

# 学生意志品质在小学体育与健康教学中的培养对策

王浩

(内蒙古鄂尔多斯市准格尔旗薛家湾第四小学 内蒙古 鄂尔多斯 010300)

**[摘要]**在生活和学习的过程中,一个人能否取得成就,往往跟其本身的意志品质有很大的关联。意志坚定、能直面挫折的人往往会取得更高的成绩。因此,培养小学生良好的意志品质是小学教师应该注重的。小学阶段的学生正处于身心发展的关键时期,也是品格意志形成的主要阶段,在这一阶段对他们进行意志品质的培养可以帮助他们克服自己在学习和生活中的困难,使他们在面对挫折时能勇往直前,树立起强大的信心,从而有利于学生的全面发展和进步。素质教育的不断发展,越来越强调学生德智体美劳全面发展。相对其他学科,体育作为一项必修课,对学生意志品质培养方面具有很大的优势。在当前小学教育中,教师要发挥体育课程的作用,既要教授学生体育知识和技能,让学生拥有健康的体魄,还要注重学生意志品质的培养,让学生学习体育精神,在活动训练中增强学生的意志力,为学生的进一步发展奠定更加坚实的基础。总之,要根据新课程要求,创新教学内容和教学策略,锻炼学生的身体和心理素质,培养学生吃苦耐劳、不畏挫折的优秀品质,提升学生的意志力,促进学生健康成长。

**[关键词]**意志品质;小学;体育与健康

**【DOI】**10.12252/j.issn.2096-627X.2021.12.2050

在人们学习生活或工作的过程中,能在有意识或无意识的状态下,有计划、有目的地支配自身行为的品质,被称为意志品质。在心理学研究层面,意志品质都是和人们自身的主动确定目的相结合的,具体指人们可以通过调节自身面对并且克服所面临的困境,达到预定的目的。每一个人,不管在学习还是生活、工作中都会遇到大大小小的困难,都会面临一些难以克服的挫折,而意志品质可以为人们提供勇气和动力,直面困难,勇于克服。在传统的体育教学过程中,教师只是给学生传授一些基本的体育知识,以及一些基础的动作和训练技巧,更注重的是学生体质上的增强,而对学生思想品质层面的训练比较缺乏。随着新课改的不断深入以及素质教育的开展,体育这一学科所肩负的责任也越来越重要,不仅要关注学生身体体质方面的健康,更要注重学生品质意志方面的培养和锻炼,让学生在体育训练中培养自己坚强的意志,形成优良的道德品质。

## 一、利用榜样示范教学,感知意志品质

榜样示范对小学生意志品质的养成能起到积极的促进作用,教师发挥自身的示范作用,扮演好教学的组织者、引导者角色,使学生能够在教师的耐心引导下,实现自我学习与自我升华,通过在实践中强化与培养学生的意志品质,让学生形成战胜困难、不怕艰辛的决心与勇气。教师树立榜样的方式还有许多,比如向学生介绍一些体育名人在优异成绩的背后默默付出的光辉事迹,还可以引用学生生活中熟知的人物展开榜样示范,让学生从不同人物身上进一步感知意志品质,促进意志品质的有效培养。另外,在小学体育与健康教学中,学生参与体育运动往往会发生许多难以预测的事情,最为常见的就是运动过程中学生与队友产生矛盾或者发生受伤事件,这就需要教师教育学生运用平常心看待此事,不要因担心受伤而影响运动,提高学生对意志品质的感知能力。

例如,教师组织学生参与足球比赛活动时,一名学生由于在争夺足球时肢体冲撞,导致另一名同学受伤,此时教师对受伤学生的情况进行观察,发现该生十分勇敢与坚强,教师对于这名学生的表现表示肯定与赞赏,并向其他学生进行意志品质的培养与渗透,促进榜样力量的发挥,向其他同

学说道:“在体育运动中出现摩擦、受伤都是非常常见的事情,原因是剧烈运动下有许多事情我们难以预测,如果受伤要马上处理,这名同学表现得就非常非常好,坚强勇敢,我们应该向他学习,大家说好不好?”学生异口同声:“当然好,他就是我们以后学习的榜样!”学生在教师的耐心引导下,感知到这名同学的意志品质,并自发向其学习。在足球比赛中遇到肢体冲撞,有的学生看到伤口并不十分严重,便起身拍拍身上的土,继续在操场上奔跑。榜样的力量使学生在潜移默化中形成良好的意志品质,促进学生体育核心素养的发展。

