

初中体育教学中学生体育与健康核心素养的培养

任强

(山西孝义市第十一中学 山西 孝义 032300)

【摘要】 体育与健康核心素养的培育是一个长期性、发展性和曲折性的系统工程,这就要求体育教师必须高度重视学科核心素养的培养,本文将结合我的自身教学经验就如何提升学生学科核心素养提出具体对策,以便更好地促进学生体育与健康核心素养的发展。

【关键词】 初中体育教学; 体育与健康核心素养; 体育品德

引言

为了贯彻落实“把立德树人作为教育的根本任务,培养德智体美全面发展的社会主义建设者和接班人”的目标,结合世界教育改革的新动向,教育部从2014年底启动了初中课程标准修订工作,提出了通过各学科的核心素养来完成培养目标。体育与健康课程的目的是提高学生运动能力,使学生形成健康行为和获得体育品德,并在这三方面获得协调和全面发展,最终达到立德树人的育人目标。如何才能在体育教学中落实核心素养,是当前体育教学中极需解决的难点。

1 问题的提出

体育与健康学科核心素养是新课标中最重要的概念,也是体育与健康课程改革的灵魂。对于初中学校的学生来说,在校养成学习能力和学习习惯很重要,当他们长大以后,在学校学习过的知识和技能随着时间的推移,会逐渐淡忘或生疏,但是学生的核心素养会伴随他们的终生。他们通过学校体育课堂掌握的体育学科核心素养,在他们的工作中或是未来接触到新的运动项目、新劳动技术时,能够更快速、更高效地学习和掌握一些新技能,并运用到生活、工作和运动中。然而,在初中学校体育课堂教学中,教师往往重视体育知识技能的传授,却对学生的学练参与体验、情感发展和需求方面没有更多思考和设计,而学生在参与体育锻炼过程中,经常表现出喜欢运动但对体育课却没有浓厚的兴趣,大部分学生无法把体育与健康知识指导科学实践,也缺乏把学到的体育技能和其他科目相结合的能力,很多学生参与体育学习的目的仅仅是通过考试和娱乐而已。

2 培养学生体育与健康核心素养应坚持的原则

2.1 全面性原则

基于学生身心全面发展的整体需求,在培育学生体育与健康核心素养时必须始终坚持全面性原则,对体育品德、运动能力及健康行为这三个要素无论轻重都不可偏颇,而应全面抓,共同发展。

2.2 针对性原则

目前,由于各种因素使得对学生体育与健康核心素养的培育仍然存在诸多不足,要想真正做好学科核心素养培育工作的话,就必须针对现实存在的问题提出有效的策略。首先,必须明确存在哪方面的不足,总结其产生的原因,进而在此基础上提出新的教育理念和办法,从而更好地促进学生体育与健康核心素养的发展。

2.3 实效性原则

重实效是培育学生体育与健康核心素养的关键,要求我们必须重视培育工作的实际效果。在学生体育与健康核心素养的培育中不能只是停留在理念层面,更不能走形式化道路。体育教师必须通过巧设计、多观察、早发现来及时了解培育方式是否恰当合理,然后针对问题及时进行有效解决,从而促进学生体育与健康核心素养培育过程的优化。

3 初中体育教学中学生体育与健康核心素养的培养途径

3.1 转变教学方式,提高运动能力

运动能力作为初中体育与健康核心素养的主要组成部分,同时也是初中体育教学的主要目的。因此,这就需要广大一线体育教师必须主动改变教育理念,充分尊重学生的主体地位,根据教学内容和学生需求创新教学方式,从而激发学生的体育运动兴趣,使他们积极参加学校课堂体育活动,进而更好地理解和掌握各种体育运动技能,从而促进学生体育运动能力的提升。例如,教师在进行排球垫球教学时,可以先向学生讲解排球垫球的姿势、手形和动作要领,并且在课堂上示范标准动作。随后,请班级学生两人为一组进行排球垫球练习,即一个学生抛球,另一个负责垫球,合作完成垫球动作。教师则在场地中来回巡视,及时发现和指正学生动作中出现的错误。在自我训练和教师指导下,

