

“新课标”背景下普通高中体育与健康课程实施中存在的问题与反思

周肖洋¹, 王昊²

1. 天津体育学院, 天津 300000

2. 首都师范大学附属滨州中学, 山东 滨州 256600

摘要: 在“新课标”背景下, 传统的高中体育与健康课程教育内容、教学方式逐渐落后于时代, 无法为新时代人才的培养提供充分支持。同时, “新课标”背景下, 高中体育与健康课堂被赋予了新的使命和要求, 教师应当立足学生身心健康、核心素养发展, 积极更新教育理念, 创新教学方式, 丰富教育内容, 充分提升体育与健康课程的教育质量, 为学生发展提供助力。本文结合高中体育与健康课程教学现状, 提出针对性的教育策略和方案, 促进高中教育事业的全面发展。

关键词: “新课标”; 普通高中; 体育与健康; 教育问题

Problems and Reflections on the Implementation of Physical Education and Health Curriculum in Ordinary High Schools under the Background of the "New Curriculum Standards"

Zhou Xiaoyang¹, Wang Hao²

1. Tianjin University of Sport, Tianjin 300000

2. Binzhou Middle School Affiliated to Capital Normal University, Binzhou, Shandong 256600

Abstract: In the context of the "new curriculum standards", traditional high school physical education and health curriculum education content and teaching methods are gradually lagging behind the times, and cannot provide sufficient support for the cultivation of talents in the new era. At the same time, under the background of the "new curriculum standard", high school physical education and health classrooms have been given new missions and requirements. Teachers should focus on students' physical and mental health, core literacy development, actively update educational concepts, innovate teaching methods, enrich educational content, fully improve the quality of physical education and health courses, and provide assistance for students' development. This article combines the current situation of high school physical education and health curriculum teaching, proposes targeted educational strategies and plans, and promotes the comprehensive development of high school education.

Keywords: "New Curriculum Standards"; ordinary high school; sports and health; educational problems

引言

普通高中体育与健康教学是培养学生身体素质, 促进学生身心健康发展的关键课程。随着“新课标”落实和推广, 体育与健康课程教育目标逐渐由传统的身体素质培养拓展到学生健康意识和社会适应能力的培养上。但是, 部分高中体育与健康课程实施中存在诸多问题, 导致教育效果不佳, 学生身体素质、体育能力和运动习惯培养不到位, 影响了人才的全面发展。学校和教师要结合“新课标”要求, 更新教学理念, 改革教育方式, 让体育与健康课程能够契合新时代高中学生的发展需要, 从而推动学生体育综合素养的进步。

一、“新课标”与体育与健康课程概述

课程标准是国家课程的基本纲领性文件, 是国家对基础教育课程的基本规范和质量要求。“新课标”即课程改革过程中推出的新课程标准, 本次课程改革将我国沿用已久的教学大纲改为课程

标准, 反映了课程改革所倡导的基本理念, 对不同阶段的教育教学活动做出了新的要求, 让教育事业更能够符合时代精神和国家发展需要。同时, 在近300名专家的共同努力下, 我国各教育阶段的18种课程标准实验稿正式颁布, 标志着我国基础教育课程改革进入新的阶段。

体育与健康是一种学科及课程类型，是促进学生体育与健康知识和技能学习有机融合的关键课程。同时，在高中教育阶段，体育与健康课程是以身体运动、身体发展为对象，以促进学生身心健康全面发展为主要目的的课程。借助体育与健康教学，教师能够稳步提升学生的身体素质和运动能力，让学生掌握相关的健康知识，这对于其全面发展和持续发展有积极作用。因此，教师应当针对“新课标”要求，分析当前教育教学存在的问题，积极改进教学模式，为学生素养培养和发展打好基础，做出贡献。

二、“新课标”背景下普通高中体育与健康课程实施的重要性

在“新课标”背景下，普通高中体育与健康课程能够培养学生的身体素质和运动习惯，推动学生身心健康共同发展进步，构建积极和谐的教育教学氛围，并保障学生核心素养的正常发展，是新时代人才培养的关键。因此，学校和教师要改变教学方式，完善教育制度，充分提升体育与健康课程的教学水平，为教育教学打好基础。

（一）能够培养学生的身体素质和运动习惯

体育与健康是培养高中学生身体素质和运动习惯的关键课程。高中体育教师可以在体育与健康课程教学中融入多样的体育知识、专项运动内容、健康知识，并借助体育教育活动充分拉近体育、健康和生活的距离，帮助学生从小养成良好的运动习惯，培养发展其身体素质。同时，教师可以结合具体的体育与健康课程锻炼学生的运动技巧，也能够帮助学生认识运动的重要性，引导学生主动参与到运动活动中，从而为人才发展培养做出贡献。

（二）能够推动学生身心健康共同发展进步

依托体育与健康课程，教师能够推动学生身心健康共同发展进步，对于学生全面发展有积极作用。比如，在以“户外互动”为主题的体育健康教学中，教师可以带领学生展开参与多样化的户外运动，在培养发展其体魄的同时，锻炼学生的体育精神，磨炼学生的意志，让学生从小形成坚韧的品格和意志力，从而推动其身心健康共同发展。