在小学体育与健康教学中,学生参与足球比赛时,难免会发生肢体冲撞,教师通过教育,引导学生保持一颗平常心,看待运动中的受伤情况,并对受伤后表现坚强勇敢的学生加以赞赏,充分发挥榜样的力量,引导学生向榜样学习,形成坚强奋勇向前的良好品质,以提高学生的综合素质。

## 二、展开体育游戏活动,磨练学生意志品质

教师在课堂教学中,为学生展开多元化的教学活动,通过趣味的体育游戏活动,磨练学生的意志品质,有助于实现意志品质的培养目标。《小学体育与健康课程标准》中强调:“健康第一,快乐体育。”这就要求小学体育与健康学科教师需要结合学生的兴趣爱好、体能素质,为学生精心设计教学内容,使学生在丰富的体育活动中,享受运动的乐趣,调动起学生的学习能动性,培养与强化学生的团结合作意识,积极鼓励学生与他人互动交流,才能使学生的综合能力不断提升。由于小学生年龄比较小,对于游戏有着天然的兴趣,小学体育与健康学科教师可根据学生这一特征,为学生精心创设体育游戏活动,激发学生的运动参与热情,使学生在运动中,锻炼学生的意志品质。

例如,教师组织学生进行“十人九足”游戏活动时,在游戏活动期间,教师对学生的表现进行观察,发现有的小组可以非常轻松地到达终点,而有的小组尝试许多次一次也没有到达终点,步调不能协调一致,最终在小组PK赛中失败。基于此,教师引导学生反思自己在“十人九足”活动中的表现,向学生提出:“怎样做才能在‘十人九足’游戏中保持

步调统一呢？”引发学生对问题的思考。学生在问题的驱动下自在组内进行讨论分析，并将自己的看法与建议表达出来，有的小组成员想到：“我认为在游戏时，我们应该一起喊口号，这样就不会使我们手忙脚乱了。”还有的学生提出：“我们每个人都应该拧胳膊，让我们紧紧地贴在一起，这样才能让我们越走越紧，不至于最后散作一团。”学生听到组员们的建议，并在游戏中进行反复实践与摸索，最终通过不懈努力，掌握了“十人九足”游戏的奥秘，每个小组成员相互协作，喊出相同的“一、二、一、二”口令，保持步调统一，学生顺利抵达了终点。学生在游戏过程中，学会相互合作，并领悟到团结合作的必要性，有助于磨炼学生的意志品质，感受到体育运动的乐趣。

在小学体育与健康教学中，教师结合学生的兴趣爱好，为学生精心创设“十人九足”的游戏活动，激发学生的参与积极性，使学生在游戏中总结出游戏发学生的参与积极性，使学生在游戏中总结出游戏的正确方法，强化与培养学生的团队意识，让学生的正确方法，强化与培养学生的团队意识，让学生的意志品质得到磨炼，实现预期教学目标。

### 三、组织体育竞赛活动，强化学生意志品质

因小学生平日学习中往往要保持注意力集中的状态，且学习较为单一枯燥，所以小学体育与健康学科教师，在课堂教学中需要突出教学过程的趣味性、灵活性，适当减轻学生的学业压力，使学生的学习生活更加丰富多彩。小学体育与健康学科教师要组织学生参与到体育竞赛活动中，让学生在坚持不懈的努力下，使自身的意志力得到有效提升与锻炼。简而言之，小学体育与健康学科教师可对不同阶段的学生展开不同的体育竞赛活动，使学生在比赛中认识到自身的缺陷，锻炼自身的意志品质，实现预期教学目标。

