

（一）以人为本，以鼓励言语为主

多数教师对于艺术生均存在着一定偏见，认为艺术生存在着各种不足之处，包括学习态度差、过于活跃等，但实际上所有艺术生均具有各自的优势。以美术生为例，除在审美上的优势之外，还存在着文学修养较高的学生，也有一部分学生具有较强的音乐天赋。而身为艺术生的班主任，应该积极地发现学生的特长。为此，应该善于去观察学生了解学生的想法，进而发现其闪光点。日常学习生活中，应该结合学生特长鼓励学生，辅助艺术生提升学习自信心，例如，某位学生的专业课成绩较高，但文化课的成绩较低。经由观察了解到学生对于文学的兴趣浓厚，但语文仅仅是其中一门学科，其他学科成绩低下也无法获取到理想成绩。为此，学生对于文化课的学习信心逐渐弱化，甚至于出现了逃避的心理。在掌握此情况后，与语文教师进行了沟通，经由语文教师的指导学生获取到作文比赛的一等奖，信心也随之得以提升，对于其他课程的积极性也有所提升，最终顺利考入理想的艺术院校。

（二）关爱学生善于交流

班主任的工作实际上就是对学生的管理工作，而管理需要建立在以人为本的基础上。作为艺术生的班主任，应该在与学生沟通中融入更多热情，与学生产生情感共鸣，发挥出潜移默化的管理效果^[3]。基于此，本主任在艺术生管理中首要任务是加强对学生的关心，一方面关注学生的学习情况，另一个方面关注学生的心理活动。其次，应该学会与学生之间的有效沟通，有效的沟通才能够充分了解学生的内心。最后，与学生建立起良好的关系，可以使师生也可以是朋友，在获取到艺术生的信任后，用朋友的视角开展思想工作，提升工作效率。

（三）借助于家访强化与家长的交流

班主任对于艺术生的管理工作是否能够顺利进行，势必需要获取到学生家长的

支持。而想要获得家长支持，则应该让家长感受到班主任的真诚，认识到班主任对自己孩子的关心，而这一点需要经由有效沟通才得以实现。沟通的方式众多，家访属于最为传统、耗费时间的方式，但却最有效。班主任可与家长强调艺术生学习的特殊性，促使其能够参与到学生管理中，辅助学生平衡艺术学习与文化课学习，进而取得良好的成绩。

结论

高中班主任对于艺术生的管理与普通文化生的管理存在着一定差异。为此，班主任在学生管理工作中，所选择的方式也应该体现出不同之处。艺术生在日常学习与心理特征上均具有一定特殊性，需要教师在与学生沟通中应该善于应用各种沟通技巧，日常学习生活中，应该结合学生特长鼓励学生，辅助艺术生提升学习自信心，兼顾专业课与文化课，顺利考入到理想学校。另外，值得注意的是，班主任的工作实际上就是对学生的管理工作，而管理需要建立在以人为本的基础上。

参考文献

[1] 许真珍. 学高为师德高为范——浅谈高中班主任如何做到与学生的有效沟通[J]. 高考, 2018, 05(20): 47-47.

[2] 肖志文. 试论高中班主任在班级管理中的沟通艺术[J]. 中华少年, 2019, 09(9): 233-233.

[3] 付青明. 浅谈多元育人模式下的高中艺术生艺考后文化课辅导[J]. 新课程(下), 2018, 07(6): 237-237.

作者简介:

翟建林(1980-)男, 汉, 山东齐河, 本科, 职称: 中教二级, 研究方向: 中国乐器演奏。

在高中体育教学中培养终身体育意识

陶艳云

(蛟河市职业教育中心 吉林 蛟河 132500)

【摘要】随着社会的不断发展进步, 教学理念开始追求以人为本, 从务实、以学生为中心的教学工作出发, 促进学生的健康成长。高中生学习压力很大。高强度的学习不仅使学生情绪低落, 而且对他们的健康构成巨大的潜在威胁。因此, 加强学生体育锻炼迫在眉睫。经常性的高质量体育活动能使学生在学习和生活中放松、减压、释放负能量。这是一种很好的减压方法, 对学生的身心都有好处。教师必须正确引导学生运用正确的体育方法, 感受体育文化的强大影响力, 让学生在良好的环境中培养体育兴趣, 为学生终身体育意识的形成和良好的体育习惯打下良好的基础。

【关键词】高中体育; 终身体育意识; 教研

高中体育作为我国基础教育的重要组成部分, 对引导学生形成终身体育思想具有重要意义。实施高中体育教学, 是为了使学生掌握体育活动的相关技能, 树立正确的终身体育思想。然而, 在高中体育教学中, 学生厌学现象时有发生。在这种情况下, 如何开展高中体育教学活动, 提高学生的体育学习兴趣, 最终促进学生终身体育精神和体育锻炼习惯的形成, 具有其探索性意义。

一、高中体育教学不足

（一）教师终身体育意识不足

体育教师在体育教学中的培训就是技能的训练。对高中生而言, 体育教学的内容应更多地体现在技能的让渡和体育意识的培养上。也就是说, 在体育教学过程中, 要注重体育意识的培养, 鼓励学生积极参与体育活动, 获得体育经验。体育活动可以多样化, 不应局限于一般的跑步、投掷等活动。在日常教学中, 教师对体育知识认识不足, 对学生进行体育活动指导不到位。在这样的因素下, 教师不承担相应导师的责任, 而是让学生自由活动, 这会导致部分学生肌肉受伤, 甚至使体育课变成轻松的聊天课。从长远来看, 如果体育意识不加强, 教师就会在课堂上偷懒, 体育意识就会逐渐崩溃。