（三）能够构建积极和谐的教育教学氛围

在高中教育教学中，体育与健康课程还能够构建积极的学习氛围，有助于提升学生参与校园活动和教育活动的兴趣、热情，对于学生素养的培养有积极作用。在体育与健康课程中，学生能够逐渐认识到生活学习中的健康问题，并养成好的生活习惯，既能够保障教育教学水平，又能够充分提升学生参与教育活动的兴趣，可以更好地完成教学任务。

（四）能够保障学生核心素养的正常发展

高中体育与健康课程能够为学生核心素养的发展培养提供支持，是高素质人才培养教育的关键。在高中教育阶段，教师可以借助体育与健康课程进行教学内容、形式的调整，让学生在趣味性以及多样化的体育活动发展体育能力，正确认识体育运动和健康知识的作用，从而可以有效发展学生的核心素养，推动教育目标的实现。

三、“新课标”背景下普通高中体育与健康课程存在的教育问题

“新课标”背景下，部分普通高中体育与健康课程教育教学目标定位不够清晰，教育内容过于单一，教学方式方法缺乏创新，且教学分析评价工作落实不到位，导致实际教育效果不佳，影响了学生体育能力和身体素质的发展。学校和教师要总结经验教训，积极调整教学方式，在调动学生兴趣的同时提升教育质量，以推动学生的全面发展。

（一）课程教育教学目标定位不够清晰

在课程教育教学过程中，部分教师对于体育与健康课程的教学目标认知不清，导致实际教育规划设计不符合高中生发展需要，具体的体育锻炼任务和健康互动活动也过于随意，严重影响了学生的正常发展。同时，高中体育与健康课程定位不清晰主要表现在课程目标的设定上，缺乏明确性和具体性，导致教学内容和教学方法难以精准对接学生的实际需求。教师需要针对这一现象，积极改进教学方式和理念，让体育与健康教育能够符合学生发展需要，从而逐步提升教育教学质量。

（二）体育与健康课程教育内容过于单一

部分高中内部，体育与健康课程教育内容过于单一。某些教师仅仅将高中教材作为体育与健康课程的主要教育内容，忽视了其他教育资源以及生活教育资源在教学中的融入，导致体育课程教育教学效果不佳，学生的体育和健康视野得不到拓展。因此，教师应当重视教学内容的丰富和完善，稳步提升教学质量，为学生发展打好基础^[1]。

（三）教学方式方法缺乏创新

在“新课标”背景下，许多学校仍然采用传统的教学模式，即以教师为中心、以课堂讲授和机械练习为主的方式，不仅在教育上缺乏创新，也忽视了学生的主体地位，严重影响了教育效果的升级。传统教学模式存在明显的局限性，忽略了学生个体的差异性，无法在教育过程中充分发挥学生主体优势和天赋，不利于人才的培养教育^[2]。

（四）教学分析评价工作落实不到位

部分教师不重视教学分析评价工作，对体育与健康课程分析评价不足，导致自身不了解学生的学习情况和身体素质锻炼情况，无法针对下一阶段的教育活动进行设计调整，影响了学生素养的发展。同时，在实际教育中，教师和学生交流沟通不足，在实际教学中难以及时掌握学生的兴趣爱好，也间接影响了课程设计，不利于学生素养的培养发展^[3]。

四、“新课标”背景下普通高中体育与健康课程的教育策略

在“新课标”背景下，体育与健康教师应当引导学生自主展开健康管理活动，借助专项训练培养学生运动能力，依托运动竞赛调动学生学习热情，并规范教学评价逐步完善教育方式，从而稳步提升课程教学质量，推动学生体育素养和运动能力的发展。

（一）引导学生自主展开健康管理活动

在体育与健康课程教学的过程中，教师需要引导学生自主展开健康管理活动，帮助学生掌握相关的健康知识和锻炼技巧，从而逐步推动其生活习惯的养成。比如，在体育与健康课程教学时，教师需要借助问题导向的方式引导学生自主探究生活中常见的健康问题，并帮助学生分析不同生活习惯对学生健康的影响，让学生在自主探究的过程中运用健康知识来解决生活问题，拉近健康管理和生活实际的距离。同时，教师可以综合新的教育方式展开运动教育、体育品德教育、健康知识教育以及运动习惯培养，帮助学生结合自身的实际情况完成健康管理设计。比如，教师可以在新学期展开“体育与健康素养”教学活动，要求学生分析探究“为什么我们上楼之后会呼吸加速？”这一问题，并结合相关问题引出心肺耐力训练活动，在丰富学生健康知识的同时，引导学生参与体育运动^[4]。