例如，教师组织学生进行拔河比赛活动时，拔河比赛开始前，学生要做好准备工作，可能当学生在比赛后自身的紧张感会消失，但是在比赛前学生十分紧张，而这也是对学生心理素质的考验。拔河比赛进行中，学生往往需要克服自身的缺陷与未知难题，有的学生发现在相互较劲中，自己的手由于紧张出汗比较滑，拽不住绳子，还有的学生发现自己的重心不稳，当对方用力拉扯时，自己会不受控制地向前移动，导致第一回合的比赛以失败而告终。学生在休息期间，及时进行总结分析，学生想到通过佩戴手套的方式，增加手与绳子的摩擦力，每个学生把手套带好，并将自己的重心放在臀部，用力向后拉，在第二回合与第三回合取得了拔河比赛的胜利。拔河比赛结束后，有的学生敢于面对比赛的结果，意识到比赛结果固然重要，但是比赛过程远比结果更重要的道理。此次拔河比赛活动中，学生的意志品质得到良好磨练，让学生在面对困难时，能够想出解决问题的方法，积极应对比赛中的各类问题，学生的问题解决能力不断提升。

### 四、转变教学思想，突出体育本质

相对文化课程，学生对体育课更感兴趣，认为体育课就是活动课，是娱乐和放松的时间。学生之所以会对体育产生错误的认知，主要是因为部分教师对体育缺乏重视，教学缺乏目的性，没有意识到体育的本质。体育是锻炼学生身体素

质、培养学生优秀的品格的重要途径，为此，教师要转变教学观念，在体育教学中培养学生的意志力，促进学生德智体美劳全面发展。在实际教学中，教师要根据学生的情况，树立教学目标，以目标为指导，探究有效的策略，有针对性地训练学生，培养学生的意志力，促进学生身心健康发展。

### 五、发挥榜样作用，培养学生良好品质

在小学教学中，小学生具有较强的向师性，对教师的依赖性很强，在他们的眼中，教师是无所不能的值得他们模仿和学习的对象，教师的言行举止对学生都会产生很大的影响，因此，教师要给学生做好示范，引导学生健康成长。在课堂教学中，教师要充分发挥榜样的作用，以身作则，与学生共同进行训练，通过清晰的语言、规范的动作指导学生，为学生树立学习榜样，激励学生主动学习，在训练中坚持下去。在日常教学中，教师要有意识地向学生讲解优秀运动员体育明星艰苦奋斗的事迹，激起学生的共鸣，在潜移默化中影响学生，让学生以优秀运动员为榜样，学习运动员的精神，并落实到实际行动中，自觉参与体育训练，在训练过程中形成优秀的品质。

### 六、鼓励引导学生，锻炼学生意志

学生在体育学习中，难免会遇到许多困难，当学生遇到困难时，意志力会产生动摇，容易产生放弃的心理，教师要抓住时机，在语言上激励学生，在行动上支持学生，帮助学生坚定信念，提高学生的心理调节能力，让学生在体育训练中，能及时调整自己的心态，克服困难，坚持完成训练。体育作为一门运动型课程，学生的学习成果能立刻表现出来，因此，在课程教学中，教师要关注学生的表现，根据学生的行为进行判断，及时引导学生，调整学生的心态，让学生以积极的心态面对体育，在学习中克服困难，跨越挫折。例如，在长跑的训练中，对学生而言，完成800米长跑是一个较为艰难的过程，对学生的耐力和意志力有较高的要求。尤其是在耐力跑的训练中，学生的心理和生理容易出现不良的反应，如感到身心俱疲，不愿意继续跑步，意志力薄弱的学生容易放弃训练。耐力跑是训练学生意志力的有效途径，在学生训练过程中，教师要从旁鼓励，用言语激励学生，诱导学生坚持跑完全程，让学生尝试挑战自我，突破自身的极限，培养学生吃苦耐劳的精神，从而促进学生意志力的提升。

综上所述，对于小学生而言，意志品质的形成与发展非常关键，良好的意志品质能够为学生的学习与生活保驾护航，让学生能够有勇气面对日后的难题。为此，小学体育与健康教师应该注重对学生意志品质的培养，深入挖掘与意志品质培养有关的教学素材，运用多元化的教学方式，调动学生的体育参与热情，使学生在运动、活动中形成良好的意志品质，促进学生全面发展。

### 参考文献

- [1]小学阶段是培养学生良好意志品质的最佳时期[J]. 孔德英. 教学与管理. 2010(08)
- [2]谈谈小学生意志品质的培养[J]. 王健蓉, 王岩. 中小学教师培训. 2000(06)