

# 中学学校体育与健康教育相结合的现状研究

王 超 赵宝城 郭保群  
(天津市华明中学 天津 300000)

**[摘 要]** 学校体育可以说是学校各类体育活动的总称,其基本开展形式就是体育课形式,健康教育是借助于信息传播和干预行为,协助个人和集体了解卫生保健知识,把握健康观念,自愿接受对其有利的生活方式以及健康活动模式的教育过程。文章描述了国内现阶段中学阶段学校体育以及健康教育的情况以及改进措施。

**[关键词]** 学校体育教育;健康教育;现有状况

学校体育的首要教学任务就是让学生理解掌握“三基”,教导学生学习健康身体相关的技能、知识以及技术,为学生的健康服务;由他们的教学内容来观察,学校体育主要是关于运动技术方面的教学,忽略了健康习惯以及情感方面的教育,其教学内容主要注重教授保健知识,没有做到教育学生养成行为习惯。

## 1. 现阶段国内学校体育结合健康教育开展情况

国内学校教育主要是注重于智育教育,刻意追求升学率,学校体育以及健康教育课程教育时间没有充分的保证,缺少适合的体育与健康教学材料;学校体育以及健康教育方面的师资力量也较为薄弱,不论是从数量上来说,还是从质量上来说,都无法达到开展学校体育以及健康教育的基本要求。有些学校即便设置了相关课程,也需要面对师资力量方面存在的问题。所以现阶段国内某些学校开设的“体育与健康”课程,其本质依旧只是“体育”课,两者的结合教学只是存在于形式,没有办法真正实现。

## 2. 国内学校体育和健康教育进行结合时发现的问题

### 2.1 教学方法问题

体育教育过程中,在追求强健身体以及学习技术的思维引导下,常常会把教学质量和技能以及运动强度挂钩,同时出现了追求联系密度、运动强度以及效率而将学生主动学习的可能性牺牲掉。尤其是那些优质课,专家依旧使用以往的评价指标来进行评估,抑制了全体教师的创造力以及想象设计力。学生接受的教育已经成为一个定式,一个方法、一个内容、一个难度、同样的进度,其获取的主要是体能以及运动技能,却没有在健身上获得情感上的成就感以及愉悦感,更无法触及培养自我设计能力方面的领域了。

### 2.2 课程开设问题

现阶段健康教育主要关注于民众的行为转变,其注重“知、信、行”三者的统一。这三者之间的关系,知为根本,信为动力,行为目的,为了达成行为目的,就需要从根本出发,传授知与行。不过现阶段我国体育与健康教学过程中却明显没有注重根本“知”教育的投入力度。特别是在大学阶段体育与健康教育过程中忽视了中小学阶段体育与健康教育教学过程中的本质区别。在课程设计情况下,理论教学课时少,只有全部课程很少的一部分,甚至存在某些学校从来不给学生开设体育基础教学,这也导致了学生只获得了技能却不知原理的结果。

## 3. 国内学校体育和健康教育结合教学的建议

### 3.1 强化体育与健康教育相关课程师资力量培训力度

现阶段存在的《体育与健康课程标准》,注重学生需要了解、掌握健康基本知识,所以健康教育教学任务就主要集中在了体育教师的身上了。在新课改教育背景下,学生在接触健康教育阶段,不但要让他们了解更多的健康知识,还需要让他们掌握这些健康知识进行相关的卫生指导行为,这就要求体育老师需要掌握更专业的相关知识,用于指导学生构建健康思维以及健康行为养成。

教师应该借助进修、脱产等多种方法来提升自身专业知识的训练和培养。

### 3.2 提升对体育和健康教育融合的认知程度

学校领导阶层应该进一步了解到体育与健康教育这两者结合的重要程度,其是素质教育中存在的重要基础,应该持续提升体育健相结合的主动性,并将其视为学校教学改革的主要内容。

### 3.3 学校体育要与医务监督和保健指导相结合

学校体育需要强化医务监督,教师需要认识到全部学生的身体状况、健康状况以及其各器官的状况,由此来辨别学生是否能按规定参加相应的活动,或者判断他们适合参与那些活动,注意在活动过程中需要遵守的事项。医务人员需要及时将体检过程中发现有运动型障碍疾病的同学情况及时反馈到参与教学任务的老师处,以防止体育教学过程中意外发生。在体育教育过程中不但需要让学生了解到合理提高身体素质的知识以及方法,还需要使学生掌握一定程度的自身保健知识;应该将健康保健知识有意识地融入到教学过程中来。

### 3.4 强化世界观、价值观教育

选择有效方法,提升学生的心理健康教育。目前大学生的价值观、世界观已经基本形成,这是需要对其进行相应引导,比如:组织观看大型运动会或者国际比赛,这对于其培养科学的世界观和价值观是非常有利的,从而保持其健康心理状况。

### 3.5 开展心理健康问题研究

现阶段学校还没有太过于重视大学生心理健康教育存在的问题,因此导致其存在的问题越来越严重。学校需要积极开展心理健康相关方面问题研究,且需要慎重对待大学生心理健康问题,确保大学生可以有效解决心理问题,让其保持健康成长。

## 4. 结束语

结合上面提到的,学校体育和健康教育之间的关系是相互依存、密不可分的。学校体育是强身健体,提升体质,促进健康发展的重要手段,健康教育是关于卫生营养学等健康行为的培养。这两者在协同发展的基础上又存在本质的不同,我们需要把健康教育合理地融入到学校体育中来,让学生可以得到全方位发展。

## 参考文献

- [1]郭元. 建国以来我国中学体育大纲发展变化的研究[D]. 陕西师范大学, 2003.
- [2]陈玮君. 广西中学实施体育与健康教育相结合的研究[D]. 广西师范大学, 2001.
- [3]郁洁. 江苏省初中体育与健康知识理论课教学现状调查[D]. 扬州大学, 2015.
- [4]崔淑杰. 对新课程标准下济南市中学体育与健康教师能力的调查与研究[D]. 山东师范大学, 2007.
- [5]陈玮君. 广西中学实施体育与健康教育相结合的研究[D]. 广西师范大学, 2001.