

# “立德树人”视域下的高中体育与健康课程德育实施策略

傅小利

江西省宜春市第九中学

**摘要：**“立德树人”视域下，高中体育与健康课程的德育实施具有重要的意义。通过培养学生的品德素养、促进身心健康发展、培养社会责任感以及推动综合素质提升，体育与健康课程将成为塑造学生优秀品质和全面发展的重要组成部分。教育者应该重视体育与健康课程的德育价值，制定合理的实施策略，为学生提供更好的德育教育机会。

**关键词：**“立德树人”视域；高中；体育；健康课程；德育；实施策略

【DOI】10.12252/j.issn.2096-627X.2022.07.126

## 引言

在“立德树人”视域下，高中体育与健康课程的德育实施策略至关重要，体育与健康课程不仅是学生身心健康发展的重要组成部分，也是培养学生品德和价值观的有效途径。通过有针对性的实施策略，高中体育与健康课程将成为学生德育教育的重要载体，为学生的全面发展做出积极贡献。

### 一、“立德树人”视域的内涵

“立德树人”是中国教育体制改革的一个核心思想和目标，其内涵主要包括通过教育培养学生的道德品质和价值观，使其成为具有良好人格和健康身心的全面发展的人。这一理念强调以德育为根本，在知识教育的基础上注重培养学生的品德素养、道德意识和社会责任感，以及塑造他们的健康心态和良好行为习惯。在“立德树人”的视域下，教育应关注学生的品行修养、个性品质、健康发展和综合能力的培养，为他们赋予健康成长所需要的知识、技能和价值观，使他们具备正确的人生观、价值观和社会责任感，并能积极参与社会发展和公益事业。

### 二、“立德树人”视域下的高中体育与健康课程德育实施意义

#### （一）德育培养引领

在高中体育与健康课程中，德育的核心思想是引领学生形成正确的道德观念和行为习惯。体育活动作为学生锻炼身体的重要手段，更是塑造品格和培养道德的重要渠道。通过团队合作、公平竞争和友谊第一的精神，学生可以从感受到集体利益高于个人利益、相互帮助和尊重的重要性。例如，在集体项目如足球、篮球等中，学生需要团结合作，通过相互协作来取得最终的胜利。这种合作精神和团队意识将引导学生在日常生活中树立起关心他人、乐于助人的品质，同时也能够培养学生公正、公平、诚实等道德价值观。

#### （二）德育与健康教育相结合

德育在高中体育与健康课程中的实施可以与健康教育相结合，促使学生树立正确的健康观念和生活方式。健康教育涉及学生身心健康的各个方面，包括饮食健康、心理健康、运动健康等。通过学习与健康有关的知识技能，学生可以了解保持身体健康的重要性，并学会正确的健康行为。同时，在体育锻炼过程中培养学生的意志力和坚韧精神，通过挑战自己、克服困难来提高自身的身体素质。这种在体育活动中培养健康生活方式的实践，将引导学生自觉遵守规则、树立自我约束和自律的品质，同时也能够培养学生对健康的重视和责任感。

#### （三）德育与全面发展

在“立德树人”视域下，高中体育与健康课程的德育实施意义还体现在培养学生的全面发展上。学生的全面发展需要兼顾智育、德育、体育等多个方面的素养。体育活动需要学生具备合作精神和团队意识，这些品质对于学生未来的社会交往和工作能力都具有重要作用。通过参与体育活动和学习健康知识，学生可以得到身心双重的锻炼，提高身心的协调能力，促使他们在学业和生活中取得更好的成绩。此外，体育与健康课程的实施还可以培养学生积极向上、乐观向善的态度和人生观，使其拥有适应社会发展的能力，成为有益于社会的人才。

### 三、“立德树人”视域下的高中体育与健康课程德育实施现状

#### （一）缺乏德育导向

在“立德树人”视域下，高中体育与健康课程的德育实施存在现状问题。一方面，一些高中体育与健康课程过分注重技能训练和竞赛成绩，忽视了德育的培养。学校将更多的精力放在了学生身体素质的提升上，强调运动技巧和比赛成绩，而未充分关注学生的品德修养和

道德观念的培养。这种偏重技能和成绩的风气使得学生容易陷入功利主义的思维模式，忽视了运动品质、公平竞争和道德规范的重要性。另一方面，一些学校在体育与健康课程中强调知识传授，忽略了德育的引领。教育者过分注重传授理论知识，将体育与健康课程变成了只有听课和考试，而缺乏实际操作和体验的机会。学生可能掌握了一定的理论知识，例如营养学、运动原理等，但在实践中缺乏应用和体验，无法将知识转化为实际行动，形成对品质和道德观念的积极影响。

