高中体育融合终身体育思想的路径探析

李 宁

（江西省赣州市阳明中学 江西 赣州 341000）

[摘 要]在高中强化学生的终身体育意识，对于提高学生的身体素质具有重要意义。针对当前高中体育教学现状，阐述了在高中体育中落实终身体育思想的具体措施，以提高学生的身体素质，从而促进学生健康、全面发展。

[关键词]高中体育；终身体育思想；探析

【DOI】10.12252/j.issn.2096-6261.2020.07.1616

引言

体育课程作为培养学生身体素质，缓解学业压力的重要课程，在新课改逐渐推行的当下愈发被家长和教师所重视。在教学中，教师不但要使学生养成良好的运动习惯，还要为学生树立终身体育思想，让学生真正意识到体育运动对自身的重要性，并有效提高自身的身体素质，增强对体育知识的掌握。

一、培养学生终身体育思想中存在的问题

（一）高中生缺乏足够的身心素质

应试教育体制下，我国大部分高中生的精力均被文化课的学习分散，很少有学生能保持良好的运动习惯，致使高中生们的身体素质普遍不佳。并且由于高中生以独生子女为主，家人的溺爱使他们没有足够的心理承受能力，在面对挫折时往往无法在短时间内调整自己的情绪，从而无法使学习效果得到提高。因此教师在教学中应当充分培养学生的身心素质，使学生在体育教学中能够充分锻炼自己的意志，促进自己的主观能动性，进而为学生未来的发展提供帮助。

（二）高中生缺乏足够的体育运动

体育运动往往需要学生花费极大的精力与耐心，致使高中生很难进行充分的锻炼。并且运动过后的疲惫感也是许多高中生不爱运动的主要原因。在高中体育教学中，很多学生由于害怕锻炼或者对体育运动没有足够的认识，常常出现学生请假、旷课等现象。此外还有部分女生不想自己的外表收到体育运动的影响而拒绝运动。以及部分学生害怕因动作不标准而受到嘲笑，所以拒绝运动种种现象都导致了体育教学难以取得很好的教学效果，学生的体育锻炼次数就愈发减少。

（三）缺乏专业的体育锻炼指导

高考等考试的压力使教师在教学中忽视了体育课程的重要性，进而导致体育教师也没有认真对待学生的体育学习内容，使得学生的体育思想得不到有效地培养。同时各文化课教师因自身教学任务的加重而不得不占用体育课的时间，使学生更难以得到足够的锻炼机会。此外，体育教师没有对学生的锻炼过程进行严格要求，对学生不正规的动作也没有进行纠正，使学生无法意识到自己的错误。久而久之，这种错误的锻炼方式会使学生的身体受到一定的伤害。在这种有失偏颇的体育教学下，学生难以获得专业的体育锻炼指导，逐渐失去体育锻炼的热情，对体育运动的兴趣也愈发减少，终身体育思想更加难以培养。

二、高中体育融合终身体育思想的策略

（一）培养学生对体育运动的兴趣

高中阶段的学生身心发育均已趋近于成熟。因此导致学生的心理变化十分明显，很容易受到情绪变化的影响而对某些课程教学失去兴趣。同时，高考的压力促使大部分高中生武侠进行体育锻炼。种种现象使得教师的体育教学难以取得好的效果，对学生终身体育思想的培养效果也不佳。因此，体育教师在培养学生终身体育思想的教学目标下，需要转变原有的教学观念，重新唤醒学生对体育运动的渴望，并让学生主动来进行体育锻炼，从而提高学生对体育教学的兴趣。例如，教师在体育教学中可以多对学生的表现进行鼓励，增强学生的自信心，使学生的心理变化正向发展。同时，教师还可以在篮球、足球等竞技性较强的科目教学中对学生进行分组，并让学生以比赛的方式进行对抗训练。这种方式既能增强学生对体育知识的掌握，又能加深学生对集体荣誉感的体会。在比赛中，表现优秀的学生还可以充分吸引其他同学的注意力，从而让学生发现体育运动的魅力，进而提高学生对体育运动的参与热情。

