

初中3个年级,每个年级的学生都有自己的特点,他们的运动能力培养目标不相同,老师要因材施教,深入了解学生的发展程度,依据相应的培养方案,选择合适的教学内容和教学方法。对于初一的孩子来说,他们刚刚步入初中,正处于适应期阶段,他们身上的稚嫩之气很大,所以应该采用趣味性、参与性强的教学内容,在玩中练<sup>[3]</sup>。初二级的学生,处于初中的承上启下关键期,要慢慢过渡,注重技能的训练,所以要选择技能性强的学习内容,在玩中学。最后是初三的学生,压力慢慢变大,他们也即将面临第一个门——中考,所以要锻炼他们的意志力,在赛中练,侧重学生与团队的合作能力,技能的掌握的熟练程度。在进行课程时,要注重课程的连接性,每节课开始之前,都可以带学生回想一下上节课的学习内容,加强对体育技能知识的了解。动作有难有易,要采用不同的教学方式,对于简单的动作学生可以简单的尝试练习一下,对于较难的动作,要先传授其中的要点,再逐步提升,这样可以大大提高学生的学习效率,更好地完成初中体育学习目标,也能够在此基础上让学生养成良好的学习习惯,让学生对初中的体育课程更加感兴趣。初中体育教师要在课堂上让学生进行体育运动的模仿体验,由教师提出问题,引导学生去思考、去体验,在这个过程中激发学生的探究欲,让学生在学习运动技巧中发挥主观能动性。以太极拳为例,网上有很多教学视频,老师可以挑选一个适合学生的提前让其观看,感受太极的魅力,至柔至刚,再讲授太极的历史,太极的作用,让大家对其产生尊敬。在教学时,一定要打好基本功,如何握拳、如何踏步,基础打好,才能在动作时行云流水,落地时掷地有声。

### 3 丰富形式,注重品格

体育教学一定要丰富多彩,因为体育加试也不仅仅是考一样内容,它是一项综合考核。在体育竞技中,我们常常说“友谊第一,比赛第二”,体育品格也是我们在教学中的重点内容。运动会其实是每个学校都会有的活动,老师可以以此为契机来开展相关的教学。跑步是运动会中最多项目,100m、4×100m、800m、1500m、3000m,各式各样,800m也是学生体育加试的一项重要内容,所以平时的体

育课也应格外注意。100m考验的是爆发力,如何快速出击,就像面临中考这门考试一样,如何在最后的时候顶住压力,迈开步伐,培养学生抗压能力。4×100m是合作项目,需要学生之间的磨合,如何交接棒、如何排兵布阵、如何逆转形式,在这个过程中学生学会与他人合作,共同努力完成目标,在面对失败时,如何处理,是对队友大呼小叫,斥责队友,推卸责任,还是团结一致,继续努力,学习如何与人相处。3000m是一场耐力比赛,如何坚持不懈,学会自己和自己对话,自己给自己加油,拼搏进取,直达终点。这些体育精神和体育运动构成了学生的核心素养,让学生有面对困难以及挫折的能力。但是要注意,在进行学生的体育品格的培养时,教师要注意对学生进行正确的引导,学生正处于年轻气盛的时候,比赛时难免会有一些摩擦,老师一定要正确解决,让学生拥有积极向上的生活态度,内心坚定<sup>[4]</sup>。

### 结束语

综上所述,初中阶段的体育教学对学生来讲是至关重要的,除了学生自身的努力,还需要教师将自身的价值展现出来,在实际的教学工作中教师要发挥出自身的主导作用,学会对学生渗透思想品德教育,考核机制的改革也相当重要,相信经过师生的共同努力,一定可以不断提高学生的体育综合水平,继而培养学生的核心素养。

### 参考文献

- [1]吴康.初中体育教学中培养学生核心素养的实践研究[J].科学大众(科学教育),2019(04):37.
- [2]李洪涛.初中体育教学中培养学生核心素养的实践探讨[J].当代体育科技,2019,9(06):52+54.
- [3]陆建飞.核心素养视角下初中体育差异化教学开展策略探究[J].当代体育科技,2019,9(06):94+96.
- [4]屠善敏.新课标下初中体育教学中提升学生核心素养的策略研究[J].运动,2018(22):108-109.

## 浅析高中体育教学中美育的渗透策略

李焕立

(贵州省毕节市第一中学 贵州 毕节 551700)

**[摘要]**社会审美观念的整体提高,影响着青少年的审美观念。无论是文学课还是体育课,学生的审美和思想观念也在随着社会的变化而变化。在高中体育教学中,我们要给学生营造优美的教学氛围,充分挖掘教材中所蕴含的美育因素,有意识地培养和提高学生表现美和创造美的能力,让学生在掌握体育知识、技能的同时,陶冶情操、优化品质,得到全面发展。

**[关键词]**高中体育;美育;渗透

**[DOI]** 10.12525/j.issn.2096-6261.2019.11.850

针对现代的健康观念,健康不仅是身体的健康,也是心理和精神上的健康。体育中美育的渗透正是有机地结合了现代健康的观念。既增强了身体素质,又陶冶了情操。作为体育工作者,应该长期地研究和创造美的体育训练,让体育和美育真正地结合起来。