### （二）知识传授与实践脱节

高中体育与健康课程的现状问题还体现在知识传授与实践脱节上，一些学校过分注重传授体育与健康知识，而忽视了学生的实际实践能力的培养。教育者倾向于将体育与健康课程变成一个“听课、考试”的科目，仅仅强调学生对相关知识的记忆和理解，而缺少实际操作和实践的机会。学生在课堂上可能掌握了大量有关健康生活方式、运动技巧和保持身体健康的理论知识，但在实际的生活却无法将这些知识应用到实际行动中。他们可能了解到良好的饮食习惯和正确的锻炼方式对身体健康的重要性，但在日常生活中仍然选择不健康的饮食和缺乏锻炼的生活方式。这种知行脱节的情况使得高中体育与健康课程无法真正发挥德育的作用，缺乏对学生行为习惯和价值观的实质性影响。

### （三）缺乏德育评价体系

学校对于学生的体育与健康课程普遍以教学目标、技能测试和成绩评价为主，忽视了德育表现的评价和反馈。学生的道德品质和行为习惯难以得到充分的引导和检验，缺乏对学生行为的积极激励和规范。学校对体育与健康课程的德育实施往往只是通过考试成绩来评价学生的经验和知识水平，而忽视了德育能力和道德品质的评估。这种评价体系的局限性使得学生很难意识到自己在道德方面的成长和进步，也缺乏对自身德育需求和改进的反思。因此，缺乏德育评价体系限制了高中体育与健康课程在德育实施方面的有效性和深入度。

## 四、“立德树人”视域下的高中体育与健康课程德育实施策略

### （一）确定德育目标

在“立德树人”视域下，高中体育与健康课程的德育实施需要明确德育目标。这包括培养学生团队合作精神、公平竞争意识、坚持不懈的品质，以及正确的道德观念和行为习惯。制定明确的德育目标是整个课程德育实施的基础，将指导教学内容、方法和评价方式的设计。为了培养学生团队合作精神，教学中可以设置各种团队活动，如球类比赛、协作运动等，让学生从合作中体会到团队的力量和成员间的相互依赖。同时，培养公

平竞争意识也是重要的德育目标。教师可以组织竞技活动，并强调公平竞争的原则，引导学生正确认识竞争的本质，克服狭隘的利己主义观念，遵守竞争规则和道德准则。此外，坚持不懈的品质对于学生发展和成长至关重要。高中体育与健康课程可以通过持续性的锻炼和训练来培养学生的毅力和耐力。教师可以引导学生从体育活动中体验到坚持不懈的重要性，鼓励他们在面对困难时咬紧牙关，持之以恒地追求目标。正确的道德观念和行为习惯是培养“立德树人”的基础，在高中体育与健康课程中，教师可以通过传授道德知识、讲解生活健康方式，并进行案例分析等方式，引导学生形成正确的价值观念和道德观念，如诚信、守时、友善等。培养学生正确的道德观念和行为习惯，有助于他们展现良好的品质和成为社会的有益之人。

### （二）构建德育导向的教学内容

德育导向的高中体育与健康课程应该注重培养学生的道德品质和价值观念，课程内容可以涵盖团队合作、公平竞争、友谊第一、诚信等方面，通过体育活动和健康知识的学习，让学生感受到这些品德和道德观念的重要性。同时，教学内容还可以关注身心健康、心理调节和适应能力培养等方面，以促使学生养成积极的生活方式和健康的心态。高中体育与健康课程的德育教学内容可以通过多元化的体育项目和活动来实施。例如，教师可以安排学生参与团体运动项目，如篮球、足球等，通过合作竞技，培养学生的团队合作精神和集体荣誉感。同时，教师还可以组织学生参加爬山、登山等户外活动，通过挑战自我、坚持不懈的经历，培养学生的毅力、勇气和耐力。此外，高中体育与健康课程还可以纳入健康教育的内容。教师可以教授学生如何保持身心健康，培养良好的生活习惯和饮食习惯，提高学生对健康的重视和对疾病的预防意识。同时，教师还可以通过情感教育活动，关注学生的心理健康和情绪调节，帮助他们应对学业压力和人际关系的挑战。通过构建德育导向的教学内容，高中体育与健康课程能够更加充分地发挥其德育功能，培养学生全面发展和道德修养。

### （三）采用德育引领的教学方法

高中体育与健康课程的德育实施需要采用德育引领的教学方法，教师应该通过引导和示范来培养学生正确的道德观念和行为习惯。在课堂上，教师可以设计团队合作的活动，让学生亲身体会到团队精神的重要性，并引导他们在比赛或项目中追求公平竞争和保持友好关系。教师可以明确规定竞赛时的行为准则和道德纪律，引导学生尊重对手、遵守规则，培养公平竞争意识。另外，教师还可以采用情境教学、启发式教学等方法来引发学生的思考，让他们自主探索并形成正确的价值观念

和道德观念。例如,在进行健康知识传授时,教师可以以生活场景为例,让学生思考在不同情境下应该如何做出正确的选择和判断。通过这种方式,学生能够更好地理解和接受道德教育,并将其转化为行为习惯和行为准则。德育引领的教学方法要求教师具备良好的师德素养和示范作用。教师应该注重自己的言行举止,成为学生道德品质的榜样,通过自己的行为引导学生正向的道德发展。同时,教师还应该时刻关注学生的德育成长,及时指导和纠正不良行为,帮助学生树立正确的价值观念和道德观念。

