

# 生命教育在中小学体育教学中的渗透

周俊

江西省宜春市丰城市铁路镇廖桥小学

**摘要：**生命教育是现代教育的重要组成部分，能够帮助学生树立正确的价值观和人生观，培养良好的品德修养。在中小学体育教学中融入生命教育，不仅能够提高学生的身心健康水平，还能促进学生全面发展。本文从生命教育的内涵、体育教学中渗透生命教育的重要性、具体实施策略等方面进行探讨，并提出相关建议，期望能为中小学体育教学提供参考。

**关键词：**生命教育；体育教学；渗透

**【DOI】** 10.12252/j.issn.2096-6261.2024.09.099

## 引言

生命教育作为一种全新的教育理念，强调以人为本，注重学生的全面发展。将生命教育融入到中小学体育教学中，不仅有利于提高学生的身体素质，也能培养学生良好的品德修养，促进学生全面发展。因此，如何在体育教学中有效渗透生命教育，是一个值得深入研究的重要课题。

### 一、生命教育的内涵

生命教育作为一种全新的教育理念，其内涵丰富而深刻。从广义上看，生命教育是一种以“生命”为中心的教育，其核心在于培养学生正确的价值观和人生观，帮助学生树立正确的道德追求，并将之内化为自身的行为习惯。

具体来说，生命教育的内涵主要包括以下几个方面：

1. 生命的意义。生命教育强调探讨生命的意义，帮助学生深入思考生命的价值与存在的意义，激发学生对待生命的敬畏之心。

2. 生命的尊重。生命教育要求学生尊重生命，珍惜生命，关注每个生命个体的独特性与价值，摒弃歧视、偏见等行为。

3. 生命的态度。生命教育注重培养学生积极向上的生命态度，鼓励学生以乐观、豁达的心态面对生活，勇于挑战困难，追求自我价值的实现。

4. 生命的责任。生命教育强调学生对自身生命负有的责任，要求学生树立正确的人生目标，主动承担社会责任，为他人和社会做出贡献。

5. 生命的和谐。生命教育倡导人与自然、人与社会的和谐共生，培养学生的生态意识和社会责任感，促进人与环境的可持续发展。

### 二、体育教学中渗透生命教育的重要性

将生命教育融入到中小学体育教学中具有重要的意义，主要体现在以下几个方面：

（一）有利于增强学生的身心健康

体育活动能够促进学生身体素质的全面发展，如增强

肌肉力量、提高心肺功能等。同时，体育活动还有助于培养学生的毅力、团队合作等品质。将生命教育融入到体育教学中，可以帮助学生树立正确的生命观，增强他们对生命的尊重和珍惜，从而促进学生身心健康的发展。例如，在篮球教学中，教师可以引导学生思考在比赛中如何发挥自己的长处，为团队做出贡献，培养学生的责任心和团队精神，增强学生的自信心和自我价值感。

（二）有利于培养学生的良好品德

生命教育强调人的价值和尊严，要求学生在日常生活中养成诚实、勇敢、合作等良好的行为习惯。在体育教学中渗透生命教育，可以帮助学生深入思考生命的意义，增强学生对生命的尊重，并将这种尊重转化为自身的行为表现。例如，在足球教学中，教师可以引导学生分析比赛中的规则和道德规范，培养学生的公平意识和责任心，并鼓励学生在比赛中发挥互帮互助的精神，从而培养学生的团队合作精神。

（三）有利于促进学生的全面发展

生命教育注重学生的全面发展，不仅包括学生的身体素质，还包括学生的心理、情感、社交等方面。在体育教学中渗透生命教育，可以帮助学生全面发展，为学生今后的成长打下坚实的基础。例如，在体育课上，教师可以组织学生进行一些挑战性的运动项目，引导学生发现和发挥自己的潜能，培养学生的自我认知和自我超越的能力，增强学生的自我价值感和成就感，从而促进学生的全面发展。

### 三、体育教学中渗透生命教育的具体策略

在中小学体育教学中渗透生命教育，需要教师采取科学有效的教学策略，从而使生命教育理念真正落实到教学实践中。结合前文分析，在体育教学中渗透生命教育的具体策略主要包括以下几个方面：

（一）创设生命教育情境，激发学生的生命情怀

体育教学作为一个生动活泼的过程，教师可以充分利用这一特点，在教学中巧妙地创设生命教育的情境，激发学生对生命的敬畏之心。

以篮球教学为例，教师可以在讲解篮球运动的规则和技术时，引导学生深入思考相关内容背后所体现的生命教育元素。

比如，在讲解篮球比赛的规则时，教师可以引导学生思考：篮球比赛的规则为什么要这样设置？规则的遵守体现了什么样的价值观？这有助于培养学生的规则意识和公平意识。在教授运球、投篮等篮球技术时，教师可以鼓励学生充分发挥自己的个人特长，为团队做出贡献，这有助于培养学生的责任心和团队精神。

