱体育但是不愿意参加体育课的情况。另外,体育教学场地过于追求所谓标准化,一味满足竞技比赛而忽视学生实际需求^[2]。

2. 教师方面

部分学校将升学率作为唯一目标,而轻视学生体育教育,再者现行教育理念及考试制度也不利于体育教学全面实施和推广,文化课成绩仍然是学校衡量教师教学水平的主要依据,这也客观上促使教师尽可能多地将学生的课余时间应用于文化课辅导上,学生则很难有活动及锻炼的时间和机会。中学体育教师迫于学校对升学率的要求不得不对学生进行放羊式管理,进而学生体育教育被自上而下忽视和看轻。此外,教师授课方式一层不变,只注重讲解和示范,学生没有得到实践和被纠正的机会,只能被动接受,而教师却认为授课已经完成。这种传统的授课方式,教师也不能准确收到学生对体育教学内容的反馈,不能第一时间了解学生对体育教学内容的掌握情况,更别说提高综合素质,强化体育教学整体质量了。中学体育教师的业务能力与体育教学的最终质量密切相关。体育学科自身的特点,让其对教师有着区别于其他学科的行业要求,尤其是教学综合水平、获取知识能力、组织管理水平、创新意识以及科研能力等,这些无一不是保障中学体育教学目标顺利实现的重要因素。不过,当下多数学校的体育教师队伍的素质还远不能达到上述要求^[3]。

3. 学生方面

首先,学生喜静不喜动,自身锻炼和学习兴趣不高,身

体素质和体育素养有待提高。学生无法根据中学体育教学内容完成规定的锻炼任务,降低其参与体育学习的积极性。此外,一些学生在完成一些体育动作时,可能因为姿势不标准或动作不连贯等原因曾经受到伤害或存在一定心理障碍,让其对体育活动有一种抵触情绪。这类学生一般身体状态不佳,如有代谢紊乱、身体偏胖、动作不协调等问题。其次,不同学生各自有不同的体育爱好,因学生缺乏耐心和毅力,对一些体育运动学习积极性很低。

二、中学体育教学问题的原因分析

1. 各层面对中学体育教学认识不到位

中学体育教学面临尴尬处境与各级教育主管单位尤其是县级教育部门传统认知观念有关,许多官员还处于应试教育的传统思想中,将学生升学率放在第一位,忽视体育教学本身,对体育教学设备及场所投入不足,这也直接影响到学校,让学校对体育教育也有所松懈。一些中学学校领导及老师,甚至包括学生家长和学生自身都对体育教学内容没有足够的重视,将多数精力放在文化课程上。一些家长为了提高学生文化成绩甚至联名要求学校停止体育授课;一些学生也是经常在体育课程中无故请假旷课,而这些学生中也不乏一些文化课成绩优秀的所谓尖子生。这种学校、家长和学生三方出现的不谋而合,最终形成了轻视体育教学的恶性循环^[4]。

2. 中学生面临升学和考学的重大压力

不论是初中还是高中,对于学生和家长而言都是考学的重要爬坡过坎时期,尤其是在初三及高三这一学年,学生更需要集中精力,好好复习文化课,为最终的升学进行冲刺。因为中学生同时面临升学及考学的双重压力,尤其是从应试教育逐步向素质教育的过渡时期,既往的应试教育早已根深蒂固,在学生及家长以及部分学校教师和领导心中占据重要地位。学生为了应付即将到来的重要考试,不得不将更多时间和精力放在文化课程上,因此也没有足够的时间和精力去学习体育教学内容。尽管随着国家对素质教育的提出,许多中学也正在为中学生制定减负计划,但是仍有许多中学生不得不背负较大压力,这与素质教育不够彻底和尚存不足有密切关系。