学生逐步学会自我检查,进而反思自身技能动作是否完善,最终在提升运动能力的同时形成良好的自我评价与反思能力。当然,在小组合作训练过程中,教师还应充分尊重学生的个体差异化,不应过于强调动作的一致性,从而更好地激发学生的运动兴趣。通过教学方法的创新、教学过程中的适当引导,运动能力差的学生对体育学科会逐步产生积极参与的兴趣,进而实现事半功倍的良好教学效果。

3.2 善于捕捉时机,培养体育品德

学生体育品德的养成对于学生综合素质的提升具有十分重要的作用。但是,在初中体育教学实践中由于各种主客观因素的影响,使得体育品德培养往往被许多体育教师所忽视。国家将体育品德列为初中体育与健康核心素养的核心内容之一,就要求体育教师应善于捕捉特定的时机对学生进行体育品德的培养,进而有效发展学生的体育与健康核心素养。例如,对于大多数初中生而言,尤其是800米的中长跑更是初中体育教学不可缺少的。但是,对于大多数学生而言,这需要消耗大量体力,从而容易产生胆怯和逃避心理,对此,体育教师应全程关注学生跑步过程中的情绪变化,在关键的时期给予及时的鼓励,进而使他们得以坚持到底,从而培养学生形成永不放弃的优秀品质。又如学生在进行引体向上训练时,如果学生一旦出现力竭就会出现各种错误动作,这就很容易导致学生间的相互取笑。对此,教师不能只是简单进行言语批评,而应该捕捉时机,对其进行品德教育,组织学生一起为这位学生鼓掌加油,进而有效培养学生养成团结协作、互助互爱的良好品德,促使学生得以全面、健康的成长。

3.3 传授健康意识,养成健康行为

健康是人生质量的重要基础,是生命存在的最佳状态,而这就有赖于人们学生时代养成的终身锻炼的良好习惯。在生活节奏日益加快的现代社会,越来越多的人由于忙于工作而忽略了体育锻炼,进而导致许多人身体出现亚健康状况,究其根源,就在于其缺乏良好的健康意识。目前,初中体育教师仍然将重点放在培养学生的体育技能上,而没有重视培养学生的健康意识。对此,初中体育教师应主动转变体育观念,在体育教学过程中给学生传授健康意识,进而在潜移默化中培养学生形成良好的健康行为。例如,在进行篮球“运球跑、障碍跑”教学时,教师可以组织学生先学会原地运球技术,在学生掌握篮球技巧之后,再组织学生进行5v5半场攻防比赛,教师在比赛开始前则可以结合比赛中容易发生的伤病如崴脚、手指挫伤,讲解相应的预防和处理知识,从而有效培养学生的健康意识。

结语

中学体育教学不仅要关注学生知识技能的提升,而且还应全面考虑体育与健康学科核心素养的三个方面的,这是一个系统工程。首先,体育教师应该从教育理念上进行更新,明确体育核心素养在体育育人的重要性和要素组成;其次,教师在课堂实施过程中,应着眼于教学设计,充分调动学生的学习积极性,把知识和技能有机整合,利用一切有利于教学的资源,促进学生健康行为朝积极的方向转化,使体育精神得到升华,全面提升学生的体育与健康学科核心素养;最后,体育教育教学改革需要教师不断的通过实践、反思和再实践,把理论应用到实践,突出学生的主体地位,才能凸显体育育人的重要地位。

参考文献

- [1]洪或燕.基于学科核心素养的体育课堂有效教学策略与研究[J].当代体育科技,2018(10):85-86.
- [2]李浏.我国《普通高中体育与健康课程(2017版)》解读[J].体育科学,2018,38(2):3-20.
- [3]崔崔华.体育与健康课程核心素养培育路径研究[J].当代体育科技,2019,9(2):73-74.