

健康中国视域下小学体育课堂教学创新策略探究

蒋摇

江西省上饶市第八小学

摘要：我国积极提倡《“健康中国2023”规划纲要》，目的是让我国实现全面健康运动，提高广大人民群众的身体素养，塑造健康人格。在这一纲要中明确突出人民健康在我国长远发展占据主要地位。小学体育教育是“健康中国”战略实现全面推进的重要组成部分，在全社会中发挥良好促进作用。但从实际角度来看，我国当前小学体育教育实施存在许多问题，如教学方法单一、教学模式传统、教学理念脱离实际等，导致小学体育教学训练力度不大、教学形式缺少新颖、教学设计不合理等问题出现，严重阻碍小学体育教育彰显价值，对小学生的身体健康培养带来极大影响。基于此，本文站在健康中国视域下，对小学体育课堂教学现状和问题进行深入分析，阐述健康中国理念在小学体育课程教学创新的重要性，着重对小学体育课堂教学创新策略进行探究，以供参考。

关键词：健康中国；小学体育；教学创新；策略

【DOI】10.12252/j.issn.2096-6261.2022.03.221

体育是小学基础教育的重要组成部分，对小学生的身体素养培养具有积极影响。作为我国基础体育教育的核心，对推动“健康中国”建设起到良好促进作用。随着教育体育的不断改革，小学体育教育也在随之实施，有效完善我国小学体育教育体系，使体育教育创新尽快实现。根据当前小学体育教育现状来看，教学方法、教育策略、教育思路等方面容易出现许多问题，而传统的教学理念常常阻碍教育创新发展，对小学体育教育进展带来极大不利。因此在“健康中国”背景下，我国小学体育教学创新已经成为必然趋势，在推进过程中经常会遇到问题和挑战，对小学生综合素养提升具有重要意义，充分保障健康水平上升。

一、《“健康中国2023”规划纲要》的内容要点

近年来，随着人们生活质量的不断提升，对身体健康的重视力度日渐增强，直到2016年国家正式主持和审议了《“健康中国2023”规划纲要》，将全国人民的健康归纳到健康战略发展中，有效突出其重要地位。健康中国的核心是为了提高全国人民健康水平，在积极倡导全面运动的同时，加强训练青少年身体素养，促进全民健康实现全社会落实^[1]。新时代的持续来袭，教育事业发展速度的加快，小学、中学等问题也在逐步显现，尤其是在躁郁症、抑郁症等状况越发频繁，而这些问题的出现对青少年健康成长造成极大干扰，无法保证其实现全面发展。学校体育是健康中国发展的关键，其资源优势和教育优势随之增强，因此健康中国的实现以学校体育作为出发点，通过课堂教学创新，将健康中国理念渗透到相关课程教学中，营造良好的教育环境，真正保障青少年健康。

二、概念界定

（一）小学体育

依照我国《义务教育法》明确规定，当儿童年龄6岁时，其父母会将他（她）送入到小学教育主动接受义务教育，对这些接受义务教育的儿童统一定义为小学生，而大多数年龄为6-12岁，“小学体育”主要对该阶段的学生进行一系列体育教育，进一步提高小学生的素养，达到养成锻炼身体的习惯教育目的。

（二）体育课堂创新

创新是根据当前所能使用的知识和教学素材，对现有事物进行对应完善，有利于其尽可能贴合社会需求，呈现出合理教育行为的一种形式。“体育课堂创新”主要以提升小学生身体素养、树立终身健康意识为根本，对我国小学体育教学课堂中存在的问题进行对应调整，同时在原有教育基础上不断加大创新力度，具体围绕教学内容、教学方法等方面加以创新^[2]。

三、当前小学体育课堂教学现状

（一）教学模式单一，健康校园营造不到位

传统的小学体育课堂教学中，小学体育教师往往只是采用传统且简单的教学方法，将本课堂学习的内容依次灌输给学生，并且遵照惯例进行常规指导教育，并没有突出学生的主体地位，也没有考虑学生的年龄特点和学习需求，从而在深入学习过程中无法掌握知识技能，对他们的未来健康发展造成很大影响。对于这种传统额教学方法的应用，除了向学生灌输知识，满足笔试测试达到理想分数之外，也没有涉及其他方面的教育，未能从根本上解决教育问题，不能很好促进学生健康发展。对于这种教学方法的干扰，学生对体育学习热情造成极大打击，以至于他们的身体素养急剧下滑，不利于学生对体育再度重视，逐渐排斥体育课程。例如，篮球的学习一般围绕运球、定点投篮为主，与其他教育学科有所联系，除此之外没有产生新颖之处，导致学生兴趣点不

高,不能长期保持高效集中。学习过程中如果学生一味按照教师指导进行常规训练,很容易阻碍学生的体育思维发展,没有机会试图尝试其他体育知识,了解更多体育技能。如果知识教学讲解结束后,教师大多数采用分散式教学,鼓励学生自由活动,这时学生的注意力往往集中在集体或个人游戏活动中,没有过多牵扯运动技能。长期如此,学生不仅不能在“健康校园”中实现全面发展,还会对学校体育延伸产生不利,无法与家庭教育、社会体育形成紧密联系。