3. 中学体育教学的考核机制不够完善

素质教育及健康第一的教育理念是中学体育教学的基本思想。不过从眼下来看,一些中学学校尤其是部分县级及农村中学还没能将这两方面教学理念作为体育教学的中心思想,能够专门研究并制定体育教育工作发展目标、工作内容和具体落实措施的中学仍比较少见,对中学体育教学指导方面也都基本停留在口头重视,实际工作时则忽视的情况。因

为没有合理的发展和规划,也没制定教学目标,更不存在具体的教学方式,导致中学对体育教育没有形成规范化的督促检查和考核机制,也不能调动体育教师高效开展教学工作的主动性和创造性。

三、加快中学体育教学改革的对策分析

1. 转变办学理念,加强体育基础设施建设

各级中学要及时转变传统的教学理念,提高体育教学的重视程度,强化体育教学内容,增加教育经费支出,提高体育设备购入,以保障中学体育教学质量。我国已针对各级学校实际情况进行体育设施配备目录制定,学校应积极响应政策号召,按计划依次完成必需教学用具的购置,并定期对教具进行维护和检查,保障体育教学高质量进行,构建完善的教学管理制度,让学校、家庭以及社会提高对体育教学的认知,鼓励并支持在校学生积极参加体育活动,增强体质,培养体育综合素质。

2. 依据体育素养构建体育教学内容

体育教学基于核心素养课程体系培养要求下主要集中在以下几个方面。

第一,体育教学授课方式及课时应满足形成学生体育核心素养的最低标准。学生应全面接受文化课及体育课等各科教学才能达成核心素养培养要求,其中,体育教学课时及教学形式是保障学生达成核心素养的重要保障。传统课程安排标准,主要以教学内容完整性及科学性为依据制定,强调学科本位理念,注重学科思路和逻辑性结合的体现方式。不过,若以体育素养课程内容为依据,那教学形式及内容就应进一步结合体育本身教学阶段学生身心需求去制定;同理,教学建议也应包含体育教学内容和培养方向进行,做到针对性教学,形成可以促进学生核心素养的教育体系。

第二,教学目标要具体化标准化,应体现出可以促进学生核心素养形成的目标。具体化的教学目标有助于统领体育学科教学安排。在国家核心素养培养理念指导下,体育教学应结合学科自身特点及不同年龄段学生核心素养体现形式及内容,提出每个阶段学生应完成的具体目标,应充分体现体育教学的内容和特点,将不同学科与体育教学进行融合。所以,上述内容都应具体体现在体育教学目标制定中^[5]。

第三,在学业上学生核心素养的体现应以质量标准去衡量。质量标准的体现形式具体包括以下几点。首先,质量标准与核心素养课程内容相比应具有更强的可行性、更具体化,实操性强;其次,质量标准更佳符合体育教学内容和课程,可以用于指导一线教师在体育课堂上进行实践教学;

因此，与内容标准相结合后的质量标准是具备指导体育教学的。很明显，学生核心素养应最终体现在适应社会发展以及终身学习能力方面，因此，体育能力与质量标准的制定具有密切相关性，也是学生体育运动中所能展现的直接核心素养。应根据运动能力、健康行为和体育品德三个维度明确各阶段学生体育素养应达到的水平和表现方式，认真落实各体育水平间的衔接，以便更好地在义务教育阶段实现体育教学的梯次递进，最终实现体育教学内容在设计上从学科本位转化成人本的教育理念^[6]。

3. 加强培训工作，逐步提升教师的综合素质

新的教学形势要求中学体育教师主动适应时代要求，努力提高自身体育素养，加快对新型体育教育理念的理解，并将其融入日常教学工作中。学校应强化体育教师岗前培训、在职教育以及后续的教学教育工作，强化体育教师队伍，为全面提升教师素质及业务水平奠定基础。教师自身应具备探索精神和创新意识，发扬不怕辛苦、爱岗敬业的风格，快速理解新理论和教学技术，将其科学合理应用在日常的体育教学中，指导学生可以高效地进行体育活动。

