

高中体育健康教学的现状及对策分析

黄 隼

(四川省宜宾市南溪第一中学校 四川 宜宾 644100)

[摘要] 随着我国教育事业的改革与发展,高中体育教学工作不仅仅只承担着简单的带领学生运动的功能,还要实现对中学生身体健康的有效培养作用。在教学中渗透健康教育思想,使得学生们重视自身的身体健康,并且重视体育学习,实现强身健体的效果。本文针对高中体育教学中健康教育理念的贯彻与研究开展讨论,着重从健康教育的重要性以及健康教育开展中存在的主要问题进行讨论分析,然后针对性的开展了两个方面策略的探讨,旨在更好的提高健康教育工作的质量与效果,充分发挥健康教育的作用,为我国高中体育教育工作者提供更多可供参考的理论建议。

[关键词] 高中体育; 体育教学; 健康教育; 强身健体

引言

高中大多数的学生身体健康情况较差,学习压力过大,亚健康的情况日益严重。许多学生身体健康情况直线下滑,并且学校对于体育课也不重视,很多时候为了高考经常将体育课的时间挤出来去上其他的课,这就导致体育课的健康教学效果较差。因此,在现阶段我国的高中体育教学工作改革过程中,体育教师应当将健康教育理念融入到高中体育教学中,保障在教学的过程中做到体育强国,强身健体的目标效果,使学生在健康的环境中开展体育活动,有效的提高学生体育学习的质量与效果。

1 高中体育教学中开展健康教育的重要性

现今高中体育教学在国家教育改革的进程下不断提高重视程度,教师在体育课程开展过程中能够提出更多的教育观念,促进高中体育教学更好的发展。在面对学生身体健康情况急剧下降的情况下,高中体育教学需要为学生身体健康的下降制定出有效的解决方案。体育教学与健康教育并不相同,体育教学是主要针对对体育知识与体育技能展开教学,主要培养学生的体育基础,而健康教育则是促进学生身体健康发展。两者虽然不同但是在学校教育中,两者在一定程度上都能够促进学生身体更好发展,在高中体育教学中开展健康教育能够有效的促进学生身体健康发展。高中体育教育在增加健康教育的开展之后,其教学目标就有所增加,在促进学生体育技能进步的同时展开健康教育,让学生在提高体育技能的同时促进身体健康发展。

2 高中体育教学中开展健康教育中存在的问题分析

2.1 健康教育的方式有效性较差

许多教师在开展教学的过程中仅能按照教材将健康教育内容知识概括性的传授给学生,学生不能后的更大的帮助。并且在体育活动中无法将健康教育的知识更好应用,所以健康教育就存在较多的问题。由于教师在专业知识方面的缺失,教师没有办法按照学生的需求将体育教学中运动能力教学与健康教学相互结合开展教学,并且健康教育始终在教学中处于简单知识传播阶段,缺少与体育活动的应用。

2.2 体育活动形式较少

大多数老师的教学领域是针对体育技术教育方面,对于偏向理论的健康教育教学方法缺少研究,所以展开教学的方式古板无法提高学生的学习兴趣。另外在现今的健康教育中还存在着较多的问题,健康教育的开展无法的满足学生在健康知识方面的需求,只能够在理论知识上传授学生给相应的健康知识。

2.3 高中体育教学中开展健康教育缺少高质量教师

在现阶段的高中体育教师中,大多数的教师都在体育技能培养方面的教师。传统的技能教授型的教师没有办法更好的开展健康教育,所以导致高中体育教学过度的重视学生的体育技能发展,而忽视学生健康运动的开展。

3 高中体育教学中融入健康教育的方向策略

在健康教育的理念下开展高中体育教学工作也需要讲究策略性与针对性,本文针对健康教育理念与高中体育教学相融合的内容开展研究讨论,着重从两个方面提出了相关策略方法。

3.1 丰富健康教育内容,构建合理的课堂组织形式

融入健康教育首先应当教师明确健康教育理念,教师在开展高中体育教学工作时应当明确健康教育的重要性,在设计教学内容,开展教学时都应当以学生为中心,充分考虑到学生的身体素质以及各项特点。建设优秀的教学内容体系,能够有效的促进教学活动更好开展,促进教学目标更好的完成。建立开放式的高中教学内容体系,将运动技能进步、快乐运动、身体健康、心理健康等作为体育教学的主要内容来开展教学,让教师针对主要教学内容开展教学。教学体系的内容可以包括各类体育运动、体育知识、健康教育知识、各类体育运动等这样开展教学能够促进教学更好的开展于进步。另外,根据学生的需求展开教学,并且充分利用教学环境来制定适合的教学策略于课堂组织形式。例如在教学过程中开展有关的娱乐活动,学生在游戏中不断运动,在运动的过程中学习到相关的健康知识。

3.2 教师应当提高自身专业修养与专业素质

教师若想有效的开展健康教育,提高自身专业修养与专业素质也是重要的基础内容,教师只有具备良好的专业素养与专业素质,才能明确运动技术中的健康动作与不健康因素,进而在对学生进行运动指导时才能及时的纠正学生存在的健康现象,降低学生运动中的健康风险,让学生更好的享受健康、有趣的体育课堂。在校的教师应该定期组织培训提高健康教学水平,促进教学模式创新能力,定期组织考核,以此增强教学能力的进步。另外与相关的高校签订人才输送协议,接受更多优秀的体育健康教师人才,促进体育健康教师队伍建设。

结束语

总而言之,健康教育理念融入到高中体育教学中是重要的内容,高中体育教育工作者应当对健康理念提起足够的重视,只有这样才能做到防患于未然,减少健康问题的发生,保障学生教学工作的顺利进行,使每个学生在健康的环境中成长与发展,进而推动我国高中体育教育教学事业的进步与发展。

参考文献

- [1] 陈永荣. 互联网环境下拓展高中体育学习评价方式的探索——以高中体育课后作业“跳绳”为例[J]. 教育信息技术, 2018(12): 44-46.
- [2] 杜纯超. 生活回归 回归生活——基于陶行知生活教育视角谈高中体育教育创新之路[J]. 当代体育科技, 2018, 8(32): 252-253.
- [3] 本刊报道. “国培计划(2018)”——体育美育骨干教师培训项目北京教育学院高中体育与健康班开班[J]. 中国学校体育, 2018(11): 9.