

基于立德树人背景下小学体育与健康课程渗透 德育教育的策略探析

冯淦波

广东省东莞市桥头镇第二小学

摘要：在立德树人理念指导下，小学体育与健康课程成为德育教育的重要载体。通过体育课的有机融合，不仅可以增强学生的集体主义意识，促使其自觉遵守社会规范，而且能有效磨炼学生的意志力。为实现这一目标，策略包括利用游戏活动提高课堂趣味性、增强德育教育的吸引力；提升体育教师对德育重要性的认识，通过专业成长促进德育教育的实施；在课堂教学中渗透德育原则，使德育教育如润物细无声般自然融入学生心灵。这些策略共同作用，旨在全面提升小学生的德育水平，培养具有良好品德的现代公民。

关键词：立德树人；小学体育与健康课程；德育教育

【DOI】10.12252/j.issn.2096-6261.2025.03.245

引言

在当代教育改革的大背景下，立德树人已成为教育的核心理念，强调在全面提高学生素质的同时，特别注重德育教育的重要性。随着社会发展和科技进步，小学生的身心特点及社会环境发生了显著变化，这对德育教育提出了新的挑战和要求。体育与健康课程作为小学教育中的重要组成部分，不仅关系到学生身体健康，更是传递社会主义核心价值观、培养学生良好道德情操的重要途径。如何在体育与健康课程中有效渗透德育教育，成为当前教育改革的重要议题。研究和探索立德树人背景下小学体育与健康课程中德育教育的有效策略，对于促进学生全面发展、建设和谐社会具有重要意义。

一、“立德树人”理念下小学体育课堂中德育渗透的必要性

（一）有助于小学生集体主义思想的提高

在“立德树人”的教育理念下，小学体育课堂中德育的渗透显得尤为重要。特别是通过体育活动来培养小学生的集体主义思想，这对于学生个人品质的提升和团队意识的形成具有不可估量的价值。任课教师在组织体育活动时，常常将学生分成若干小组，并通过竞赛的形式让各小组之间展开比拼。这种组织方式不仅能够激发学生的竞争意识和团队合作精神，还能有效促进学生对集体主义价值观的理解和认同。学生不仅仅是在追求体育竞技的胜利，更重要的是，在相互帮助、共同协作中体验到团队合作的力量。通过共同面对挑战、解决问题，学生们能够深刻体会到个人利益与集体利益的紧密联系，从而内化为对集体主义的深厚情感和坚定信念。这种在体育活动中的实践和体验，使得集体主义思想得以在学生心中生根发芽，进而影响他们的行为习惯和人生观。

因此，通过体育与健康课程渗透德育教育，尤其是通过团队竞技活动培养集体主义思想，不仅能增强学生的身体素质，更重要的是能够在学生的心灵深处播下团结协作、相互尊重和共同进步的种子，这对于他们成长为具有社会责任感和集体荣誉感的公民至关重要。

（二）促使小学生更加自觉地遵纪守法

在“立德树人”的教育理念下，体育教学不仅仅是一种身体锻炼的手段，更是一种德育教育的重要途径。体育竞赛中的规则和制度，为德育教育提供了一个实际操作的平台，使小学生在活动中学会遵守规则，培养遵纪守法的意识。任课教师在组织体育活动时，通常会制定一系列规则，如比赛规则、行为准则等，确保比赛的公平、公正与秩序。小学生在参与这些活动过程中，必须遵守这些既定的规则和制度。这种在体育活动中对规则的遵守，不仅是对体育精神的尊重，更是对社会规则和法律的初步理解和尊重。通过这样的实践活动，小学生能够逐渐形成自觉遵守规则的良好习惯。随着时间的推移，这种在体育活动中学到的遵守规则的意识，会潜移默化地转化为遵守社会法律、校规校纪的习惯。这种习惯的养成对于小学生的成长至关重要，它不仅能够帮助他们在校园内外创建一个和谐的环境，更能够在他们成长的过程中，形成自我约束，知法守法的良好品质。因此，通过体育教学中德育的渗透，不仅能够促使小学生形成遵纪守法的意识，还能够在无形中培养他们成为一个有责任、有纪律的公民。

（三）以磨炼小学生的意志力

在“立德树人”的教育理念指导下，小学体育教育不仅关注学生身体能力的提升，更重视通过体育活动磨炼学生的意志力，这对于提高学生的思想道德水平具有

重要作用。体育活动因其独特的挑战性和竞争性，为学生提供了丰富的经历挫折和失败的机会。这些经历，尽管可能伴随着一定的身体劳累甚至是短暂的情绪低落，但在教师的正确引导和鼓励下，它们变成了培养学生意志力的宝贵资源。任课教师在体育活动中，通过设置合理的挑战和难度，引导学生一次又一次地面对困难，鼓励他们在遇到失败时不放弃、在挫折面前勇敢站起来。这种过程不仅锻炼了学生的身体，更重要的是，锻炼了他们的心志。教师还需针对学生在体育活动中的具体表现，进行个性化的引导和鼓励，帮助学生认识到坚持与努力的重要性，从而在心理和意志上得到成长。通过体育活动中意志力的锻炼，学生能够更加明白，无论是在学习还是生活中，面对困难和挑战时的坚持和勇气是多么重要。这种意识的形成和意志力的增强，是学生思想道德提升的重要标志，也是其成长为社会有用人才的重要基石。

