

新课标下高中体育培养学生终身体育思想的必要性分析

郑飞

山东省济宁市曲阜师范大学

摘要:随着社会经济的发展和科技的进步,人们的生活质量和生活水平都得到了很大的提升,在物质层面的需求得到满足以后,对精神层面需求的满足就成了现代人的主要追求,而身体健康则是保证人们精神需求能够得到满足的基础和前提。近年来,我国越来越多的疾病开始低龄化,年轻人的身体健康问题层出不穷,这就让国家更加关注年轻人身体素质的提升,体育运动是能够有效提升年轻人身体素质、保障年轻人身体健康的主要活动,因而体育课程在各阶段的教育活动中也显露出了自身的价值和必要性。对此,本文中就围绕着新课标下高中体育培养学生终身体育思想的必要性展开分析,先是简单分析了现阶段高中与教学中存在的问题,再引入终身体育的概念来探究其与高中体育教学间的关系,最后提出了一些培养高中生终身体育思想的有效措施。

关键词:新课标;高中体育;终身体育思想;培养;必要性;分析

【DOI】 10.12252/j.issn.2096-6288.2023.01.203

时代在不断的发展和进步,社会对于学校培养人才的需要和要求也在不断变化,过往很长一段时间内的高中教育都因为应试教育理念的盛行而过度关注对学生的知识灌输和思维培养,有意无意地忽视了体育、艺术类课程的教学,这不仅给学生带来了极大的学习压力和心理压力,也让学生的身体长期处于亚健康的情况,不愿意也没有时间通过体育锻炼来提升自己的身体素质,对学生未来的可持续发展和终身发展都造成了影响。进入新时代以后,每年的新课标都在不断强调素质教育的重要性,逐步将学生和教师的关注点集中到了德智体美劳的全面发展上,但就现阶段的体育教学实践而言,学生的身体素质和体育意识都还没有跟上新课程改革的步伐,部分教师虽然有意识到体育教学的重要性,但就培养学生的终身体育思想来说认识还不够深刻,仍然存在着一些问题^[1]。

一、现阶段高中体育教学中存在的问题

在长期的应试教育模式下,学生在课堂上缺乏主体性和主动意识已经成为各学科教学过程中的通病,被动学习和被动接受教育也已经成为一种常态,而这种“被动特性”为需要学生主动参与的体育活动带来了诸多制约,严重影响到了对高中生终身体育思想的培养。而就现阶段高中体育教学中存在的问题而言,教师对终身体育的重视不够和学生对终身体育的理解不深是为主要矛盾,此外还能够对高中体育教学效果产生严重影响的因素在于课堂上缺乏专业的运动指导和意识引导,这对培养学生终身运动的思维方式是不利的^[2]。

(一) 教师对终身体育的重视程度不够

受到传统应试教育理念和思想的影响,高中学校和

教师对于体育的重视程度是远远不够的,在很长一段时间内,大部分的高中学校和高中教师都将帮助学生在高考中取得优异成绩作为开展教学活动的唯一目标,体育这一不被纳入高考评价体系的课程自然也就消失在了大部分高中主流学科教师的视线之中。在这样的背景之下,被忽视的体育教师们在实际的工作中就很难始终保持工作热情,并在工作中表现出积极性,为了不给学生增添太多的额外负担,比起培养学生的体育意识和体育习惯,大部分高中体育教师都选择了按部就班的完成体育教学任务,将关注点放在学生是否能够完成阶段性教育目标上,而这就导致大部分高中体育教师没有正确认识到终身体育的重要性,也就不会有意识地将其融入日常教学活动中^[3]。

(二) 学生对终身体育思想的理解不深

进入新时代以后,学习压力的与日俱增使得学生的身体健康状况愈发恶劣,而被其他课程抢走时间、精力和注意力的体育锻炼无法有效地完成自己的职责,致使学生身心的健康成长受到了严重的威胁。高中生正面临着压力和竞争力都很大的高考,将全副身心都投入到对知识的获取和理解中,让他们不自觉地忽视了体育锻炼,而精力和注意力的转移更是让超过一半的高中生对体育锻炼和体质健康标准缺乏了解,自然也就很难意识到体育锻炼对个人身体素质的提升能够产生什么样的效果,使得培养学生终身体育思想的观念成了空谈,学生无法建立起终身学习体育的理念与意识,错误的将体育和学习割裂开,让学生对终身体育思想的理解不深成了阻碍学生终身体育思想发展的主观原因^[4]。

