

# 关于高中体育大课间德育渗透策略研究

杨杰

(重庆市綦江南州中学 重庆 401420)

**[摘要]** 高中体育品德培养的重点是积极进取、遵守规则和社会责任感。通过体育与健康课程的学习,学生能够自尊自强,主动克服内外困难,具有勇敢顽强、积极进取、挑战自我、追求卓越的精神。目前,高中学校虽然充分把时间还给学生,让学生每天锻炼一小时,但在活动中,有一定的学生锻炼的效果不是很理想,原因有多方面的,比如,学生活动的项 目比较单一,场地不够,做操的时候出工不出力,而且在活动方法不够科学等不能达到有效的锻炼身体,调节情绪,振奋精神,消除大脑疲劳的目的。

**[关键词]** 德育;高中;体育大课间;策略

## 1. 高中体育与健康课程德育教育现状

毛主席在《体育之研究》一文中曾经说过:“体者,载知识之车而寓道德之舍也,德智皆寄于体,无体则无德智也。”体育在促进高中学生心理、道德、智力、审美等方面起到很大作用。高中阶段学生的学习压力都很大,学生们大都经过了10多年的基础教育洗礼,身心上比较疲惫,而学生一生中最重要的思想品德养成恰恰在高中阶段,它关系到学生将来上大学和踏入社会的发展。有优秀品德的学生更有责任感,更能为社会作出贡献。高中阶段学生的大课间活动是一个锻炼学生优秀品质的好时机,学生每天都要进行大课间活动,如何利用好这段时间除了让学生锻炼身体还要兼顾学生的德育教育是我们面对的问题。

目前,德育的教育实施在各地学校大多停留在专题教育报告,班级主题班会等形式,对学生德育效果不明显。另外,长期以来,大部分学校的下午体育大课间往往是以做广播操或者跑操的形式开展,运动负荷较低,同时也比较枯燥,学生们根本提不起兴趣来,更谈不上锻炼效果。而且好多学生都容易产生逆反心理,这样不利于学生心理的健康成长,对学生的德育工作起不到很大的作用。因此,各级学校对体育与健康课程中的德育教育重视程度还是远远不够的。

## 2. 高中体育大课间德育渗透具体路径

### 2.1 身体力行,自身素质渗透德育教育

身体德育是学校德育的起点。每次下午大课间活动,各个小组的负责老师,都会提前5分钟到位,准备场地器材,课前精心准备好每天下午的练习内容,提前交给小组长熟悉,在培养小组长的同时,给学生树立榜样。在动作示范时,干净利索的身手总能引来学生们的阵阵掌声,这样的“身教”,不用多强调,大部分学生每次都会迅速到位,各个充满活力,积极投入到练习过程中去。因此,教师只有在学生当中树立良好的形象,才能让学生真正的快乐学习。

### 2.2 专注学生,教学技巧渗透德育教育

教育不仅仅是传授教学技能和本领,更重要的是要激励、鼓舞学生心甘情愿的参与到运动中来。学生学习技能质量与德育渗透有直接关系。某位心里学家曾经说过,“如果孩子生活在批评中,他便学会谴责,如果孩子生活在鼓励中,他便学会自信。”教师的一句你真棒,无形当中会给予孩子极大的自信心提升。例如,某下午大课间练习的时候,在篮球兴趣小组的一位女生,怎么也投不进球,教师眼看学生就要放弃了,自信地对学生说,把膝关节弯下来,用腿蹬地,胳膊控制住球,再尝试一次,学生继续尝试,终于在第二次投进去了。“老师,我进球啦!之前一直觉得自己不能进球,原来我也可以进球!”

### 2.3 从容不迫,处理突发事件渗透德育教育

体育大课间活动是一项集体性活动,学生较多,很容易发生一些突发事件,并具有一定的危险性。例如,在有一次大课间活动时,足球兴趣小组在进行射门练习时,一学生无意击中守门员的头部,引起其他学生的恐慌,射门学生连连道歉,守门员揉

揉脑袋说“没有问题”继续来,坚强的眼神感染了在场的每一位学生,教师检查确定并无大碍后,才让练习继续,也趁机鼓励学生,大胆勇敢的精神。

### 2.4 抓住时机,实战比赛渗透德育教育

优秀的班集体,一定是团结、守纪、积极向上的班集体。中学将大课间体育活动与体育课及班级体育比赛系统结合起来,班级间的比赛培养了学生遵守规则、文明礼貌、尊重他人的习惯,提高了学生团队合作、顽强拼搏的精神。同时,比赛中还能锻炼学生的心理承受能力,在压力面前,培养学生克服困难的能力。每年为检验大课间体育活动的效果,开展阳光体育运动会,参赛项目以大课间体育活动项目为主,不定期利用大课间举行各个兴趣小组的比赛,用比赛来巩固学习的内容并增强学生的团队凝聚力和班风建设。

### 2.5 富课间操体育活动内容

课间活动的内容应该具备一定的多元化,不能只是停留在广播体操中,适当的时候,也可以将健美操、武术操等加入其中,搭配上合适的音乐,让学生对运动产生兴趣。同时,学校还可以按照自身的发展情况,将一些具备民族特色的体育项目融入其中,例如踢毽子、摆手舞和大象拔河等。总之,课间活动尽量向着一个多元化的方向发展,真正将运动看做是一项有益的运动。但是要体现出运动的价值,就需要打破陈旧的活动内容,将“大课间活动”落实的实践中,作为一种全新活动方法,要想确保这项工作的顺利实施,就需要师生共同参与其中。教师秉承着“因地制宜”的基本原则,完善检查评比策略,让整个活动显得更为的个性化和立体化,保证所有的师生都能积极参与到其中,从而推动课间体育活动的顺利实施。

## 3. 小结

教育大事,德育先行。德育教育存在校园里的每个角落,教师之间、师生之间以及学生之间,都是相互影响的。学校体育工作不仅仅指体育课,还包括课外体育活动,体育竞赛等多方面。高级中学体育大课间目前开展良好,德育渗透也在逐步完善,作为体育教师,在今后的体育工作中应更全面的加注重德育教育工作,言传身教,将德育教育通过更多的途径传递给每一位学生。

## 参考文献

- [1] 孙洁. 现代流行动作元素融入校园课间操的研究[D]. 日照: 山东体育学院, 2014.
- [2] 杨玉良. 论网式足球在初中足球教学中的应用[J]. 体育师友, 2012(5): 58-60.
- [3] 姚瑞刚. 江苏省中小学大课间体育活动设计与实施的案例分析研究[D]. 扬州: 扬州大学, 2012.
- [4] 陈达君. 立足五性提高实效一改进大课间体育活动的探索[J]. 新课程研究, 2010(3).
- [5] 徐艳萍. 甘肃省金晶市中小学大课间体育活动的调查研究[J]. 体育科技文献通报, 2009(10).