（四）促使学生形成坚毅的品格

在“立德树人”理念指导下，将德育渗透到小学体育课堂中，对于学生品格的培养尤为重要。以篮球训练为例，通过有效的教学策略，可以帮助学生在体育活动中形成坚毅的品格。首先，篮球训练通常会涉及到一些挑战和困难，如高强度的体能训练、复杂的战术配合等，可能会导致学生在过程中产生烦躁和厌倦情绪。教师可以运用多媒体设备，为学生播放一些他们喜爱的体育明星比赛视频。这些视频不仅展示了运动员的技术和策略，还体现了他们在比赛中的奋斗精神和不屈不挠的毅力。通过观看这些内容，学生可以直观地感受到运动员在面对挑战时的积极态度和坚韧精神，从而激发他们对篮球训练的兴趣和热情。其次，教师可以在课堂上引导学生分析这些体育明星的成功经验，探讨他们如何克服困难、应对挫折，并取得优异成绩。这样的讨论不仅让学生认识到篮球训练的意义，也使他们明白，面对任何困难时，坚毅的品格和积极的心态是成功的重要因素。通过这种方式，学生能够在实际训练中建立起积极向上的心理状态，学会以更加坚定的态度去面对训练中的困难。此外，教师还可以设计一些激励机制，例如设立“小挑战小奖励”制度，通过设定适当的训练目标并给予正向激励，帮助学生体验到努力的成果。这种方法不仅能增强学生的信心，还能促使他们在遇到困难时不轻易放弃，而是通过不断努力去实现目标。

二、基于立德树人背景下小学体育与健康课程渗透德育教育的策略

（一）游戏增趣，乐中明理

在“立德树人”的教育理念引领下，小学体育与健康

课程通过融入游戏化的元素，不仅能够激发学生的学习兴趣，而且能够在乐趣中传达德育教育的重要理念。以“火车赛跑”游戏为例，这一活动不仅是一项简单的体育游戏，更是一次团队合作和集体主义精神的实践。通过组织学生进行“火车赛跑”，学生们在游戏中被分为若干团队，每个团队需要协调一致，以保持平衡和速度，成功完成比赛。这种游戏设计巧妙地将体育锻炼与德育教育结合起来，既锻炼了学生的身体，又强化了他们之间的合作意识和集体荣誉感。在游戏中，学生不仅需要个人的努力，更需要团队间的协作和相互支持。队长的领导能力和团队成员的配合度直接影响到游戏的最终成果。通过这样的活动，学生们能够在实践中学习和体验团队合作的重要性，理解到个人的成功是建立在团队协作基础之上的。此外，“火车赛跑”游戏也是对学生意志力和体能的考验，要求学生在游戏过程中不断克服困难，挑战自我。通过这样的游戏，学生不仅能在欢声笑语中享受运动的乐趣，更能在挑战中成长，学会坚持和努力，这对于培养学生的意志力和提高其思想道德水准具有重要作用。因此，通过将游戏化元素融入体育与健康课程，不仅可以提升学生对体育活动的兴趣，更重要的是能在轻松愉快的氛围中，有效渗透德育教育，培养学生的团队精神、集体荣誉感以及良好的道德品质，这对于全面提高学生的素质教育具有积极的推动作用。

（二）提升小学体育教师对德育工作的认识

在“立德树人”的教育背景下，小学体育与健康课程渗透德育教育，特别强调小学体育教师对德育工作的认识和实施策略。以团队性质的体育运动如篮球和足球为例，教师通过这些活动，可以有效地将德育教育的元素与体育教学相结合，将团队合作精神作为教学的重要内容。在这样的体育活动中，教师不仅教授技巧和规则，还借助比赛的形式，引导学生体会到与团队成员间互相配合的重要性。通过团队比赛，学生可以深刻感受到合作的价值，认识到每个人在团队中的作用和责任，从而培养他们的集体荣誉感和责任感。对于小学体育教师而言，渗透德育教育要恰到好处，既要确保体育教学的主要功能得到发挥，又要避免将体育课堂变成纯粹的思想政治教育场所。这就要求教师在教学过程中寻找平衡点，让德育教育自然融入体育活动之中，让学生在运动的快乐中，无形中吸收德育教育的内容。为了实现这一目标，小学体育教师需要不断提升自己的德育教育意识和方法，通过精心设计的体育活动和比赛，让学生在体验运动乐趣的同时，自然而然地学习到团队合作、相互尊重、坚持不懈等道德和精神品质。这种教育方式不仅能够提高