此外，教师还可以适时讲述一些感人的篮球运动员事迹，如一位篮球运动员为了救助队友而不幸牺牲的故事。通过这些生动的案例，引导学生思考生命的意义和价值，激发学生对生命的珍惜和热爱。教师还可以组织学生观看一些反映篮球运动员成长历程的纪录片或电影，让学生感受生命的脆弱与力量，增强他们的生命意识。

例如，教师可以播放《最后一投》这部电影，讲述一位篮球运动员在比赛中为了实现自己的梦想而奋力拼搏的故事。通过观看这部电影，学生不仅能了解篮球运动员的拼搏精神，还能感受到生命的意义所在，从而增强他们对生命的珍视。

通过创设生动的生命教育情境，让学生在体育活动中切身感受生命的意义和价值，有助于培养学生正确的生命观和价值观，为学生的全面发展奠定良好的基础。

### （二）融入生命教育元素，丰富体育教学内容

在体育教学中，教师可以有意识地融入生命教育的元素，丰富教学内容，使学生在体育活动中深刻感受生命的价值和意义。

以篮球教学为例，教师可以在教学内容中渗透以下几个方面的生命教育元素：

#### 1. 技术训练中的勇气与毅力

在进行篮球技术训练时，如投篮、运球等，教师可以引导学生思考在训练过程中需要克服哪些困难和挑战。比如，要想投中一个远距离三分球，需要学生保持稳定的身体姿态、精准的手型动作，这需要大量的练习和坚持。又如，在进行高强度的运球训练时，学生需要克服肌肉酸痛等不适，保持良好的心理状态和顽强的意志。

这些在技术训练中体现出的勇气和毅力，正是生命教育所强调的重要品质。教师可以通过表扬学生在训练中展现出的顽强意志力、不怕挫折的精神等，增强学生对这些品质的认同和内化，培养他们正确的生命态度。

例如，在教学中，教师可以分享一位篮球高手的训练故事。有一位球员从小就对篮球充满热情，但在初次参加正式比赛时遭遇了失望的失误，很想放弃。后来在教练及队友的鼓舞下，他重新燃起斗志，并坚持每天训练，最终在之后的比赛中屡创佳绩。通过这个案例，教

师可以引导学生思考，面对挫折时如何保持乐观积极的心态，并借此培养学生的努力精神和不屈不挠的品格。

#### 2. 比赛中的团队合作精神

在进行篮球比赛训练时，教师可以引导学生思考在团队合作过程中需要发挥哪些重要作用。比如，如何协调个人的进攻欲望与团队的整体利益？如何在防守中相互配合，为团队创造有利局势？这些不仅体现了学生的团队意识，也体现了他们对他人生命的尊重和关怀。

教师可以通过分析比赛录像、组织讨论团队合作重要性等方式，帮助学生深入认识团队合作的意义。这有助于培养学生的社交能力和同情心，增强他们对他人生命的重视。

例如，教师可以组织学生分析一场激烈的篮球比赛录像，引导他们观察球员之间是如何配合默契、相互关照的。在比赛关键时刻，即便某个球员个人状态不佳，但只要全队上下团结一致，通过相互支持和鼓励，最终还是能够取得胜利。通过分析这种团队合作的优秀案例，学生不仅能提高篮球技战术水平，也能深刻认识到团结互助的重要性，增强对他人生命的关爱之心。

#### 3. 杰出运动员事迹与运动精神的传承

在讲解篮球运动的历史和发展过程中，教师可以引导学生了解一些杰出篮球运动员的成长事迹。比如，我国男篮名星姚明凭借自身的努力和拼搏，最终成长为世界级巨星，这充分体现了他在逆境中保持乐观积极的精神。又如，美国篮球传奇乔丹在职业生涯中凭借出色的意志力和专注精神，最终成为当代篮球界的“永恒之王”。

这些生动的故事能够激发学生对运动精神的崇敬，培养他们正确的人生价值观和成功观，增强他们对生命的珍视和向往。

例如，教师可以安排学生观看专题纪录片《乔丹传奇》，讲述这位篮球巨星如何从一个默默无闻的小球员，凭借顽强的意志力和惊人的天赋，最终成长为世界顶级球星的励志故事。通过欣赏这些杰出运动员的成长历程，学生不仅能深入认识到成功的背后需要付出的艰辛努力，也能感悟到生命价值的内涵所在，从而进一步树立正确的人生观和价值观。

通过在篮球教学中融入生命教育的元素，不仅能丰富教学内容，还能帮助学生在体育活动中深入思考生命的意义，增强学生对生命的敬畏之心，为学生的全面发展奠定良好基础。

### （三）注重过程评价，提高学生的生命素养

在体育教学中渗透生命教育，还需要教师注重过程评价，关注学生在学习过程中的心理状态和行为表现，帮助学生提高生命素养。

以篮球教学为例，在技术训练和比赛过程中，教师除了关注学生的技术掌握情况外，还应当密切注意学生

的心理表现和行为习惯，这些都能反映出学生的生命素养。

具体来说，教师可以重点观察以下几个方面：

1. 学生在遇到失误或挫折时的反应。教师可以观察学生是否能以积极乐观的心态对待失误，是否会因为一时的失意而丧失信心，还是能够保持坚毅的意志力继续努力。这体现了学生的心理素质和坚韧品格。

