

初中体育课程实施中开展三生教育的探讨

许景皓

山东省滨州实验学校

摘要：素质教育背景下，初中体育课程重视程度也有所提升，相较于其他课程而言，体育课程主要目的就是为能够促进人的发展，让学生在体育学习过程中强身健体、形成正确健康认识。初中体育课程实施中开展三生教育，不仅能够促使初中生更加热爱生命，还能强化学生体育专业知识及技能，以此来为学生今后生活及生存提供良好保障。为此，本文也就初中体育课程实施中开展三生教育展开了探索，希望借此来创新体育教学，有效促进学生全面发展。

关键词：初中；体育课程；三生教育

【DOI】 10.12252/j.issn.2096-627X.2024.11.095

引言

在社会经济水平不断提升的环境下，不少青少年因为缺少劳动，身体呈现出了亚健康状态，再加上社会压力还出现了不少令人叹息的青少年事件，如漠视生命、肆意践踏他人生命等。在这一环境下，初中体育课程实施自然不能只是局限于体育知识讲解及技能培养，还需加强对学生的终身教育，以此来帮助学生正确认识生命，同时掌握生活及生存技能。“三生教育”主要是围绕着生命、生存、生活三方面而展开的教学，有助于学生正确人生观及价值观形成，也与当下教育提出的全面发展要求契合，若能将其有效融入初中体育课程实施中，就能在创新体育教学的过程中更好地助力于学生成长。

一、三生教育相关概述

三生教育主要指的是生命教育、生存教育、生活教育的综合，主张借助良好的教育活动来有效助推学生正确生命观、生存观及生活观得以实现。在开展三生教育工作时，教育工作者需要先将珍爱生命作为教学起点，毕竟生命安全才是确保各项教育活动得以顺利推进的关键^[1]。生命教育本质上而言就是要引导学生正确认识生命，并且学会尊重生命、珍惜生命，以此来有效助推学生健康发展生命，切实提高学生生命质量，确保生命价值得以实现。生存教育开展的目的则是为了帮助学生习得生存知识、提高学生生存技能，其作为三生教育中的重要构成，可以说是有效促使学生把握生存规律、切实提高学生生存适应能力及创造力的重要构成。而生活教育开展目的则是为了能够帮助学生了解生活常识，让学生在学科知识学习过程中习得一些生活技能及生活经验，以此来促使学生树立起正确的生活理念，有效助推学生良好生活习惯得以形成。总而言之，三生教育内涵十分丰富，要求教师在教育期间加强对学生生命、生存及生

活的关注，能够为学生全面发展提供多种可能，也能更好地助力于学生个体成长。

二、初中体育课程实施中开展三生教育的必要性

（一）生命健康是体育课程实施主要目标

三生教育中的生命教育开展主要目的，是为了帮助学生更好地认识人类世界、自然世界生命存在及发展规律，借此来促使学生正确认识自我生命存在价值，以此来促使学生正确生命价值观得以形成，对于学生生命健康发展有着良好的促进作用。而初中体育课程实施的主要目的之一就是为了能够达到强身健体的效果，教师在体育教学课堂大多是以学生为对象为其讲述一些生理知识，同时借助体育运动技能训练来为学生传授一些锻炼身体科学方式，以此来更好地提高学生身体素质^[2]。从这一点来分析的话，生命健康本就是初中体育课程实施主要目标，教师若能在课程实施过程中开展三生教育，就能更为高效达成课程育人目标，在强化学生体育知识理解的过程中助推学生生命健康意识及正确生命价值观得以形成。

（二）生存技能是体育课程实施任务之一

生存教育作为三生教育中的重要构成，开展的目的则是为了能够有效帮助学生更好地认识生存要义，同时逐渐提高学生生存能力、树立起合理的生存观，以此来为学生今后有效应对突发性生存危机打好基础。例如，防灾减灾能力、自救能力、应急处理能力等都是生存教育重要内容，而这些教育活动在开展时，学生不仅能够掌握生存技能，同时还能有效锻炼学生身体素质，让学生在多种生存教育活动中逐渐提高自身体育素质及技能掌握，从而助力于初中体育教学优化。由此可见，生存技能本就是初中体育课程实施主要任务之一，教师若能在体育教学过程中积极开展生存教育，就能更好地凸显出体育课程的实践性，让学生在各项生存任务引领下逐

渐提高自身体育技能及体育素养,以此来更好地促进学生全面发展及综合素质提升,从而切实提升初中体育课程实施效果。

(三) 健康生活方式是体育课程价值体现

在三生教育过程中,生活教育也是其中较为重要的构成部分,其开展的目的则是为了能够有效引领学生掌握一些生活常识、积累生活经验,是强化学生生活智慧、生活体验的重要方式,若能做好生活教育学生就能更好地感知生活意义,并且树立起正确的生活观^[3]。对于初中生而言,体育课程本就涉及了一些健康教育知识点,新课改中就有明确指出教师在体育教学过程中,不能只是局限于体育知识讲解及技能培养,还需为学生传授一些体育健康知识,以此来促使学生养成健康的生活习惯。而三生教育中的生活教育若能在初中体育课程中有效实施,就能在创新体育教学课堂、丰富体育教学内容的过程中,有效促使学生养成良好的生活习惯,这样就能有效确保体育课程育人价值得以发挥,从而最大程度优化初中体育教学。