（二）借助专项训练培养学生运动能力

在高中教育阶段，专项训练能够更好地培养学生的运动能力和运动技巧，让学生快速地掌握相关项目的知识内容，是学生身体素质发展的科学方式。因此，在体育与健康课程教学中，教师可以展开运动项目专项教学，让体育与健康课程教学逐渐走向结构性教育，以提升教学效率和质量，从而稳步提升教育教学水准。比如，教师可以借助“球类运动”这一主题，根据不同球类运动的特点，选择适合高中学生的项目设计教学方案，制定运动训练计划，引导学生主动参与到体育活动中。教师可以通过“篮球”技巧训练活动帮助学生掌握更多的运动技巧，让学生在篮球活动中稳步提升自身的运动能力，以发展其身体素质。同时，教师就可以让学生在了解篮球运动知识的同时自己研究相应的项目战术，开发学生的运动思维，促进其全面发展^[5]。

（三）依托运动竞赛调动学生学习热情

科学多样的运动竞赛能够调动学生的学习热情，激发学生的运动热情。因此，教师应当根据体育与健康课程主题引进更多样的体育内容，引导学生参与体育项目竞赛，从而调动学生兴趣，保障教育的有效性。比如，在“田径”内容教学中，教师就可以

为学生报名小型的体育赛事，让学生在运动中深入体会运动技巧，发展自身的体育素养。同时，在实际教学中，教师可以引进竞争机制，让学生以小组为单位进行比赛竞争，培养学生的体育精神和合作能力，逐步发展学生的身体素质^[6]。

（四）规范教学评价逐步完善教育方式

在高中体育与健康课程教学中，教师要规范教学评价逐步完善教育方式，提升教育教学评价反馈的科学性和有效性，从而稳步提升教学质量，推动后续教育活动的升级优化。同时，教师要根据不同课程主题、内容的差异，选择合适的教学评价方式，在实际教育评价中分析了解学生的运动情况和健康知识掌握情况，加深对学生的认识理解，为后续教育教学设计升级提供支持助力。教师还要借助现代化教育技术，分析整合学生在体育健康课程中的表现，在信息数据的支持下完成教学改革和优化，从而提升教学水准，推动学生素养的全面发展^[7]。

在高中体育与健康教学中，传统教育方式已经落后于时代，教师应当结合“新课标”背景，改进教学模式，丰富教育内容，提升课程教育的趣味性，从而推动学生素养的全面发展，为教育事业进步做出贡献^[8]。

五、结语

“新课标”背景下，普通高中体育与健康课程能够培养学生的身体素质和运动习惯，推动学生身心健康共同发展进步，构建积极和谐的教育教学氛围，并保障学生核心素养的正常发展，是培养高素质人才的重要课程。但是，部分普通高中体育与健康课程教育教学目标定位不够清晰，教育内容过于单一，教学方式方法缺乏创新，且教学分析评价工作落实不到位，导致学生体育素养发展不到位，严重影响了人才教育。因此，体育与健康教师应当引导学生自主展开健康管理活动，借助专项训练培养学生运动能力，依托运动竞赛调动学生学习热情，并规范教学评价逐步完善教育方式，发挥现代化教育理念和技术的优势，充分提升教学水准和效果，从而保障学生素养的全面发展。^[9-10]

参考文献

- [1] 屈明, 朱艳, 陈晶晶. 强化优质教研推动学校体育高质量发展 [J]. 中国学校体育, 2024, 43(04): 38-40.
- [2] 季浏, 徐安勇. 体育专项运动技能的大单元 / 模块教学问题答疑——访体育与健康课标修订组组长季浏 [J]. 基础教育课程, 2024, (05): 62-68.
- [3] 季浏. 体育与健康新课标推进过程中的疑惑、问题和回应 [J]. 首都体育学院学报, 2023, 35(04): 359-370.
- [4] 陆辉. 高中体育与健康学科德育目标达成的实践策略——基于新课程、新教材实施的视角 [J]. 教育参考, 2023, (02): 20-26+42.
- [5] 汪立明, 陈玉珏, 李强. 《义务教育体育与健康课程标准 (2022年版)》探析 [J]. 教育与教学研究, 2023, 37(09): 120-128.
- [6] 李有强, 赵珊, 唐丽燕, 等. 体育与健康核心素养导向下的大任务教学理论阐释与实施路径 [J]. 首都体育学院学报, 2023, 35(01): 40-48.
- [7] 彭庆文, 于天然. 《〈体育与健康〉教学改革指导纲要 (试行)》的时代意义、内容特征和践行路径——兼论新时代学校体育的走向 [J]. 体育学研究, 2021, 35(04): 83-91.
- [8] 牛鲤. 新课程改革背景下高中体育与健康课堂教学的有效性探讨 [J]. 安徽教育科研, 2024, (17): 37-39.
- [9] 吴超. 高中体育与健康课程评价体系的构建与实施效果分析 [C]// 中国智慧工程研究会. 2024 教育教学创新发展交流会论文集. 枣庄市第一中学, 2024: 102-104.
- [10] 许新. “新课标”背景下高中体育与健康课程跨学科学习 [J]. 学周刊, 2024, (08): 158-160.