

# 立德树人视角下高中体育教学中德育的有效渗透研究

马杰

西安市黄河中学

**摘要：**立德树人是教育的根本任务，是学校的立身之本。在立德树人视角下，高中体育教学也要注重德育教育的渗透，以此来促进学生全面发展，进而落实素质教育理念，让学生成长为有理想、有道德、有文化、有纪律的四有新人，成为德智体美劳全面发展的优秀青年。文章站在立德树人视角下，分析了高中体育教学中德育的有效渗透意义以及策略，通过分析高中体育教学内容，并发掘其中的德育教育素材，来帮助学生进行德育学习；引入较为传统的体育项目，让学生在体育活动中传承中华优秀传统文化，促进立德树人理念的深入推进，以供一线教育工作者参考。

**关键词：**立德树人；高中体育；德育渗透

**【DOI】** 10.12252/j.issn.2096-6288.2025.12.099

## 引言

伴随着课程改革的逐步深入，推行素质教育，落实立德树人任务已成为各年级，各阶段以及各学科的首要任务，在高中体育教学中亦是如此。体育教学侧重于身体素质的培养，而德育重视的是思想品质的培养，二者虽然看似不交融，但体育教学中也存在多元化的德育素材，表现为体育精神、体育品德等。现阶段，高中体育教师必须基于立德树人视角去组织完成教学设计，开展教学活动。鉴于此，文章从高中体育教学中德育的渗透限制现象出发，并立足于立德树人视角分析了高中体育教学中德育渗透的意义以及策略，以期让体育学科的德育价值充分体现出来。

### 一、高中体育教学中德育的渗透现状

#### （一）德育渗透生硬

在高中体育教学中，在新课改提出跨学科教学背景下以及在教育部的号召下，教师开始认识到德育渗透的必要性和可行性。但部分体育教师的觉悟性不高，并未认识到德育教育的重要地位，没有寻找有效的渗透路径和方法，让体育知识与德育内容的联系较为浅显，导致学生会产生抵触心理。同时，教师依然在教学中占据主导地位，会通过灌输式的方式，生硬地讲解、引入相关案例，解释道德规范，学生的主体地位未能凸显出来，也无法对其进行内化和吸收，甚至会对德育渗透起到适得其反的作用。

#### （二）德育途径固化

现阶段，在高中体育教学中，德育的渗透缺乏创新性、多样性和灵活性。教师一般会以课堂教学作为德育渗透的主阵地，即通过教学白板展现体育故事，介绍体育明星的优秀品质等等，过于单一和传统，无法满足新时代

学生的需求，也无法让体育教学的德育功能充分体现出来。绝大多数体育教师并未将课外体育活动充分利用起来作为德育渗透的载体，最终导致学生只是在课堂上被动接受相关的思想理念，致使德育途径朝着固化的方向发展。

#### （三）德育评价不全面

当前，高中体育教师虽然已有渗透德育教育的意识，但在评价阶段依然侧重于体育教学的评价，仅关注学生的课堂表现情况去给出评价，而且评价主体、评价标准较为单一，学生无法实现自评和互评。教师教学经验固然丰富，其在评价中受到个人主观因素的影响仍然不可避免，导致最终的评价结果缺乏公正性、客观性。且教师无法从评价中明确德育渗透的效果并加以改进，最终导致体育教学中的德育只是浮于表面，难以发挥实质的引领作用，无法对学生的思想道德态度以及价值观念造成影响，实现立德树人任务。

### 二、立德树人视域下高中体育教学中德育的有效渗透意义

#### （一）有助于丰富并拓展现有体育教学内容

根据《普通高中体育与健康课程标准（2017年版2020年修订）》可知，高中体育的教学内容分为两部分：以主题健康教育为主；以及选修模块以球类、田径、体操等六大运动系列为主，实施选项式教学。而德育的渗透旨在让学生掌握相关的体育知识和技能，以体育健康知识技能的学习为主，其中具有丰富的德育元素。与此同时，教师也要适当引入课外的教学资源，去讲解不同体育运动的文化内涵、精神以及价值，让体育教学的内容更具深度和广度，更能够吸引学生积极参与到学习和探究中，促进德育的有效渗透。

### （二）有助于促进学生核心素养的培养与发展

体育核心素养主要由运动能力、健康行为、体育品德三部分组成，其中体育品德是体育精神、体育道德以及体育品格的集成。在体育教学中，教师组织开展体能训练，能够帮助学生培养运动能力、健康行为素养。而德育教育的渗透，需要教师利用案例教学法、情境教学法等，以及在实践活动中加强引导，让学生具备规则意识，并能够在体育运动中做到积极向上、顽强拼搏以及愈挫愈勇，提高心理承受能力，拥有良好的思想品德，使自身的综合素质得到进一步提升，为核心素养的发展奠定坚实的基础。

### （三）有助于为学生树立起良好榜样

对于高中体育教师而言，其必须认识到立德树人的根本任务以及要求，并不断学习掌握有效的德育教育方法，将其与高中体育教学进行有机结合。在此过程中，教师也能够不断提升自身的道德修养，了解新形势下对体育教师道德规范的要求，从而更好地对学生进行教育和引领，使其树立正确的价值观、人生观。同时，教师的一言一行也会对学生有一定的影响，其在教学中要以身作则，做到诚实守信、敬业奉献、关爱学生等等，以自己的实际行动为学生树立良好的道德榜样，进一步提高德育教育的渗透效果，让教师也能够与学生共同成长，共同进步。

