

# 分析中学体育教育的现状和教学方法

## Analysis on the Present Situation and Teaching Methods of Physical Education in Middle Schools

宋海明

Haiming Song

太原市示范性综合实践基地

中国·山西 太原 030000

Taiyuan Student Comprehensive Practical Base,

Taiyuan, Shanxi, 030000, China

**【摘要】**新时期下,随着中国素质教育的发展完善,其对中国中学教育事业也提出了更加深层次的要求,更加重视中学生的德、智、体、美、劳全面发展,因此,越来越多的中学开始重视对中学生的体育教学,以此来实现学生的身心健康发展。基于此,论文就中学体育教育的现状和教学方法进行了分析,希望对提高中国中学体育教学的水平有所启示和帮助。

**【Abstract】**In the new period, with the development and perfection of China's liberal education, it puts forward a deeper level request to China's middle school education, and attaches more importance to the middle school students' all-round development of morality, intelligence, Physique, beauty and labor, more and more middle schools began to attach importance to the physical education of middle school students, in order to achieve the healthy development of students' body and mind. Based on this, the paper analyzes the present situation and teaching methods of middle school physical education, hoping to give some enlightenment and help to improve the level of middle school physical education.

**【关键词】**中学体育教学;现状;教学方法

**【Keywords】**middle school sports teaching; present situation; teaching method

**【DOI】**10.36012/sde.v2i4.1846

## 1 引言

中学生正处于身心快速发展的阶段,通过加强体育锻炼,可以有效缓解学生的心理压力,促进学生的身心健康发展。因此,中国中学需要重视体育教学,结合当前的实际教学现状,研究相应的优化措施,最终提高中学体育教学的有效性,满足中国素质教育的要求<sup>[1]</sup>。

## 2 中学体育教学的现状

### 2.1 学生对体育教学的认识有待加强

当前,中国在体育教学的过程中,存在的最主要的问题就是部分学生对体育教学的认识还有待加强,在进行体育技能学习时,还没有形成终身体育的观念,进而影响中学体育教学的水平。具体表现为:第一,部分中学生对体育的功能的认识还不足,单纯地认识体育教学的功能是为了锻炼身体;第二,部分中学体育教师在实际的体育课堂上,一般情况下都比较重视体育活动的开展,对于相关的理论知识传授不足,也限制了学生对体育学科的认知水平<sup>[2]</sup>。

### 2.2 教学方法较为陈旧,创新水平有待提高

部分中学体育教师在实际的教学过程中,所采取的教学

方法还较为陈旧,创新水平有待提高,在一定程度上也影响着中学体育教学的水平。具体表现为:第一,中国部分中学对于体育教学的重视程度还有待提高。因此,对于体育教学的要求也相对较低,没有对具体的教学过程进行监督和管理,使体育教师上课的热情也有所缩减,进而在教学方法上缺乏创新性。第二,部分中学的体育课程的教学内容较为单一,没有进行相应的教育改革,教师还习惯采取传统的教学方法进行教学,没有注意采取游戏教学、个性化教学等多样化的教学方式。且在教学过程上一般是以教师为主导,没有注意凸显学生学习的主体地位,最终导致学生的学习兴趣有待提高,教学效果自然有待优化。

### 2.3 体育教师的数量和专业水平有待优化

基于部分中学对体育教学的重视程度还有待提高,资金投入有待增加,使体育教师的数量和专业水平也有待优化,这也是影响中学体育教学水平的重要因素。具体表现为:第一,部分中学在体育教师的招聘上,门槛相对较低,造成学校的体育教师队伍的整体水平不高,难以满足实际的体育教学的要求;第二,部分中学没有对体育教师进行统一的专业培训和思想培训,使部分在职体育教师的业务水平还达不到实际教学

的需求;第三,很多学校的体育教师在年龄上都相对较大,在具体的教学过程中缺乏创新和学习的热情。而部分中学需要招聘年轻的体育教师,但是年轻的体育教师在教学经验上相对缺乏,在语言表达和体育或者组织方面还需要不断完善,这些都需要中学引起重视<sup>[9]</sup>。