（二）加强开放性教学氛围的创设

高中阶段的学生具有较强的自我意识，这使得教师不能在沿用传统的理论教学模式，而要突出学生在课堂上的主体地位，降低自己的权威性，并为学生创设相应的教学情境，使学生在教学中能充分调动自己的积极性。此外，教师还应当让学生参与到教学内容的制定过程中，从而锻炼学生的自主学习能力，培养学生的体育意识。例如，在田径、跳远等项目的助跑环节中，教师可以转变原有的教学思路，不再沿用教师讲解的模式，而是由学生之间进行合作交流，并让学生在练习的过程中亲身体会不同动作下助跑效果的不同，再与其他同学进行讨论。在这种教学情境下，学生的自主性得以充分激发，相应的体育技能可以明显提高。

（三）加强与家长的联系和沟通

培养学生终身体育思想不能仅靠教师的工作来完成，更需要家长在生活中的教导。然而许多家长在高考的压力下忽略了学生的身体发展，只关注如何提高学生的学习成绩上。这种有失偏颇的培养理念给体育教师的教学带来了阻碍。因此，教师应当加强与学生家长之间的沟通，让家长意识到体育运动的重要性，从而使家长能在家庭培养中强化学生的体育锻炼，帮助教师补充教学计划中的疏漏，并帮助学生养成终身体育的思想。例如，家长可以在教师的指导下与学生一起进行早间锻炼。“一日之计在于晨”，良好的早间锻炼可以帮助学生唤醒尚未清醒的大脑，让学生以积极的态度融入学习过程中。在周末等业余时间，家长可以与学生一起去爬山、郊游等，让学生领略大自然的美好风光。这不仅能有效调节学生的心理压力，还可以有效促进家庭关系的和谐，帮助学生养成良好的运动习惯。

总结

体育运动对于学生的身心发展有重要的促进作用。体育教师在教学过程中应当注重培养学生对体育锻炼的认识，从而促使学生养成良好的体育习惯，树立终身体育的思想。

参考文献

[1]王砚涛.浅论中学体育教育如何贯彻终身体育思想[J].田径，2017（12）：46-47.

[2]郑仕山.分析高中体育教学中对学生终身体育思想的培养[J].当代体育科技，2017，7（18）：155-156.

[3]姜彬.高校体育教学中终身体育思想的渗透[J].教育教学论坛，2017（16）：221-222.

浅谈小学语文课堂小组文化建设

刘春雪

（东辽县足民乡中心小学校 吉林 东辽 136200）

[摘 要]常言说：“最是书香能致远，腹有诗书气自华。”通过语文教学，打造书香课堂，营造书香课堂读书策略，积极倡导经典诵读，在校园文化的引领下，学校教育教学才能百花齐放，课堂文化建设才能取得一定的成效。

[关键词]语文教学；课堂；小组；建设

【DOI】10.12252/j.issn.2096-6261.2020.07.1617

为什么有的班学生一看就有精气神、气质非凡？为什么有的班学生规矩仁义、知书明理？为什么有的班的学生后劲十足、令人称道？

我想，这与一个班级具有良好的课堂文化是分不开的，正所谓是“橘生淮南为橘，生于淮北为枳”。良好的课堂文化，就像风一样无影无踪，看不见摸不着，却又像风一样不可抗拒，良好的书香型课堂文化是校园文化建设的基石。

常言说：“最是书香能致远，腹有诗书气自华。”通过语文教学，打造书香课堂，营造书香课堂读书策略，积极倡导经典诵读，在校园文化的引领下，学校教育教学才能百花齐放，课堂文化建设才能取得一定的成效。所以，抓好语文课堂教学在小学阶段是非常重要的。