三、初中体育课程实施中开展三生教育的路径

(一) 革新体育教学理念,树立三生教育观

教学理念会直接影响初中体育教师课程实施结果,所以要想真正在初中体育课程中开展三生教育,教师一定要革新自身教学理念,准确认识三生教育开展必要性,并且在体育教学过程中树立起三生教育观,以此来确保生命、生存及生活教育能够贯彻落实到整个体育教学实践中,这样才能有效助推学生成长。初中生本就处在身心发展重要阶段,这一阶段学生思想各方面都尚未成熟,可谓三生教育重要阶段。为此,身为初中体育教师在教学过程中,一定要将生命可贵、健康第一理念放在体育教学第一位,然后在体育课程实施过程中为学生深挖其中蕴含的生命、生存、生活教育因素,以此来有效确保三生教育在初中体育课程中的有效落实。除此之外,初中体育教师在课程实施中开展三生教育时,还需树立起以生为本的教育理念,这也能更好地助推三生教育在体育教学实践中得以落实^[4]。不管是体育教学或是三生教育,其最终目的都是为了能够更好地助推学生成长,所以身为初中体育教师在教学期间自然要坚持以学生为主体来开展三生教育,基于学生实际需求展开针对性的三生教育,这样才能切实提升教育效果。

(二) 丰富体育教学内容,设置三生教育课程内容

学习本就是为了更好地生活,初中体育课程实施也是如此。三生教育强调的是生命、生存、生活教育,要想真正在初中体育课程中有效实施三生教育,教师自然要改变以往局限于体育理论知识、体育技能知识讲解的

教学现状,融入三生教育内容来丰富体育教学内容,这样才能更好地助力于三生教育高质量开展。在这一过程中,初中体育教师可以为学生设置三生教育课程内容,即从生命、生存及生活视角出发来补充体育教学内容。

1. 设置生命教育课程内容

初中体育教师可以在教学过程中,以生命健康作为主线来为学生增添一些与生命教育相关的内容,借此来确保生命教育能够在初中体育教学中有效开展。具体而言,初中体育教师不仅要为学生讲述体育基本理论知识、人体生理知识,还需聚焦生命教育来为学生增添一些安全知识、突发事件处理知识、野外生存知识等课程知识点,在对学生进行体育教学的过程中,为学生适当渗透生命教育,利用一切可以利用的资源来强化学生对于生命的正确认识,这样学生才能在体育学习过程中更好地意识到生命可贵之处,以此来切实提升生命教育效果。

2. 设置生存教育课程内容

在三生教育开展过程中,生存教育也是较为重要的一点,所以初中体育教师在设置课程教学内容时,还可以将生存教育课程内容作为体育教学补充,这不仅能够拓展学生生存认识,还能让初中体育教学因此而变得更为有趣、生动,从而有效助推学生体育学习兴趣及参与自觉性得以提升^[5]。例如,教师可以在初中体育教学过程中,为学生设置一些生存教育相关的课程内容,如野外生存自救自护技能、强身健体技能、事故处理技能、运动技术技能等,然后再借助体育实践活动来强化学生对于生存技能要点的把握,这样就能真正确保生存教育在初中体育课程中的有效开展,在创新体育教学的过程中有效助推学生生存意识及生存能力提升。

3. 设置生活教育课程内容

初中体育课程实施中要想有效开展三生教育,生活教育内容同样也需纳入体育课程内容中,这对于学生良好生活习惯及终身体育意识形成有着良好的促进作用,同时还能帮助初中生树立起正确的健康、积极的生活观念,有效助推学生生活质量提升。例如,初中体育教师可以在课程内容中为学生适当增添一些与健康生活方式相关的内容,如终身体育生活习惯养成、健康饮食与身体素质之间的关系等,这样学生就能在体育课程学习过程中逐渐形成良好的生活习惯,真正有效确保三生教育在初中体育课程中的开展。

(三) 创新体育教学方法,助推三生教育有效开展

初中体育课程实施中要想有效开展三生教育,教师教学方法使用是否得当会直接影响三生教育开展效果,所以教师在初中体育教学过程中,自然要注重体育教学方法创新,借助合理教学策略来确保三生教育在初中体

育课程中高效开展,而笔者则就如何有效创新提出了如下建议:

1. 创设教学情境,提升生命教育效果

初中生刚好处在青春期,这一阶段学生遇事冲动,缺少对生命的敬畏,也正是因此才出现了不少漠视生命、肆意践踏他人生命的情况。在初中体育课程实施中开展生命教育则能改进这一问题,可是若只是教师单方面的理论讲解,学生很难准确意识到生命可贵之处,更甚至会丧失体育学习兴趣^[6]。为此,初中体育教师在教学过程中,可以加大对情境教学法的应用,即在开展生命教育的同时衔接学生实际生活来为学生创设出相应的教学情境,这不仅是对传统体育教学方式的革新,还能更好地激发学生生命感悟,以此来有效提升生命教育效果。以“足球”运动为例,考虑到这一竞技性体育运动本具有较高的损伤率,教师在为学生讲解足球技术要点之前,可以在导入环节为学生创设多媒体情境,即借助多媒体手段来为学生播放一段视频,视频内容则是为我们展示了我国运动员身体因为运动造成的损伤以及其带来的痛苦,借此来反推规避体育损伤的生命安全教育,这样学生就能在体育学习过程中形成珍惜生命、爱护生命的正确认识,从而有效确保生命教育在初中体育课程中有效落实。

2. 体验式教学,强化学生生存能力

体育这一课程本就是一门实践性较强的课程,相较于其他学科而言,这一课程教学需要教师在教学过程中关注学生主体地位,多为学生提供实践体验的机会,毕竟学生只有在实践体验中才能掌握运动技能。为此,初中体育课程实施过程中要想有效开展生存教育,教师在教学过程中可以采用体验式教学法,即改变以往局限于理论灌输的教学方式,在课堂上坚持以学生为主体,聚焦生存教育来拓展体育教学活动,让学生在拓展实践中逐渐提高自身生存技能,这样才能真正提升生存教育效果,有效确保三生教育在初中体育课程中的开展^[7]。例如,初中体育教师可以在开展生存教育的时候,为学生开展拓展训练活动,如攀岩、登山、野外生存等一系列活动,借由这些生存训练活动来丰富拓展体育教学内容,同时还能帮助学生学习生存技能,从而真正优化初中体育教学,有效确保三生教育的顺利开展。

3. 加强教师引导,高效推进生活教育

初中体育课程实施中要想高质量开展三生教育,教师还需在生活教育开展时,充分发挥出自身引导、组织作用,毕竟初中生年龄尚小、自我约束力不足,要想有效助推学生良好生活习惯得以形成,自然离不开教师的有效引导。为此,身为初中体育教师可以在生活教育过

程中,以身作则来为学生树立起良好的生活榜样,这样就能身体力行为学生传递正确的生活观念及生活习惯,从而切实提升生活教育实施效果。例如,初中体育教师为了能够帮助学生养成良好的“跑步”习惯,即可以以身作则来为学生树立起良好的榜样,也可在通过每日“校园跑”来引导学生树立起良好的跑步锻炼习惯,这不仅能够强化学生身体素质,还能无形中为学生传递绿色、健康的生活观念,在助推学生终身体育习惯形成的过程中,有效提升生活教育效果,从而真正确保三生教育在初中体育课程中的有效开展^[8]。

结语

综上所述,初中体育课程实施中若能有效开展三生教育,就能让学生在学体育知识、发展体育技能的过程中,接受生命、生存、生活教育,这能有效促使学生树立起正确生命观、生存观及生活观,以此来有效助推学生身心健康成长。为此,初中体育教师在教学过程中应当树立起以人为本的教育理念,在课程实施过程中为学生融入三生教育,这不仅能够创新体育教学课堂,还能提高学生对于生命的敬畏以及对于生活的热情,在学习体育技能的同时掌握生存技能,以此来更好地助力于学生生活及成长。

参考文献

- [1] 王锐锐.“三生教育”理念下山地户外运动融入中学体育教学的策略研究[J]. 田径,2023,(10):58-60.
- [2] 黄建锴.“三生教育”融入中小学学校体育的现实困境和路径选择[J]. 运动精品,2022,41(09):29-32.
- [3] 白文德.“三生教育”融入民办高校体育文化建设的现状及路径[J]. 当代体育科技,2022,12(17):127-129.
- [4] 陈芳,李琼志,黄文武.高校公共体育课教学结合“三生教育”的实践研究[J]. 体育时空,2014,000(004):71-71,73.
- [5] 孙德朝,敖森,周红红.运动项目文化符号与“三生教育”关系理论与实践讨论[J]. 成都体育学院学报,2019,45(01):80-86.2.
- [6] 黄隽,张绣亮,关鹏.渗透“三生教育”理念的高校公共体育课程架构探析[J]. 体育文化导刊,2018,(07):101-106.
- [7] 黄隽,黄志刚,李立,等.结合“三生教育”的高校公共体育课堂构建[J]. 体育文化导刊,2018,(01):101-105.
- [8] 潘晓波,陈媛媛.“三生教育”视域下高校校园体育文化建设路径探索[J]. 体育文化导刊,2017,(08):145-149.