### 3 中学体育教学的方法

#### 3.1 在体育教学课堂中融入游戏教学

中学体育教师在实际的教学过程中,要想提高教学水平,首先需要应用多样化的教学方法,游戏教学就是其中的一种。因此,第一,教师需要加强对中学生的分析,结合中学生的实际性格特点来选择体育游戏,保证所选择的体育游戏都符合中学生的身心发展特点,以此来激发学生参与体育教学活动的积极性,提高学生对体育课程的兴趣;第二,游戏本身就具有一定的对抗性和竞争性,因此,教师在采取游戏教学模式的社会,还需要对学生的心理抗压能力进行培养,树立综合性的教学目标。具体需要遵循以下几个原则:其一是服务教学的原则。教师所选择的体育游戏必须是和体育教学内容紧密结合的,严禁为了进行游戏教学而忽视中学体育教学的整体目的。其二是尊重实际的原则。教师需要结合实际的教学内容和大部分学生的实际情况进行游戏设计。

例如,在进行“短跑”训练的教学中,体育教师就可以采取游戏教学的方式,具体可以设计“追拍跑游戏”。教师需要对学生进行有效的分组,每组 6~8 名学生。在分组结束以后,教师需要安排前后两名学生之间的距离为 1.5m 左右,然后教师进行口令指挥,让前排学生在听到指令以后进行起跑准备,后排的同学则全力追赶,在不同的距离内追到前排学生所得到的分数也不同。最后,教师需要将每个小组得到的总分数进行叠加,得出排名。通过采取游戏教学,增加了教学过程的竞争性和趣味性,学生参与课堂教学的积极性也更高,故而教学效果也更佳。

#### 3.2 积极开展个性化的体育教学活动

中学体育教师还需要积极开展个性化的体育教学活动,以此来促进中学生的个性化发展,这就需要体育教师在实际的体育教学过程中,要注意结合大部分中学生的兴趣爱好组织个性化的体育教学活动。

例如,教师在进行篮球教学的时候,就可以结合学生的实际情况组织个性化的体育教学活动。对于一些身体素质较好且喜欢跳跃、灌篮的学生,教师则可以在篮球运动中,将其安排为大前锋或者是小前锋,充分发挥学生的特长。而对于喜欢远距离投篮的学生,教师则可以将其安排为得分后卫等。总

之,教师需要尽可能地按照学生的特长和喜好进行训练安排,以此来增加学生在训练过程中的体验感<sup>[4]</sup>。

#### 3.3 应用团队合作的方式进行教学

在中学体育教学过程中,很多内容单纯地依靠一个学生都是无法完成的,最直接的体现就是篮球、排球等。因此,教师需要根据实际教学内容的需要,应用团队合作的方式进行教学,具体可以通过增加中学体育教学课堂的丰富性,培养学生的团队精神和竞争对抗精神等方式,采取小组合作学习的方式,或者是组织相关的比赛进行教学,以此来优化教学效果。

#### 3.4 强化中学体育师资队伍建设

体育教师是中学体育教学的直接负责人,其教学水平直接关系到体育教学的质量和效率。因此,中学还需要加强对体育师资力量建设,不断完善中学体育师资队伍,以此来为实际的体育教学奠定基础。第一,中学需要加强对体育较的相关专业人才的培养,结合中国当前的政策作为引导,如免费师范生和特岗教师等方面的政策,不断吸引更多的青年教师加入中学体育教育事业中;第二,中学需要加强对现有的体育教师的培养,具体需要培养专业技能、理论知识等,并定期的具备中学体育教学研讨活动、教研活动,为中学体育教师提供完善的自我提升和学习的平台;第三,中学需要建立完善的中学体育教师考核评价和激励机制,还需要重视对体育教学能力的考核,激发体育教师进行希望完善的积极性,以此来提高体育教师的综合教学能力<sup>[9]</sup>。

### 4 结语

总而言之,中学体育教学对于促进中学生的身心全面发展,满足中国素质教育的要求等方面意义重大。因此,中学体育教师需要结合中学生的实际需求,注意培养学生对体育的学习兴趣,使其积极参与体育活动,最终养成良好的体育锻炼习惯,促进自身综合素质水平的提升。

#### 参考文献

- [1]周锡宇.新课程改革背景下高中体育教学的现状与对策研究[J].课程教育研究:学法教法研究,2019(10):132.
- [2]周少斌.浅谈中学体育教学现状及改革[J].中外交流,2018(30):123.
- [3]黎宽洪.中学体育教学现状及改革初探[J].软件(教育现代化)(电子版),2019(2):37.
- [4]王磊.新课改下高中体育教学思路与方法创新[J].体育风尚,2018(8):189.
- [5]袁睿.浅谈高中体育教学现状与教学策略[J].读写算,2018(14):162.