

高中体育教学中健康教育的实施现状及改善策略研究

黄建明

(湖南省桃源县第四中学 湖南 常德 415705)

【摘要】近年来,随着人们生活水平的不断提升,人们的体育锻炼意识也在不断的增强,这就进一步的推进了体育教学的创新和改革。在当前素质教育背景下,培养学生的体育素养已经成为教学的主要内容,高中体育教学的主要目的就在于帮助学生拥有健康的体魄,形成终身体育锻炼的意识,养成良好的道德品质和行为习惯。但当前学生的健康状况并不乐观,学生由于受到高考的压力,其心理和身体一直处于亚健康状态,同时加上教师在体育教学中忽视了对学生进行健康教育,从而为学生的发展带来了负面影响。基于此,本文就高中体育教学中健康教育的实施现状及改善策略进行探讨。

【关键词】高中体育;健康教育;实施现状;改善策略

引言

在高中体育教学中开展健康教育具有极大的优势,能有效的培养学生的良好品质,树立学生正确的人生观和价值观,培养学生团队意识,帮助学生的心理和生理得到健康的发展。但在实际的教学中,不少学生都对体育教学缺乏兴趣,不愿或是不敢参与到体育活动之中,怕受到教师的批评或是被学生所嘲笑,同时加上教师灌输式的教学,教学方法的单一,严重的影响了体育教学的有效性,忽视了健康教育工作的开展。对此,高中体育教师需要及时转变教学模式,运用多元化的教学手段激发学生对体育的兴趣,加强健康教育工作的开展,从而帮助学生减轻学习压力,实现身心健康的全面发展。

1、高中体育开展健康教育的重要性

高中是学生成长的重要阶段,此时也是道德品质和行为习惯养成的关键时期,在高中体育教学中开展健康教育对学生的发展有着重要的意义。在当前素质教育背景下,培养学生德、智、体、美、劳全面发展成为了教师的主要任务,高中体育由于其自身课程的特点,大部分的体育活动都是在室外进行,并且活动内容也十分丰富,所以学生大都十分喜爱,这就对健康教育的开展奠定了良好的基础。教师通过健康教育的渗透,能潜移默化的影响学生的品质和观念,寓教于乐中传递学生正确的情感,帮助学生形成良好的行为习惯和道德品质^[1]。因此,高中体育教师需要认识到健康教育的重要性,加强与学生的互动交流,了解学生的真实情况,采取有效的措施来进行因材施教,树立学生的自信心,在提升学生体育能力的同时,帮助学生身心健康的发展。

2、当前高中体育教学的现状

2.1、内容缺乏针对性

当前高中体育教学中普遍存在教学内容单一的问题,教学内容主要是篮球、足球、跑步等活动。主要就是因为体育教师忽视了健康教育的重要性,对学生开展体育教学也仅是停留在各种竞技项目上,这样单一的教学使得课堂教学氛围较为沉闷,学生缺乏学习的兴趣^[2]。

2.2、教学条件不足

在当前高中学校中,还普遍存在教学条件不足的情况,由于体育教学得不到重视,而且体育设施建设周期较长,投资较大,使得学校并没有进行各种体育设施的建设。同时,大部分高中体育教师对自身领域外的内容并没有涉及,自身只擅长一两个专业,从而无法满足健康教育的需求,这和其自身受到的传统教育模式培养不无关系。

2.3、教育形式单一

高中体育教师在进行健康教育时,常常也主要是灌输为主,教学缺乏趣味性,使得学生失去了学习的兴趣,并对健康教育的认知产生偏差,甚至出现抵触心理,限制了学生身体素质的提

升。

3、高中体育教学中改善健康教育的主要改善策略

3.1、建设开放式的高中体育教学内容体系

建设优秀的教学内容体系,能促进教学目标更好的完成。建立开放式的高中教学内容体系,将运动技能进步、快乐运动、身体健康、心理健康等作为体育教学的主要内容来开展教学,让教师针对主要教学内容展开教学。并且进行开放式教学,改变传统的教学模式,教学内容不再仅仅局限于教材中,而是围绕教学内容,建设开放式的教学体系^[3]。其教学体系可以包括各类体育运动、体育知识、健康教育知识、各类体育运动等这样开展教学能够促进教学更好的开展于进步,促进健康教育更全面完善的开展教学,提高学生的学习兴趣。

3.2、构建灵活的体育健康教学策略和课堂组织形式

构建灵活的体育教学策略是促进体育教学更好发展的重要方式。在教学过程中应用不同的教学方式展开教学,不断的创新教学手段,以学生为主体,根据学生的需求展开教学,并且充分利用教学环境来制定适合的教学策略于课堂组织形式^[4]。例如在教学过程中开展有关的娱乐活动,学生在游戏中不断运动,在运动的过程中学习到相关的健康知识。

3.3、加强体育健康教师队伍建设,促进健康教育水平提高

加强体育健康教师队伍建设是促进健康教育水平提高中质量的要求,只有师资质量达到一定的水平,才能够更好的在高中体育教学中更有效的实施健康教育。首先在校的教师应该定期组织培训提高健康教学水平,促进教学模式创新能力,定期组织考核,以此增强教学能力的进步。另外与相关的高校签订人才输送协议,接受更多优秀的体育健康教师人才,促进体育健康教师队伍建设。

结语

总之,健康教育对学生今后的发展有着重要的意义,这就需要高中体育教师在教学时,充分的认识到健康教育的重要性,结合体育教学的特点,把握正确的时机,将体育教育与健康教育相结合,从而帮助学生养成良好的道德品质和行为习惯,实现学生身心健康的全面发展。

参考文献

- [1]朱杰.高中体育教学中改进健康教育的实施策略研究[J].青少年体育,2019(02):96-97
- [2]张伟民.高中体育教学中健康教育的实施现状及改善策略研究[J].当代体育科技,2017,7(01):115-117+119
- [3]李士超.高中体育教学与心理健康教育的相互协同渗透分析[J].当代体育科技,2012,2(35):19+21
- [4]翟丽丽.我国高中体育课健康教育模块教学现状与对策研究[D].首都体育学院,2011