(二) 教学创新缺少合理性

健康体育倡导体育教育进行全面革新,不断加大改革力度,尤其是在小学体育课堂教学中实施革新,理应从学生角度出发,根据他们的发展需求和健康中国战略要点、素质教育目标为基础,为推进体育课堂革新奠定基础,给予充足保障。结合当前小学体育教育革新中发现,其中存在很多问题,根本原因在于教师职业教育和教育水平不高,引起一系列教育问题发生。小学体育教师为了改善上述问题,以自身为突破口,围绕教学大纲,在具体教学过程中未能考虑实际需求,也没有将注意力投入到学生身上,而是采用传统教学模式将课堂所学内容直接灌输给学生,未曾提供明确解释和分析。在这种改革目标不明确情形下,不管是学生在课堂学习的积极性,还是教学效果,在某种程度上都不能达到预期目的,对小学生的身体素质提升造成很大影响^[3]。值得关注的是,小学体育教师为了与时俱进,对体育教育改革投入重视,特别是在积极改革实施过程中积累丰富经验,广泛吸取相关学校的先进经验,结合自身失败案例进行推理与分析,有助于教师对体育教学改革有了全新认识,大大提高教育意识,转变教学理念。

(三) 无视个性化教育

个性化教育是小学体育课堂创新教学中十分关注的问题,在具体开展小学体育课堂教学过程中,大多数教师经常为了追赶教育进度,快速完成教学任务、减轻教学压力,一般选择传统教学方式,在小学体育教育中实现应用,但在具体开展中发现,这种教学行为已经成为普遍现象,对我国大多数小学生的健康发展带来极大不利。通过上述内容了解到,学生因年龄特点、身体发育、成长背景等原因,在个体特征方面有了明显差距,如果教师一味采用传统单一的教学方法,不仅会逐渐脱离实际生活,甚至降低体育教学效果,对学生的未来发展形成不利。不仅如此,个性化教育的推进问题不单单集中在学生的个性特征无视方面,还有可能在教学内容方面产生不足。尤其是在教师教学理念落后、教育视野狭窄情况下,未能充分利用地方资源和学校资源开发课程,盲目将教学内容与实际生活相关联,不能达到预期

效果,影响课堂教学质量。

(四) 缺少心理健康教育

从本质角度来看,大部分小学生对素质教育有了合理调整与优化,从而在实践中得到相应结果。尽管如此,仍然有一些学校在体育教育中隐藏不足,直接原因在于心理健康教育的缺失,让许多小学体育教师无视,没有对其投入重视。从实际角度来看,小学阶段的心理健康教育对学生未来发展造成很大影响,而许多青少年的成长经历脱离不了心理健康教育支撑,尤其是在很多心理疾病出现频繁情况下,更加对该方面加强关注。如果小学体育教师没有灵活运用教学方法,以致于学生心理抑郁成分长期堆积,并且没有通过合理体育运动释放学生天性,帮助他们缓解学习压力,那么在不久将来对学生的健康发展必然产生不利。在这种情形下,小学体育教师时刻紧抓学生的身心发展和心理变化,利用先进教学手段调整他们心理情绪,塑造健康身体,形成健康心理^[4]。

四、健康中国视域下小学体育课堂教学创新策略

(一) 注重健康与体育,提高教师社会地位和健康意识

在健康中国视域下,小学体育教师在教育角色方面有了明显调整,尤其是在新课改背景下,教师由主导者转变成辅助者和引导者,而学生便由被动转变成主动,使教学内容越发丰富,教育责任越发多样,工作内容越发增多,但随之来临的社会地位便也不断提升。和传统的小学体育教学模式相比,“健康中国”视域下的小学体育教师应当格外重视健康教育,特别是作为教育的实施者,其自身主动提高对健康方面的学习意识,利用课余时间主动学习有关健康方面的专业基础知识。定期组织任课教师参与各种类型的培训活动,翻阅各种健康相关的书籍,收获和理解许多健康知识。体育教师的社会地位和健康素养的提升对小学体育课堂创新教学起到积极促进作用,有着很大重要影响。一方面,教师社会地位的提升能够从主观和客观角度试图加入课堂教学创新活动,有效增强参与感和积极性。比如,从主观角度来看,小学体育教师基于新课改要求,进一步强化教书育人的使命感和责任感,根据教学质量高低为评价人生价值提供理论依据,所以他们的教育思想更加完善,有效满足学生的学习需求,推动课堂教学实现创新。从客观角度来看,小学体育教师更容易接受社会的高度重视,增加影响力,提升监督力度,从而在体育教学中面临许多管束,必须全身心投入其中。另一方面,教师的健康素养提高能够有效改善当前教学内容隐藏的不足。要想加强健康素养,鼓励教师主动参与理论学习,在此期间对教学面临的各种难题进行思考,不断增强教育觉悟,

逐渐形成辩证思维,对小学体育课堂创新教育具有重要意义。此外,健康素养的提升有利于教师认真讲解更多新知识,比如在小学体育教学过程中,除了向学生传授跑、跳、翻滚等基础技巧,也可以向学生讲解有关健康教育方面的基础知识,突出健康理念。