（二）学生们没有意识到体育教育的必要性

学生的发展阶段相对简单, 掌握体育知识的机会有限, 没有深入的终身体育意识。由于课程设置有外部因素的影响, 大多数高中生缺乏积极的体育锻炼意识。一旦课程设置有不到位或其他外部因素发生, 学生很难保持体育锻炼。

二、如何进行体育教育的培养改进

（一）培养学生的体育兴趣, 保证学生每天有一小时的体育时间

现在, 大多数学生生活在特权家庭。社会环境和学校环境都很好。他们害怕又脏又累。如何培养学生的体育兴趣, 首先需要家长的支持。一些家长担心孩子出汗感冒, 影响孩子学习。因此, 家长应该支持孩子参加体育活动, 教育他们对体育有积极的态度。体育教师应遵循因材施教的原则, 选择符合学生兴趣的体育项目, 如男孩喜欢打球, 女孩喜欢跳舞等, 必要时将其分为教学模块和小组, 为男孩安排一些竞赛活动, 充分调动学生的学习积极性, 给女生安排一些灵活的体育活动, 如广场舞、体操和游戏等, 这是根据学生的生理和心理活动, 让学生热爱这项活动, 保证学生每天有一小时的活动。培养高中生终身体育意识是一项长期而艰巨的任务, 既要在意识上引导, 又要在实践中落实。

（二）注重学生体育能力的培养, 使学生终身受益

同时, 要重视学生体育能力的培养。在体育教学中, 学生要掌握体育与健康的基本知识和技能, 学会体育健康的基本方法。注重学生自我锻炼能力的培养, 它贯穿于整个教学过程。除了讲解运动技能外, 还要积极培养学生对体育赛事的认知能力, 让学生了解体育锻炼的意义和作用。同时, 在体育教学中, 还应培养学生在自主运动过程中的自我意识, 以及自我控制能力的数量、时间、强度和动作的运动, 从而达到锻炼活动的意识, 为终身体育打下坚实的基础。

（三）利用体育竞赛激发学生终身体育兴趣

兴趣是最好的老师。兴趣体育锻炼能培养学生终身体育意识, 帮助学生养成良好的体育锻炼习惯。高中生的身心发展逐渐成熟。事实上, 他们已经具备了完全的身体素质, 这一阶段的学生竞争更加激烈。因此, 体育竞赛的高竞争力可以吸引学生的注意力。教师应充分利用学生的特点, 在教学过程中运用游戏、比赛等效果培养学生的体育情感。教师应向学生传达参与高于胜负的态度, 提高学生对体育竞赛的正确认识。在体育教学过程中, 教师要注重学生综合能力的培养, 落实素质教育的有关要求。

（四）更新体育教学辅助设备, 确保其能提供良好的体育教学环境

要使学生有一个全面的体育锻炼, 首先, 一些旧的体育器材应该更新。相对完整的体育教学是培养学生终身体育意识的基本条件。有了完善的体育设施, 学生可以进行全面的体育锻炼, 从而有效地提高学生的体育兴趣, 提高学生对高等体育教育的兴趣, 帮助学生形成强身健体。良好的训练环境, 从操场上我们可以美化环境, 绿化植物, 设置塑胶跑道, 设置相应的篮球场、网球场、排球场和乒乓球台, 为学生提供良好的训练环境, 并为有兴趣参加运动训练的学生提供一个场所, 帮助他们培养兴趣。

（五）构建体育教学评价体系完善体育教学模式

据此根据体育教学内容和教学评价结果, 为改进教学模式, 通过学生评教, 鼓励学生开展体育活动, 体育教学评价过程可以有效地根据学生的不同层次, 从而制定不同的教学计划, 保证每个学生在体育教学中都能充分发挥自己的体育特长, 提高学生的综合素质。根据学生的实际情况, 制定教学计划, 开展多层次、全方位的教学, 帮助部分身体素质较差的学生提高身体素质, 培养他们的体育能力, 激发他们对体育的热爱, 促进体育意识的培养。

结束语:

综上所述, 由于高中生需要面对高考的压力, 他们的学习非常紧张, 他们的心理和神经长期处于紧张状态。体育的发展正好可以缓解这个问题。因此, 在教学实践中, 教师必须进行体育教育, 潜移默化地渗透终身体育的理念, 体现学科的实效性, 促进学生终身体育观念的形成。

参考文献

[1] 林武春. 探讨如何在高中体育教学中培养学生的终身体育意识[J]. 当代体育科技, 2018, 8(12): 1+3.

[2] 苏景生. 浅析如何在高中体育教学中培养学生的终身体育意识[J]. 当代体育科技, 2016, 6(28): 102-103.

[3] 赵伟. 浅析高中体育教学中终身体育意识的培养策略[J]. 当代体育科技, 2014, 4(07): 55-56.

[4] 张传丽. 高中体育教学中培养学生终身体育意识的策略分析[J]. 当代体育科技, 2013, 3(36): 58-59.