2. 学生在团队合作中的表现。教师可以关注学生在小组训练或比赛中是否能充分发挥自己的特长，主动配合队友，并且表现出对他人生命的尊重和关怀。这反映了学生的责任心和同情心等品质。

3. 学生在遵守规则方面的表现。教师可以观察学生是否能自觉遵守篮球比赛的各项规则，是否会出现违规行为。这不仅考验学生的纪律性，也体现了学生的公平意识和规则意识。

通过这样的过程评价，教师可以及时发现并引导学生存在的问题行为。例如，如果发现某个学生在比赛中表现出急躁情绪或不公平的行为，教师可以进行耐心地沟通，帮助学生反思自己的行为，增强学生的自我调节能力和团队意识。又如，如果发现某个学生在技术训练中表现出顽强的毅力和勇气，教师可以给予表扬和鼓励，激发学生对生命价值的认同，增强学生的自信心和成就感。

通过这种注重过程的评价方式，教师不仅能掌握学生的学习情况，还能及时发现并引导学生的问题行为，帮助学生养成良好的行为习惯，提高学生的生命素养，为学生未来的全面发展奠定良好基础。

比如，在一次篮球比赛中，教师发现某个学生在失球后情绪激动，出现了推搡队友的行为。教师随即走到这名学生身边，耐心地和他交流，帮助他反思自己的行为，并引导他从团队利益的角度思考问题。经过教师的引导，这名学生意识到自己的行为有问题，主动向队友道歉，并表示以后会加强自我控制，为团队做出更大贡献。通过这样的过程评价和及时干预，不仅培养了学生的自我反思能力，也增强了他们的团队意识和责任心。

总之，在体育教学中注重过程评价，密切关注学生在学习中的心理状态和行为表现，有助于及时发现并引导学生的问题行为，进而帮助学生养成良好的生命素养，为学生的全面发展奠定基础。

#### （四）构建生命教育实践平台，促进学生全面发展

在体育教学中渗透生命教育，教师还可以主动构建生命教育的实践平台，为学生提供更多的实践机会，促进学生的全面发展。

以篮球教学为例，教师可以组织学生开展一些特色的篮球活动，如篮球文化节、篮球公益活动等，为学生搭建生命教育的实践舞台。

在篮球文化节中，教师可以邀请一些篮球运动员来校进行交流，分享他们在篮球路上的成长故事，激发学生对生命的热爱和向往。同时，教师还可以组织学生进行篮球技能展示、篮球知识竞答等活动，增强学生对篮球运动的热情，培养学生的自信心和团队合作精神。

在篮球公益活动中，教师可以组织学生前往福利院、养老院等场所，与老人或儿童一起进行篮球交流互动，不仅能培养学生的社会责任感，还能增强学生对生命的关爱之心。例如，学生可以教授老人一些简单的篮球技巧，同时也可以邀请老人分享人生经验，增进学生对生命的尊重与珍惜。对于儿童，学生可以通过组织篮球游戏，传播体育精神，启发他们对生命的认知，增强他们对生命的热爱。通过这样的公益活动，学生不仅能够运用所学的篮球技能，服务他人，而且还能培养同情心、责任心等品质，提高自身的生命素养。

教师还可以鼓励学生参与一些社会公益项目，如组织捐赠活动、支持残障人士运动等，让学生切实参与到生命关怀的实践中，进一步增强学生对生命的认知和珍惜。这些生命教育实践活动不仅有助于丰富学生的课余生活，培养学生的社会责任感，还能让学生在参与过程中感受生命的意义，提高学生的生命素养。

#### 结语

将生命教育融入到中小学体育教学中，不仅有利于提高学生的身体素质，还能培养学生正确的价值观和人生观，促进学生的全面发展。体育教师应当积极创设生命教育情境，融入生命教育元素，注重过程评价，使生命教育真正渗透到体育教学的各个环节中，为学生的成长奠定坚实的基础。

#### 参考文献

- [1] 管晓鹏. 生命教育在中小学体育教学中的渗透[J]. 科普童话, 2023(6): 10-12.
- [2] 林中华. 如何在中小学校体育活动中融入生命安全教育[J]. 新课程, 2020(40): 234.
- [3] 刘相卿. 生命化教育理念下中小学体育教学的思考[J]. 拳击与格斗, 2017(24): 49, 51.
- [4] 乐程菊. 生命教育在中小学体育教学中的渗透[J]. 运动-休闲, 2023(7): 94-96.
- [5] 宋超. 基于生命化教育理念下中小学体育教学研究[J]. 文体用品与科技, 2017, 12(12): 82-83.
- [6] 付密轩. 浅谈中小学生学习生命安全教育与学校体育教育契合[J]. 中国校外教育(中旬刊), 2014(4): 155-155.