(三) 缺乏专业的运动指导和意识引导

实际上,由于长期缺乏体育锻炼,我国的高中生中有着绝大的一部分都不具备自主进行体育锻炼和参与体育运动的能力与意志,而这一点主要体现在学生对学校举办的运动会兴趣不足,甚至于大部分学生都将参与运动会上的比赛项目看作是一种负担,哪怕是强制要求着参加了某一个项目,在实际的训练和比赛过程中也将其当作是一次任务来完成^[5]。

归根结底,这种情况的出现除了学生自身的体育锻炼意识不足以外,还有教师没有给予学生专业的运动指导和意识引导的原因,体育教师们有意识地在为其他学习任务更为繁重的学科让步,上体育课时通常采取更为宽松的教学政策,让学生形成了体育不重要的思想,不利于学生终身体育思想的养成。

二、终身体育思想与高中体育教育的关系

首先,终身体育主要是指一个人终身进行体育锻炼和接受体育教育,其概念最初产生于20世纪60年代,与“终身教育”概念有着一定的联系性,而终身体育作为一种完整的现代体育思想,其含义也可以从两个方面来看,一方面是说人从生命开始到生命结束都在学习和参与身体锻炼,另一方面是说在终身体育思想的指导下,人在不同时期和不同生活领域参与系统化、整体化体育活动的实践过程,而高中体育教育中对学生终身体育思想的培养就可以同这一方面的定义上入手分析。

(一) 终身体育思想能够指导高中体育改革

终身教育理论最初是在巴黎召开的第三届联合国教科文组织成人教育会议上提出的,源于法国著名成人教育家保尔·朗格朗发表的《终身教育引论》,报告中明确指出了一个人必须要按照终身教育理论来安排自己一生中的各项活动,包含学习、工作、娱乐等各方面的内容,如今终身教育思想已经成为在全世界广泛传播的重要教育指导思想。实际上终身体育思想也是从终身教育理论中衍生出来的,同教育一样将体育锻炼的时间拉长到了人的一生中,从而将体育教学也转化成了一种系统性的教育课程和教育过程,在新课程改革不断强调素质教育重要性的今天,建立以终身体育思想为核心的系统体育教学体育已然成为高中体育改革的核心目标与主要途径,对提升高中体育教育质量和效果能够起到至关重要的作用。

(二) 高中体育教育能够指引学生形成终身体育意识

在当前的社会环境下,学校仍然是学生接受教育的

主要途径,是学生学习生活中不可被割裂的一部分,因此学校教育在终身体育教育中能够发挥的作用也是极为关键的,甚至于能够对学生终身体育意识的形成产生决定性的价值。与社会和家庭中的其他教育主体相比,学校的体育教师在专业素养和运动能力上明显是要更占优势的,而这就意味着对于高中阶段的学生们来说,在非专业运动员的发展道路上,只有学校的体育教师能够给予他们相对来说更加专业和有针对性的运动指导,帮助他们完成对终身体育思想的深度探索与阶段,由学校开展的系统性的体育教育活动能够自然而然地帮助学生形成终身体育的意识和体育锻炼的习惯,最终实现预期的体育教育目标。

(三) 终身体育思想有助于促进高中体育教育的全面发展

对学生各项素质和能力的全面培养是素质教育的核心理念,也是新时代背景下满足社会对高素质人才需求的关键,只有德智体美劳都能够得到充分发展和全面提升的学生才更有机会在未来进入社会以后成为对社会发展有贡献的人才。结合各阶段高中体育教育的实践来看,选课式的体育教育制度只在大学出现,高中阶段的体育课通常都是以班级为单位集中开展的,无论是在运动项目的选择、运动内容的安排还是体育学习的针对性上都体现出了一定的强制性,这就导致学生不能根据自己的兴趣和身体素质来自由选择相对性的体育课程,哪怕是教师安排的教学内容恰好对上了学生的兴趣点,也会因为教学时间安排不合理和课时安排过短等影响效果,不利于体育在德智体美劳全面发展路径上的迎难而上。

三、新课标下高中体育培养学生终身体育思想的有效措施

体育教育是我国教育体系中主要的构成部分之一,既是体育科学的一个分支,也是素质教育的一种手段,主要教育目的在于通过对学生的体育运动意识和体育运动习惯的培养引导学生自觉参与到体育活动中,最终收获更加强健的体魄。基于此,学校和教师在有意识地培养学生的终身体育思想时也应当从意识和行动两个角度入手,将侧重点放在体育锻炼的持续性上,结合高中生的身心发展特点来采取相对应的教学策略。