### 一、改变旧传统教学观念,提高体育老师的整体素质

传统的体育教学就是广播体操、跑步,有提前规定好的课程,学生和上文化课一样,按部就班地练习,缺乏激情和兴趣,甚至有很多学生认为体育是可有可无的,逃课现象严重。因此,体育教师就要负很大的责任。虽然在很多学校,体育不作为高考的项目,除了专业体校的学生,学校的领导和体育教师都没有做到足够的重视,更加不用提自制力不强的学生。所以要让体育课搬到教学日程上、受到重视,体育教师是关键。教师要首先改变自身的观念,提高自身的人文修养和道德素质,看到美的一面,积极创新和实践美育在教学中的渗透和实践,让学生对体育产生浓厚的兴趣,对学生自身、对学校,甚至对体育教师本身都是有益的。

### 二、挖掘教材中所蕴含的美育因素

蔡元培先生曾经指出:“体育中含有大量的美育因素,体育是实施美育的重要手段之一”。在体育教材中存在着大量美的信息,它们能陶冶人的情操,净化人的心灵,启迪人的智慧,提高人的思想境界。因此,在教学过程中,我们要遵循学生的身心特点与发展需要,准确把握教材的性质、特点和价值,让美育渗透在体育教学之中,让学生去感受美、鉴赏美和创造美,从而全面提高学生的审美素质。同时,我们在体育教学中,教学方法和手段要力求新颖多样,丰富多彩,既要有针对性,又要有艺术性和趣味性,来满足学生的好奇心,吸引其注意力,激发学生的探求欲望,提高学习兴趣,使他们始终处在一个轻松、快乐和自由的审美状态中,我们的体育教学工作才能顺利展开。所以,我们更加注意提高教学艺术性,以新的知识激发学生的求知欲,通过生动、灵活的教学形式来营造课堂气氛,使学生真正投入到学练当中去,从而,挖掘学生身体的潜能,增强学生的体质,实现学生身体和心理的全面协调发展,才能收到良好的课堂教学效果。因此,我们要紧紧依托教材,善于从教材挖掘其中美的因素,加以渲染、加工、提炼,使学生感受教材中的美,受到美的熏陶,获得美的享受,从而培养他们健康的审美观念和审美能力,逐步养成良好体育锻炼习惯,发展他们的美好情感。

### 三、结合体育教学的特点加强美育的渗透

高中学生的领悟力已经和成人无异,对美的欣赏也有了独到的见解和领悟。体育教师在教学中可以有效地融入美的东西。比如体育节目的欣赏、优美舞蹈的示范等等。就连简单的走队列也能融入美的元素。看国庆节天安门前的方队,就是美的享受。走队列,也要求你的眼神、表情、动作、走姿,摆动的幅度,都要有美的渗透,给人以如沐春风的感觉。教师在教学中的讲解示范是必须的。教师通过自身优美的姿势和熟练的动作,让学生投入其中,当然这对教师的要求是相当高的。自身

的素质提高了,才能达到想要的效果。通过讲解示范,让学生模仿、学习,在锻炼中体会美的意义。通过这样的讲解示范和锻炼,可以舒缓压力,也能够使腼腆型的学生在锻炼中舒展自己,增加他们的自信心,让他们能够轻松自如地和别人交谈。高效的体育锻炼是舒缓压力和性情最有效的办法。体育教师还可以通过优美的音乐,舞蹈来加强体育的环境氛围。一个好的环境也是必不可少和关键的。在优美的音乐中,能够使使学生身临其境,更加深刻地体会美的含义。从而激发学习兴趣,提高教学质量。

### 四、通过知识的教育渗透美育

高中时期的学生,是长知识、长身体、形成自己世界观的重要时期。体育教学中在形体训练的同时,也要和思想的教育结合。体育课也分室内和室外课。要通过思想知识的教育,让学生认识到美育的重要性。要有美的意识,促进学生德智体美劳全面的发展,要有组织、有纪律、有礼貌,也要有责任心和集体荣誉感。美化和塑造学生的心灵也是美育渗透的重要方面。

### 五、培养和提高学生表现美、创造美的能力

体育教学不仅可以使学生学会欣赏运动之美(即审美),在实践中感受运动之美(即美感),更能够让学生体育运动中创造美,实现自我完美的追求。因此,在教学中,我们要善于引导、启发,让学生去发现体验美,激发美好的情感,产生对美的向往与追求。同时,我们要适时运用多种有效教育手段,去创造合乎美的规律的教学活动,让学生深入了解不同体育运动项目的审美特点,培养学生对体育审美意识,提高学生对美的鉴赏力、表现力和创造力,来激活学生的表现欲望和创造冲动,在主动参与中展现他们的个性和创造才能。还有,我们要对教材内容中的各种美反复推敲,细心品味,为学生营造一个展现才华的舞台,来激发学生探索、研究,养成认真思考,求异求新的习惯,以提高学生的创造能力,进而开发学生的情感智力,锻炼其创新品质,促进学生素质的提高和全面和谐的发展。由此可见,创设一种有利于诱导学生感情动荡产生情感共鸣的情境,才能更好地进行美育。这需要我们不懈努力,不断探索,不断挖掘,强化学生的审美意识,激发他们热爱美、追求美的激情,切实提高他们表现美创造美的能力。

总之,体育和美育是分不开的,是结合在一起的有机整体。体育欣赏就是美的享受。通过完美的动作和形体姿势展现出来的意义,有的时候比任何话都显得有分量。高中体育教学中美育的渗透是明智的决策。高中是学生时代最为关键的时刻,也是家长和学生本人最重视的阶段。高中体育教师的任务还在于在体育教学中挖掘美和渲染美,并且帮助学生揭示体育中包含的真与美,使生活更加多姿多彩。通过对学生美的教育,培养其勇敢顽强,坚持不懈的自信心、自制力、进取心等意志品质。

### 参考文献

- [1]李金红.论体育教学中的美[J].郑州铁路职业技术学院学报2004(2).