学生的身体素质,更重要的是能够促进学生德育素质的全面提高,为学生的全面发展打下坚实的基础。

(三) 课堂渗透、润物无声

在立德树人的背景下,小学体育与健康课程中渗透德育教育是一个细致而深远的过程。特别是在教学相对枯燥乏味的田径运动,如男生的1000米跑和女生的800米跑时,德育教育的渗透显得尤为重要。这不仅是对学生体能的挑战,更是对他们意志力的磨炼。关键在于教师如何有效地引导。首先,体育教师自身要成为学生学习的榜样。这意味着教师在体育课上应规范自己的着装,保持言行一致,充满爱心,注重语言的艺术性,以饱满的热情投入到每一节体育课中。教师的这种模范作用能够激励学生积极参与,增强他们完成运动项目的决心和意志。在教学过程中,教师应通过各种方法和策略,巧妙地将德育元素融入体育教学之中。例如,在训练耐力跑的过程中,教师可以分享耐力跑的益处,讲述坚持运动的人生故事,或者设置小目标,鼓励学生逐渐达成,从而激发学生的学习兴趣和挑战精神。此外,面对严寒和酷暑的恶劣天气,教师和学生一起坚持训练,不仅能锻炼学生的身体,更能培养他们吃苦耐劳的精神。这种通过身体活动来渗透和提升学生意志力和品德的教学策略,是实现德育目标的有效手段之一。

(四) 注重实施激励教育

在小学体育与健康课程中,部分学生可能因为体育训练过于辛苦而产生厌恶情绪,或者在面对困难时,不是选择思考如何解决问题,而是直接放弃。这种现象的根源往往是学生抗挫折能力较弱,缺乏应对挑战的心理素质。为了帮助学生克服这一问题,教师可以在日常教学中渗透抗挫折教育,帮助学生形成更积极的心态。教师可以借助激励教育,通过赏识教育和表扬机制,激励学生不断突破自我,增强面对困难的勇气和信心。例如,当学生在体育训练中感到疲惫或失去信心时,教师可以及时给予鼓励,肯定学生的努力,帮助他们意识到每一份坚持的意义。同时,教师还可以通过分享名人励志故事、开展团队合作游戏等方式,向学生传递面对挫折应积极应对的信息,帮助他们明白失败并不可怕,关键在于如何从中吸取教训,寻找新的解决途径。此外,教师还应注重设定循序渐进的教学目标,帮助学生逐步积累成就感。例如,针对跑步训练,可以先让学生完成短距离跑,再逐渐增加跑步距离,通过分阶段的目标达成,让学生在不断的进步中获得成就感,增强自信心。这样的方式不仅能够帮助学生克服挫折,还能提升他们的抗压能力,促进身心健康的发展。

(五) 注重心理素质教育的高效开展

在立德树人背景下,小学体育与健康课程不仅要关注学生的体能发展,更要注重心理素质教育的高效开展。第一,注重对学生的深入了解。体育教师应积极采用多种方式,如交谈法、问卷法等,深入学生中间,全面了解他们在学习体育课程和德育知识落实中的情况。通过这些方法,教师可以及时掌握学生的心理动态和学习中的困难,一旦发现学生面临压力或困惑,应及时提供支持帮助,帮助他们找到合适的应对方案,减轻心理负担。此外,教师还可以通过开展小组讨论或个别辅导等方式,教导学生掌握有效的减压技巧,例如深呼吸法、放松训练等,从而帮助他们调节情绪,保持心理健康。第二,采用学生容易接受的方式,培养健康的生活习惯。健康的生活方式是心理健康的重要保障,体育教师可以通过生动有趣的方式引导学生养成良好的生活习惯。比如,针对部分学生因饮食不当、缺乏运动而导致肥胖的情况,教师可以组织相关健康知识讲座,或者开展轻松的运动项目,如跳绳比赛、趣味运动会等,激发学生对运动的兴趣。在课堂上,教师还可以结合实际生活案例,帮助学生理解合理饮食和科学锻炼的重要性,逐步形成健康的生活观念。通过这些方式,体育教师不仅能帮助学生提升心理抗压能力,还能帮助他们在日常生活中养成健康的习惯,从而在身体和心理两方面实现全面发展。

结语

本文通过对“立德树人”理念下小学体育课堂德育渗透的实践策略进行探讨,揭示了体育教学不仅是提高学生体质、技能的过程,更是一种德育教育的重要途径。通过游戏增趣、教师示范、课堂渗透等策略的实施,有效促进了学生集体主义精神、遵纪守法意识、意志力的提升,同时也为学生塑造了健康的人生观和价值观。这一过程不仅加深了学生对体育知识的理解,更重要的是在潜移默化中培养了学生的社会责任感、团队精神和良好的人际关系,为学生的全面发展和终身发展奠定了坚实的基础。因此,小学体育教学在实践中应更加注重德育的渗透和教育,真正实现体育与德育的有机结合,共同促进学生的全面发展。

参考文献

- [1] 单文成. 小学体育教学渗透德育的现状及其策略分析[J]. 当代体育科技, 2020, 10(29): 124-125+128.
- [2] 龚向军. 小学体育教学中德育渗透的研究[J]. 科学咨询(教育科研), 2020, (08): 287.
- [3] 颜博. 小学体育教学中渗透德育教育的策略[J]. 当代体育科技, 2020, 10(17): 155-157+160.