(一) 适当安排学时与活动,重视对学生体育综合能力的提升

从问题分析来看,长久以来高中体育教育效果达不

到预期的现象是在多种因素的共同作用下形成的,其中学校课时安排和活动安排的不合理是影响学生学习兴趣与学习效率的关键,学生很难在短时间内掌握与运动相关的专业知识,也很能在短时间内完成体育运动习惯的养成和体育综合能力的提升。对此,学校首先需要做到的就是对体育课的上课时间和课时长短都做出合理的调整,同时教师也要对体育课上运动项目的选择给予足够的重视,将教学的目标和关键点都放在对学生体育综合能力的培养上,要想培养学生的终身体育思想,首先就是要培养学生的自学能力,让学生有能力在体育课之外的地方获取运动知识和掌握运动技巧,其次是要培养学生的自主锻炼能力,让学生能够对体育锻炼和自己的身体都拥有一个准确的认识,方便他们选择适合自己的体育运动方式和体育锻炼活动,最后是帮助学生制定终身体育锻炼计划,完成对学生终身体育体系的系统化搭建。

(二) 秉持开放式教育理念,重视对学生终身锻炼意识的培养

实际上,在高中体育教育中融入终身教育思想的核心价值在于找回体育教育的初心与本身,进而促进学生综合素质的提升与体育教育模式的改革。在这种背景下,开放式的教育理念更有助于终身体育思想在高中体育教育活动中的渗透,也能够打破传统高中体育教育的限制与框架,从教育目标、教育理念、教学计划、教学方法等多个角度入手推动高中体育教育制度和体系的改革,让学生能够真正明白终身体育的价值和重要性。基于此,将终身体育思想考核融入体育评价体系中也成了一种有效的改革措施,能够更加真实和全面地反映学生的体育水平与身体素质情况,而这种方式在引起学生对终身体育的重视和深化学生对终身体育的认识等方面也能够产生积极的促进作用,既能够培养学生的终生锻炼意识,又能够提升学生的综合体育水平,让学生受益终身。

(三) 完善高中体育教学内容,以实践为基准培养学生体育习惯

从课程标准上来看,高中体育学科的教学内容主要分为理论知识与实践活动这两个部分,而在实际的教学实践中,以室外为主要教学场所开展的实践教学活动中通常是高中体育教育的主要形式,从实践出发帮助学生完成对理论知识的学习和总结,但教师在课上对学生的要求普遍较为宽松,这就导致实践与理论之间的互相转化

出现了一些问题,甚至于出现了理论教学的缺失。基于此,在新课标下开展的高中体育教学也应当将在室内进行的理论知识教学重视起来,先要在知识层面和思维层面完成对学生思想认知的引导,帮助学生树立起对体育和终身体育的正确认识,同时先在课堂上教会学生科学有效的体育锻炼方法,然后来引入实践来培养学生的体育锻炼习惯,逐步引导学生形成终身体育思想。

四、结语

终身体育的难点不在体育,而在“终身”,实际上终身体育教学是一项复杂的系统性教育工程,在每一个教育阶段都有着需要达成的教育目标,几乎可以说是贯穿一个人一生的发展过程。而从体育运动的视角来看,参加体育运动能够有效促进人身体素质的提升,而身体素质又制约着人在体育运动中的参与度,二者可以说是相辅相成,在这种情况下,终身体育思想的诞生和发展几乎就可以说明体育锻炼是一项需要被拉长并长期坚持的发展活动,是需要人们在学习和工作之余自觉参与的持续性发展活动,兴趣和毅力永远是其最重要的前提。基于此,在课堂教学活动中培养学生的终身体育思想和终身体育意识就成了一种必然和必须,教师和学校应当做到的就是加强校园体育文化和体育设施的建设,从环境塑造和氛围营造的角度出发为学生提供一个良好的体育锻炼环境,助力学生终身体育意识的形成。

参考文献

- [1]姚虹.论述新课标背景下高中体育培养学生终身体育思想意义[C]//中国陶行知研究会.2023年第一届生活教育学术论坛论文集.2023年第一届生活教育学术论坛论文集,2023:482-484.
- [2]张大春.中学体育教学中终身体育思想培养研究[C]//中国智慧工程研究会智能学习与创新研究工作委员会.2022教育教学与管理成都论坛论文集(二).2022教育教学与管理成都论坛论文集(二),2022:1453-1457.
- [3]万涛.基于终身体育教育思想的高校体育教学改革分析[J].冰雪体育创新研究,2021(21):87-88.
- [4]董振华.高中体育教学应重视终身体育思想的培养[J].教师,2019(12):104-105.
- [5]郑仕山.分析高中体育教学中对学生终身体育思想的培养[J].当代体育科技,2017,7(18):155-156.