**《创新运用体育器材来提高课堂教学质量的研究》课题结题报告**

体育组 倪华

**一、问题的提出**

（一） 课题研究的目的意义

高中选项制体育课的实施目的是培养学生运动专长，但是在目前看来，学生的专长水平有待提高，选项体育课教学策略有待优化，教学目标需要更清晰。大环境下，面临高中学生高考压力，平时文化课学习紧张，全部精力都投入到文化学习中，很多学生不愿意关注体育课技能的学习，除了课堂，大课间，其余体能锻炼时间很少，积极性也不是很高。但是，随着江苏省下发的文件：关于开始高中体育学业水平测试的提出，广大师生应该重新定位体育课堂教学的地位和作用。

因此我提出了《创新运用体育器材来提高课堂教学质量》的研究这一课题，希望通过一系列的措施能够有效提高本校学生的专项爱好水平，增强他们的体质，增进健康。2017年版的《普通高中体育与健康课程标准》对体育与健康学科核心素养的表述是：通过体育与健康学习，提高学生运动能力，培养健康行为和体育品德，核心素养给体教学赋予新的使命。其中运动能力包括运动认知，体能发展及运动技能，这是体育课程最直接的结果，而健康行为以及体育品德是在发展运动能力过程中获得的。当前体育课中，很多观念指向更安全的活动，有一定受伤风险的激烈运动，学校与老师都有顾虑，我校在开展此类活动时也是一样。本人认为，应该更加重视运动基本技术的学习和掌握，不是说一定是运动员，才需要重视基本技术，应该把基本技能的教学贯穿于整个体育课中，对于广大学生培养兴趣爱好、提高爱好水平、终生体育理念的确立，起到很重要的作用。

**（二）课题核心概念**

足球技术：指人体在完成某个特定的跟足球有关的动作的能力。在体育运动中，人们完成某个动作技术主要跟力量、速度、耐力、柔韧和灵敏等基本运动素质以及这些素质之间的各种组合性运动素质密切相关。人体形态学特征是体能的质构性基础，人体的技能特征是体能的生物功能基础。体能主要包括身体成分，心肺耐力，速度，力量，耐力，平衡，协调性，反应时，灵敏性等素质。

**（三）理论依据**

  根据《人体生理学》、《人体解剖学》、《心理学》、《体育训练学》、《普通高中体育与健康课程标准》等原理寻求适当的措施，采取合理的训练方法最终找到提高学生体能素质的方法。

**（四）研究方法**

1、文献资料法：查阅有关生涯发展指导的文献资料，了解国内外研究高中足球技术教学发展指导的现状，对其进行收集、整理，，加以借鉴。

2、实践分析比较法：对课堂足球教学情况、学生基础情况进行分析比较。

3、案例法：通过对我校高一学生、高二模块选修学生2020、2021年体育课中表现，体育选项专修成绩数据探索加强高中体育课基本技术的实施路径。

**（五）研究目标**

（1）提高学生培养高中生的爱好与特长的能力与水平。

（2）增强学校体育氛围，更多的人喜欢体育课，参与进来。

（3）有效提高课堂教学质量质量。

**（六）研究过程**

第一阶段：准备阶段（2020年6月--2020年8月）

1.研究相关课题资料，查阅有关资料，确定选题。

2.申报课题，确定设计方案，并请教相关学者和专家进行可行性论证。

第二阶段：实施阶段（2020年9月----2021年4月）

1.按计划实施课题研究，阅读相关文献。

2.通过案例及调查研究，探究及分析发挥体育器材的多种功能的意义。

3.发现问题，总结经验，并对实验方案和实施方法进行修正、改进，攥写阶段研究论文、研究报告。

第三阶段：总结阶段（2021年5月--2021年6月）

1.阅读能够帮助总结课题研究结论和成果的相关书籍和学科专业书籍。如《怎样写课题研究报告》，《课题研究成果的表现形式》等。

2.整理课题研究的过程性资料，进行分析、归纳、提炼、总结，撰写论文、研究报告，准备结题。

**七、具体研究实施过程**

一）．课题组研讨研究，制定了发挥一物多用性，提高课堂效率的方案。

1.确保练习密度

合理组织教学，确保每堂课练习密度。如高三陈杰老师的体能练习课，利用体操垫发展跑的辅助练习和腹肌背肌力量练习及柔韧性练习，学生兴趣浓厚，练习密度高，整堂课充满欢声笑语，大大提高课堂教学质量。