一、读国学经典，积文化底蕴是建构语文书香型课堂小组的前提

和学生一起读书，背唐诗宋词，积文化底蕴，诵传世经典，品千古美文。温家宝总理曾说过：“读书不仅仅是学生的事，而是每个公民的事，是整个中华民族的事，一个不读书的人，一个不读书的民族是没有希望的。”作为一名教师，接传承之重任，哪敢有半点懈怠，虽“耕耘一日精神倦，为育而立华发多”，但“老牛自知夕阳短，不用扬鞭自奋蹄。”桃李不言，下自成蹊。苏霍姆林斯基说：“教师若不读书，若没有在书海中的精神生活，那么提高他的一切教育技能就都失去意义了。”新中国成立以来，我国在文坛缺少大师级人物，这跟从小诵读经典少有很密切的关系，因此和学生从国学经典读起很重要。因为国学经典是中华民族五千年灿烂文化的精髓，是华夏沃土灿若晨星的瑰宝。黑格尔说过：“没有量的积累，就达不到质的飞跃。”积攒这些金子，想啥时用就啥时用，没有输入哪有输出？

二、显性文化与隐性文化的双轨制是构建书香型课堂小组的核心

每一位班主任都清楚地知道一个公开的秘密，“谁的课堂文化建设得好，谁的班发展得就好”。

（一）显性小组文化建设，班级文化。

1、科学分组。组内人员的搭配按组内异质的原则要注意以下两个方面：（1）学习情况要优、中、差结合。（2）学生个人性格外向与内向结合。

2、创设组标。一组侧重倾听，二组侧重表达，三组侧重读得量，四组侧重写美文，第五组侧重多背，并且每组要有相应的口号，用以激励学生求知的欲望。

3、教室文化。合理利用班内墙报对合作学习的成果进行展示。小组合作学习的后续工作不能停滞，学生得到的喜报、老师的即时性评语、小组内课上课下集体完成的诵读经典手抄报等，可以通过班级墙报、板报即时地展现。黑板文化也是小组合作文化的一部分。可以将班级后黑板分成同等多的部分，对应小组的个数每小组一块。来展示小组文化。前黑板流出五分之一设为读书角，写上有名的宋词让学生背，每两天换一次。

4、课堂教学评价文化。献给学生一个对话的、开放的、探究的、建构的、感悟的、快乐的课堂。组长对课堂上小组成员活动的评价。对合作学习过程中小组和小组成员的表现，组长随时记录在评比本上，评价的手段采取记分制，评比出每堂的质疑之星、朗读之星、评价之星、展示之星、写作之星.这些评价固定下来成为小组内部的常规工作后就自然演变成了小组的文化。

三、隐性小组文化建设，纪律文化

1、组内制度建设。组内制度也就是小组成员共同通过的组内规范，用来约束小组成员的说、做、行。如建立的《小组长轮流任职制度》。通过制度建设可以锻炼了每一位成员的组织能力，并培养了他们的责任感和同理心。同时，对每一个小组在课上和课下的说做行也提出了明确的要求，这也是我们在推进小组合作学习的进程中自然产生的。

2、用动态的思维来管理小组，促小组文化的形成与持久。小组合作学习的过程就应该是一个动态的不断螺旋式上升的过程，因此不能用统一的和不变的标准去衡量和要求学生。首先开好组长会，通过每周多次的组长会议明确组长的职责。其次，定期或不定期地召开组长管理经验交流会，商讨办法，经验共享。例如：建立竞争机制，鼓励学生大胆举手发言。再如：给组长布置家庭作业和批改部分学生家庭作业的权力等。这些建议拿到班会讨论，经过全班学生表决采纳后大家共同遵守，保证了小组合作讨论始终具有活力。

四、精神文化是教师不可缺失的最本质的东西

课堂教学不仅是一种认识活动，同时也是一种精神活动、精神文化。学生在课堂不仅在学习文化知识，而且在感受、体会渗透了课堂活动中的精神的熏陶，若干年后，学生可能忘记了教师课堂讲授的知识，但永不磨灭的却是物化在心灵深处的精神文化。课堂应该弥漫着三种精神：敬业精神特别是乐业精神；对教学的投入、对学生的责任科学精神特别是求真精神；对知识的认真、对学科的热爱人文精神特别是宽容精神。

小学生处在语文学习的初级阶段，读一本好书，写一笔好字，作一篇好文章，养成一个爱背的好习惯，将会一生受益，这也可能就是语文教学承载的责任所在。

万方数据