

论体育教学对青少年生命意义的影响研究

郑春兰

(吉林省松原地区乾安县第一中学 吉林 松原 138000)

【摘要】对于正处在生长发育阶段的青少年来说,体育运动是他们日常生活的一个重要组成部分。忽视青少年的身心健康,忽视学校体育工作,就谈不上全面贯彻党的教育方针,谈不上全面实施素质教育。学校体育的教育,影响着青少年的身心健康发展,同时影响青少年个性的形成,终身体育习惯的培养,影响着青少年各方面向着健康积极的方向发展。本文主要是探讨学校体育对青少年的影响。

【关键词】学校体育;青少年;意义;研究

对于学校教育为主的环境中,运用身体运动、卫生保健等手段,对受教育者施加影响,以促进其身心健康发展为目的有计划、有组织的教育活动,我们称之为学校体育。由于社会制度、国家性质和教育目标的不同,各国的学校体育目标也不尽相同。中国学校体育的根本目标是通过增强学生的体质、促进其身心健康发展,为提高中华民族的身体素质和为社会主义现代化建设培养德、智、体全面发展的建设者和接班人服务。

1. 体育教学与生命意义的关系

1.1 体育教学有利于树立正确的运动观

生命在于运动是生活中常见的话语,从中我们可以看出,运动与生命存在着天然的联系,只有科学合理的进行运动,才能使人的生命得到体现。体育运动可以对生命意义进行完整的体现,不仅要站在个体的角度看待这个关系,更要站在整体的角度,对体育运动对青少年生命意义的影响进行探析,具体表现为科学合理的体育运动,有利于提高身体素质,保持良好的身体状态。简言之,就是合理的体育运动,能够让高中生的身体和心理状态呈现出向上发展的态势。与此同时,还要对体育运动的安全性进行考虑,通过正确体育运动方式的选择,规避一些危险体育运动带来的安全风险。

1.2 健康促进学校体育

健康促进干预是指通过有计划、有组织地开展一系列活动,创造有利于健康的环境,以此改变人们的行为与生活方式,降低健康风险因素水平,预防疾病,促进健康,提高生活质量。这与以人体活动为手段,增进人们健康,提高生活质量的体育之本质形同一体。并且健康促进的目标是改变人的日常行为方式,形成健康促进行为(合理营养、规律运动、心情舒畅),其中运动是健康促进最直接有效且简便的实现方式,体育生活方式的养成即是健康促进的最佳路径。学校体育是健康促进实施的重要领域,是健康促进干预的有效手段。学校体育的重要作用就是通过各种学校体育文化活动,改善学校的体育物质与健康教育环境,增强个人健康技能,培养健康行为方式与习惯。所以健康促进又是学校体育发展的最重要目标之一。

2. 在体育教学中渗透生命教育的思考

2.1 注重生命教育的体育教学目标设置

要达到在体育课程中渗透生命教育的目的,目标的设置至关重要。首先目标要与生命教育内容相一致,并具有一定的系统性、科学性、针对性、实践操作性和达成性,使学生能从体育教学中更好地关注和珍爱生命。具体来讲,以生命为视角对体育教学目标进行设置的核心指导思想应是尊重生命的个性、体验生命的快乐、服务并提升生命质量。回顾我国学校体育史,不难发现,学校体育目标的设置与人的生命是分离的,无法放眼未来的生命整体,忽视了学生在体育学习中的生命体验和教师自身生命价值的体现。笔者认为,要真正做到“以人为本”的教育目标,实现体育教学中渗透生命教育的目的,应紧紧围绕“人”制定三个子教学目标,即:自然生命、精神生命和社会生命。教育的目的就是实现学生的身心和谐发展,促进人生命价值的实现。

这既是体育教学对“教育以人为本”的深化,对生命本性的回归,也是对学校体育理论的丰富和创造。

2.2 体育课程对青少年生命意义的影响

体育教学可以对青少年的体育运动长期意识进行培养,对于青少年来说,由于受到生活环境和生活条件的影响,他们在运动方式上可能会存在显著的差异,例如:生活在内蒙古的青少年,其主要运动方式可能是骑马,而生活在东北地区的青少年,其主要运动方式可能为滑冰等。因此,在进行体育教学时,应该注重对青少年体育运动长期意识的培养。对于青少年的学生来说,长期且规范的体育项目训练和日常训练,是提高其身体素质的主要途径。而独具地方特色的传统体育项目,具有较强的参与性和适应性,且符合本地的实际情况,拥有一定的群众基础。因此将标准化的体育课程与传统体育项目相结合,在调动青少年参与体育运动积极性的同时,对其体育运动意识进行培养,促使青少年加强对传统体育项目的理解,从而为长期体育运动思想的养成,奠定坚实的基础。

2.3 必须十分注重体育安全教育

学生的体育安全意识需要教师经常不断地灌输和提醒。体育教师有责任向学生传授体育锻炼时如何预防运动创伤和发生运动创伤后正确的急救方法。教育的方法有很多,可以在开学时进行一次安全教育,在以后的上课过程中,对于一些安全上的隐患应及时地让学生知道。在课前的热身运动中,一般学生会对其产生一些不理解,为什么每次都要做这些无聊的事,这时就应该讲解热身运动的重要性,在其中插入一些预防运动创伤的知识。在遇到下雨等上室内课的时候也应该经常讲解发生运动受伤后正确的急救方法。安全教育一刻都不能疏忽,在发现苗头时一定要及时地制止,不要等发生后再亡羊补牢。同时,安全知识、防护救护知识与能力等,是现代人所应具备的基本知识和能力。现在许多学校结合本校的实际,运用各种途径、方法大力开展学生安全教育。结合体育教学的特点,对学生进行必要的安全教育、防护与救护教育是体育教学自身的需要,也是现代体育教学“健康第一”教育思想所提出的要求,有着深远的意义。

结束语

体育教育要求各级学校重视重视生命意义教学,以此来提升学生的身体素质。为此,在开展体育教学工作时,必须要响应发展体育运动,增强人民体质的口号。只有这样,才能保证体育教学的效果,才能充分发挥出体育教学提高青少年身体素质的作用。

参考文献

- [1]王飞.初中体育应重视渗透生命教育[J].新课程导学(七年级上旬),2018.
- [2]王林.生命教育理念下初中体育学科教学策略研究[J].教学管理与教育研究,2017,2(4)
- [3]林博.生命教育理念下初中体育学科教学策略初探[J].速读(下旬),2018,(4).