2.巧用选修课的教学器材进行课课练

合理地安排技术的分组练习。如高三钱洁老师的排球选修课，利用排球代替实心球，进行后抛和双手头后方掷实心球的练习，降低畏惧感，提高参与度和专注力。教师在课前设计时应充分挖掘器材的多功能，尽量做到“一物多用”，提高课堂效率。所以教师应该根据学生选择的体育运动专项，结合专项器材进行课课练，根据体能情况设计课课练的练习内容。

3.器材贯穿整堂课

体育课模块教学要把“一物多用”贯穿于整堂课中，包括准备活动和放松活动。如篮球教学准备活动，可以安排行进间运球和球操等；放松活动，可以利用球类游戏来放松。要注意与教学内容相结合，注意上下肢体的均匀发展。

4.对废旧器材改造利用

学校每年都有很多废旧器材，对部分器材进行改造利用。如漏气的排球一分为二，当球托用，球就被固定住了，不会乱滚，用在击固定球练习；破皮的乒乓板去皮用来充当毽球拍；磨损厉害的短绳用来编长绳，继续使用。

二 、课后构建了体育教学与课外体育活动的联动机制。

1.高效的大课间保证每天锻炼一小时。

⑴时间保障。调节学校作息时间，明确规定大课间活动，任何教师不得

挤占大课间活动时间，若遇阴雨天就改在室内进行，如：开发室内游戏等活动进行锻炼，使器材利用率最大化。

⑵制定保障。大课间活动班主任、体育教师的职责，建立了领导督查制、班主任现场督促制、艺体教师指导制、活动评比制。人力、物力保障。学校要求大课间活动师生全员参与，活动中教师既是活动的组织者、指者、保护者，同时也是活动者。

⑶安全宣传保障。按类别划定活动区域，师生必须在指定活动范围内活动。所有场地均安排教师进行现场活动指导，并督促学生安全。

2丰富多彩的活动，比赛促进学生锻炼和提高技能的兴趣

保证活动时间是学生掌握技术发展的有效载体，那么开展学生喜爱的体育运动就能够更好促进学生自主参与锻炼，开展常规的体育活动使学生的训练更有针对性。这学年我校开展的体育比赛活动有：上半学期有体质达标测试，全校性运动会，年级为单位的拔河、长绳、跑操比赛，下班学期以年级为单位的篮球联赛和足球联赛。校园体育的氛围越来越浓厚，因为器材的创新运用与合理选择，提高了参与度和专注力，培养学生自主、合作、创新的能力，最终获得成就感，达到有效提升课堂教学质量。

**八、探索研究成效成果**

一）．在学生方面

1提高了学生对体育课的热爱。在4月进行的常州市高三学生体质健康测试，学生在各方面的成绩比立项时统计的成绩优秀率提高了，普遍成绩也提高，这与很多学生热爱体育课的基础上，进行了大量的体能和身体素质练习的作用是分不开的。

2学生技术更完善，加强了团队合作竞争意识。在课中、联赛、其它比赛中看到了学生们的积极性和自信心，增加了班级的凝聚力，校园体育氛围更浓了。

3养成健康的生活方式意识和锻炼的习惯，为终身体育打下了良好的基础。这方面可能还不完善，但至少比以前有进步。尤其是体质健康表的发放，让学生对自己的健康有个更多的关注，对自己体能锻炼的方向有更正确的认识。

二）教师方面

教师通过课堂改革一系列措施，也提高了自己的专业成长。在实践方面，第二学期钱洁和邓彩霞老师完成排球正面下手发球和倪华老师体能练习校级公开课。体育组第一学期成功举办了校园田径运动会和艺术节体育活动，第二学期高一年级和高二年级的篮球、足球校园联赛。在理论方面，倪华老师发表了论文《游戏在足球启蒙教学中的运用》。

**九、结论与思考**

(一)结论：

教师应该多创新、深挖掘器材本身的潜力，跳出器材表象的利用价值，开动脑筋让体育器材发挥最大的作用，有效提高课堂教学质量。

(二)思考

1.研究的层面比较浅，体育教师应平时看到的器材不仅仅只有它本身的作用，用最普通的器材解决课堂中出现的常见问题，这方面还得深入研究。

2.对我校全体学生的研究还不完善，对学生的了解不够多，对个案研究不够系统。

在今后的学习研究中，本人将进一步加强教科研的学习，加强学习增强学生技术能力的理论学习和实践指导。