体育活动项目多样，但能够具有一定特色且具有代表性的活动，能够作为教学内容的也不是那么容易就能筛选出来的，且筛选的过程一定需遵循特定的原则和标准。体育教学内容必须是可以直接为体育教学服务的，并且能够实现既定的教学目标，具体选择要素和遵循的原则分为以下三点。

(1) 体育课程选择一定要科学合理，应该符合受教育者身心健康。生命在于运动，人从出生开始就需要不断进行身体活动练习去保持健康体质提高自身协调能力，先天的运动技能在时间的变化中会呈现不同的表现水平。此外，后天获得性的运动能力也会随着体育运动本身的变化而发生改变。因个人生长发育具有显著差异性，我们将身体素质成长较快的阶段称为增长敏感期。对学生来说，各项身体素质与对应运动技能一旦错过身体发育的敏感期，将来其发展的水平可能就大受影响，因此，对于学生心理发张和身体素质敏感期应注意细心筛选合适的体育项目类别进行教学，这对学生未来体育成长具有重要意义^[7]。

(2) 依据体育运动技能学习规律对体育教学内容进行选择。体育教学主要在于教会学生去掌握某项运动技能。在日常体育授课时，运动技能的形成以及每个阶段学生应该达到怎样的技术水平可能存在一定差异。总体来说，学生对某项体育运动的掌握，应该分步骤进行，通常是从不知到知，从简单到复杂，从容易到困难，从生疏到熟练应用，逐渐掌握技能要点。

在体育教学期间，应讲解有关运动生理学的内容。运动生理学认为运动技能的掌握一般都应遵循以下三个过程。首先是初步掌握动作阶段，其次是对动作进行改善并提高，最后才是巩固与自动化阶段。也就是体育教学中常提到的“形成—发展—巩固—消退”的规律。所以，教师对体育教学内容的计划制定和教学内容也应遵循运动学习规律来进行。

(3) 依据学校传统建立本校特色体育教学课程。体育教学是基础教育的一部分，体育教育工作者也应顺应时代发展方向，助推学校自身特色的教学内容推广。教育部制定并实施的《基础教育课程改革纲要（试行）》中提出：“为保障和促进课程对不同地区、学校、学生的要求，实行国家、地方和学校三级课程管理。”该试行改革纲要还提出，学校可以在执行国家课程及地方课程标准同时，根据当地社会、经济发展具体情况，结合本校师生素质和传统优势、学生爱好和需求，进行设定合适的体育教学内容。所以，体育教学内容的选择也应遵循学校自身传统特色去构建^[8]。

结语

现阶段，我国中学体育教学仍存在诸多问题，一定程度上阻碍了中学体育教学的深入改革和发展，因此，应针对性制定系列应对方案，将传统教学模式改为以人为本的教学理念，全面提高中学体育教师自身的核心素养，为中学体育教学改革提供思路，拓宽中学体育素质教学的发展道路。

参考文献

- [1] 陈志金. 中学体育教学的现状分析与改革对策探析[J]. 当代家庭教育, 2020(16): 111-112.
- [2] 周雨龙. 农村中学体育教学现状及对策分析[J]. 才智, 2017(30): 151.
- [3] 程明月. 我国现行中小学体育教学内容的现状分析与对策研究[D]. 南京: 南京师范大学, 2017.
- [4] 郭军. 对中学体育教学现状与对策的分析[J]. 求知导刊, 2015(04): 60.
- [5] 陈龙坤, 王玉富. 当前中学体育教学现状及对策分析[J]. 当代体育科技, 2014, 4(23): 85-86.
- [6] 甘桂香. 浏阳市农村初级中学体育教学内容现状调查与分析[D]. 武汉: 华中师范大学, 2014.
- [7] 李俊廷. 中学体育教学现状及对策分析[J]. 学园, 2014(12): 143.
- [8] 顾忠伟. 农村中学体育教学现状分析与对策[J]. 快乐阅读, 2013(31): 41.