#### (四) 强化德育反馈和评价

高中体育与健康课程的德育实施需要建立科学有效的反馈和评价机制,教师可以采用个案分析、小组讨论、成绩评价等方式,评估学生在德育方面的表现。通过及时的反馈和评价,可以促使学生对自身的行为进行反思和调整,并激励他们在德育方面的持续进步。反馈和评价应该是全面的、多角度的。除了定期的形式化评估外,教师还可以注意观察学生在日常生活中的言行表现,及时进行口头、书面的鼓励或指导。重点评价学生在团队合作、公平竞争、坚持品质、正确道德观念等方面的表现,通过具体的反馈让学生了解自己的优点和不足,并激励其改进和进步。此外,教师还可以鼓励学生参与社会实践活动,如志愿者服务、社区活动等,通过实践中的角色扮演和反思,让学生深入体验道德行为的意义和价值。通过这些实践和反思,学生能够更好地理解和应用道德价值观,形成良好的道德素养和行为习惯。

#### (五) 加强家校协同合作

高中体育与健康课程的德育实施需要强化家校协同合作,学校和家庭应该共同关注学生的全面发展和德育培养。学校可以定期与家长进行沟通,介绍学生在德育方面的表现和进展,并寻求家长的支持和配合。教师可以向家长介绍德育目标和教学内容,鼓励家长在家庭中积极培养孩子的道德观念和行为习惯。家庭是学生德育的重要基础,家长可以在家庭中营造良好的学习氛围和价值导向。他们应该与孩子建立良好的沟通与互动,在日常生活中示范正确的道德行为,并与孩子共同讨论道德难题和伦理问题。此外,家长还可以通过阅读、观看相关影视作品等途径,为孩子提供更多的道德启蒙教育资源。通过学校和家庭的共同努力,可以形成有力的德育教育合力。学校可以定期举办家长会、亲子活动,增进家校之间的互信和合作。同时,学校也应该充分利用现代科技手段,如在线平台、微信群等,增强与家长的联系与交流。专门的家校合作小组或委员会也可以成立,共同探讨和解决学生德育方面的问题,促进学校和家庭之间的紧密配合。

#### (六) 持续专业发展

为了更好地实施高中体育与健康课程的德育,教师应该进行持续的专业发展。他们可以参加相关的培训与研讨会,了解教育新理念、新方法以及最新的德育实践经验。这些培训与研讨会可以帮助教师深入了解德育的理论与实践,提升教育教学能力。同时,教师还应该积极参与课程开发与教材改革,通过不断完善教学资源 and 教学策略,提升德育实施的质量和水平。教师可以与其他学科教师进行跨学科合作,探索德育与其他学科的融合,以创新的教学方式培养学生的道德品质。此外,教师还可以参与教育研究和德育实践的探索。他们可以主动参与德育项目的申报和研究,不断总结实践经验,加深对德育实施的理解与把握。同时,教师还可以互相交流与合作,分享德育教学的成功经验和挑战,促进教师的专业成长和共同进步。只有通过持续的专业发展,教师才能够不断提高自己的德育教育水平,为学生提供更优质的德育教育。学校可以提供培训和资源支持,鼓励教师积极参与专业发展活动,并将其所学所悟应用到实际教学中,不断推动高中体育与健康课程的德育实施进程。

#### 结束语

高中体育与健康课程的德育实施意义不仅仅是为了培养学生的身体素质,更重要的是培养学生的品德修养和道德观念。通过德育引领、与健康教育相结合以及促使学生的全面发展等方面的实施,可以使体育与健康课程成为学生品德修养的重要途径,从而配合“立德树人”教育目标,培养德智体美劳全面发展的素质教育。通过这样的德育实施,高中体育与健康课程将更好地为培养学生的全面素质做出贡献。

#### 参考文献

- [1] 王少云. 立德树人背景下高中体育课堂教学实践探讨[J]. 新课程, 2021, (49): 226.
- [2] 蒋春娟. “立德树人”视角下高中体育课中的德育透视探究[J]. 家长, 2021, (33): 14-15.
- [3] 李庆红. “立德树人”视域下深化高中体育课堂的教学策略研究[A] 广东教育学会2021年度学术讨论会暨第十七届广东省中小学校长论坛论文选[C]. 广东教育学会, 广东教育学会, 2021: 4.
- [4] 韩玉明. 体育教学中如何渗透德育[J]. 甘肃教育, 2021, (19): 18-19+59.
- [5] 孙世观. 立德树人背景下高中体育课堂教学措施研究[J]. 考试周刊, 2021, (74): 94-96.
- [6] 季军. 高中体育核心素养的培养策略分析[J]. 新课程, 2021, (36): 76.
- [7] 薛冬梅. 新时期高中体育课堂教学改革研究[J]. 青少年体育, 2021, (08): 91-92.