(二) 教学内容创新贴合“健康中国”要求,提高学生健康水平

在“健康中国”视域下,体育课程的设置是为了提高小学生的身体素质,让他们在日常学习过程中调整心理变化,重点培养小学生的社会适应能力。和技能教学相比,现阶段我国小学体育教学格外注重技能技巧、认知能力、心理情感等方面的课程体系建立,要求学生对体育、卫生、生理、心理、安全以及环境等方面与健康体育知识相互渗透,增强学生的健康意识,养成强身健体、懂得卫生的好习惯,保障每个教学内容都能与实践教学相关联,真正实现“增进学生健康”的目的,使学生健康成长^[5]。

正所谓“兴趣是最好的老师”,这种教育观点在小学体育教学中也十分受用。由于小学生年龄比较小,在课堂教学过程中必须以兴趣作为支撑点,采用浓厚学习兴趣保障学生积极参与各项体育训练,确保体育教学活动顺利进行。在兴趣的不断影响下,学生自主挖掘体育价值,探索学习技巧,掌握更多有关体育方面的重要知识,逐渐形成参与体育训练的好习惯,不仅可以在日常课堂学习中认真听讲,在课下主动学习和训练,还能鼓励学生加入各种体育项目,在人生每个环节中都能发现体育身影,塑造终身体育意识。

(三) 尊重个体差异化,保障每位学生吸收知识

每位学生都是独立的个体,能够通过心理、身体和运动项目喜好方面发现各自差异。所以在教学内容设计中十分关注学生之间的个体差异化,采用差异化学习方法,设计针对性学习目标,让班级不同层次的学生都能满足自身的学习需求,以足球为例,教师按照学生的身体能力设计不同任务目标,比如对于基础不扎实、身体素质较低的学生,围绕掌握控球、传球、传球为主,对于体育基础扎实的学生以练习带球等阶段性项目为主,有利于学生主动参与各种体育活动,体会到运动项目带来的乐趣,从中吸收大量新知识。

(四) 运用“互联网+”思维,促进健康教育与小学体育教学相结合

在“互联网+”背景下,信息技术和网络技术突飞猛进,在不同领域实现广泛应用,教育事业也不例外,对小学体育教育创新带来很大影响。不仅优化教学方法,还能丰富教学资源,因此将“互联网+”思维应用在小学体育教学方法中的创新显得至关重要。

开发健康知识学习相关APP。在“健康中国”视域下,健康教育知识的推进引起小学体育教师的高度重视,但结合当前健康教育实施现状来看,依旧以教师为主导者,不断向学生讲解有关健康方面的基础理论知识,严重缺少新颖性,打击学生的学习兴趣,导致教学效果不理想。要想从根源改善以上情况,学校可以积极开发健康知识学习相关APP,拓展学生学习健康知识渠道,完善健康知识面,增强健康锻炼意识。APP教育内容包含健康视频讲解、健康知识测试、健康知识在线解答等,并且通过APP传授知识时,可以考虑学生的心理特点,利用动画形式进行直观播放,同时也可以借助多媒体辅助技术创设情境,尤其是在讲解立定跳远时,教师以提问的方式激发学生兴趣,如“森林中的动物是怎么跳跃的?”通过视频观看了解不同动物的跳跃动作,正式导入本节课立定跳远内容,从而对本节课知识点学习产生好奇心,全身心投入其中。这样一来,不仅能够让学生主动参与各项教学活动,实现深度学习,还能在日常生活和校园中培养学生的健康知识应用能力,大大提高他们的健康素养,养成终身锻炼身体的好习惯^[6]。

结语

综上所述,在“健康中国”视域下,小学体育课程教学的不断创新对小学生的身体素质培养具有重要意义,尤其是在课堂创新方面引起教师的高度重视,不断推进其向着高质量方向发展。但在具体实施过程中容易遇到许多问题,比如教师社会地位和健康素养提升、优化体育基础设施、加大创新力度、营造信息化氛围等,同时对教师对职业素养和学生体育素养培养提出高要求,这就需要对多方面对小学体育教学进行深入分析和研究,希望给相关教师给予合理建议,保障小学体育课堂实现创新。

参考文献

- [1] 李媛.“健康中国”背景下小学体育组织形式现状调查与对策研究[D].鲁东大学,2020.
- [2] 袁文.健康中国战略下菏泽市小学学校体育与家庭体育的融合研究[D].曲阜师范大学,2020.
- [3] 雷洪建.体育学科核心素养背景下小学《体育与健康》课程教学创新与实践[D].重庆师范大学,2020.
- [4] 马珊珊.“健康中国”背景下体育与健康课程开展健康教育的现状调查研究[D].贵州师范大学,2017.
- [5] 孙青,涂文俊.探讨“健康中国”视角下小学体育教育改革与创新思路研究[J].体育风尚,2017(01):104+106.
- [6] 薛梦肖.健康中国理念下的小学体育与健康课教学现状与对策研究[D].吉林体育学院,2020.