## 三、立德树人视域下高中体育教学中德育的有效渗透策略

### （一）分析体育教学内容，发掘德育教育素材

在立德树人视角下，高中体育教学中教师要注重德育的有效渗透，其中最关键的一步在于对现有体育教学内容进行分析，即站在不同角度发掘与德育教育相关的素材，找准有效渗透的切入点，为后续教学设计奠定坚实的基础。从整体层面上来看，体育教学内容分为理论知识、技能训练两部分，教师要从这两个角度对教材内容进行分析，并用思维导图呈现出其中的德育素材，汇总成资源库。这也能够为其他教师教学提供有效的参考与帮助，使其找准德育渗透的有效路径。

例如，在人教版体育与健康第十一章“民族民间传统体育”的教学中，教师基于对教材的梳理分析可知，培养体育品德、体育文化以及民族民间传统体育类运动等部分蕴含丰富的德育素材。教师可以引导学生在体育运动比赛中要做到公平竞争、尊重他人，使其明确体育

文化在促进社会和谐、增进国际交流中的作用。在民族民间传统体育运动的教学中，教师要讲解知名体育运动员的事迹，让学生了解其身上良好的道德品质，并以其为榜样学习。教师可以将优秀运动员事迹制成教学课件，用多媒体为学生播放，让学生能够直观地了解到高尚品德在体育运动中的重要意义，培养学生良好的体育竞技精神，树立起崇高的思想道德素养。

### （二）选择特定教学主题，完成融合课程设计

近年来，伴随着课程改革的逐步推进，主题教学在各学科教育中得到了广泛应用，其核心在于以特点主题为引领去组织教学资源，开展教学活动，让学生在探索实践中深化对主题的理解，实现全面发展。现阶段，高中体育教学中德育素材随处可见，为了避免生硬融入情况的发生，教师要基于学生学情以及核心素养育人目标确定合适的教学主题，组织、搜集并整理相关资源，展开理论教学以及技能训练，定期组织校内外的实践活动，将德育潜移默化地融入活动，实现对学生思想上的引领。

例如，在人教版体育与健康第五章“奥林匹克运动”的教学中，教师要以“奥林匹克精神与青年担当”为主题组织开展教学设计，课时共计四课时，其中理论课时两课时，实践两课时，旨在让学生了解奥林匹克运动的历史发展、文化，明确体育精神的内涵，并让学生树立终身体育意识。在备课阶段，教师要通过互联网搜集相关的纪录片、视频资料等，让学生了解奥林匹克运动的起源、五环标志的含义、现代奥运会的发展等。而在实践课程开展中，教师则要利用社区资源，让学生参与马拉松活动担当志愿者，以此让实现从“知”到“行”的转化，促进德育教育的渗透。

### （三）体育教师示范引领，树立良好道德榜样

在高中体育教学中，教师是学生的表率，教师自身的言行举止、仪容仪表都会对学生产生显著的影响。在体育教学中渗透德育时，体育教师也要以身作则，给学生树立表率，用自己的实际行动引导学生树立正确的思想观念，并将其内化为个人的行为准则。在课堂上教师要认真备课和教学，关注尊重每一位学生，营造公平公正的氛围，积极鼓励支持学生去攻克体育运动上的难题。教师还可以将个人的人生经历作为案例，传递正确的行为价值观念，引导学生养成良好的道德习惯，具备不怕困难、坚韧不拔的意志品质。

例如，在人教版体育与健康第八章“乒乓球”教学中，

教师要身穿整洁的运动服,以饱满的精神迎接学生们的到来,为整堂课奠定积极的基调。在指导示范过程中,教师要做到耐心仔细,纠正学生的错误姿势,并鼓励学生不要害怕,要勇于尝试和挑战自我,然后亲自上阵与学生互动,做到对所有学生一视同仁。同时,教师还可以分享自己一次比赛的经历,告知学生在面对强大对手和不利局面时要学会调整心态,坚持到底,最终逆转获胜,以此来让学生受到心灵的洗涤,使其在掌握实战技巧的同时,学会如何面对困难、如何公平竞争,从而使德育真正渗透到体育教学工作之中。

#### (四) 引入传统体育项目,传承中华文化

高中体育教学以现代体育项目为主,但在新课改的背景下,传统体育项目的引入也成为必然之势,其是中华民族优秀传统文化的重要组成部分,是中华民族的精神命脉,既能够丰富教学内容,也能够让学生对武术、太极等传统体育项目的起源发展有一定的了解,并感受其中“尊师重道”的传统美德、阴阳平衡的哲学思想。在条件允许的情况下,学校可以邀请当地的传承人來校为学生提供指导和帮助,并组织传统体育项目的赛事和活动,让学生能够在亲身实践中感受其中的魅力所在,增加对优秀文化的认同感和自豪感。

例如,在人教版体育与健康第十一章“武术”的教学中,教师要注重弘扬“未曾学艺先学礼,未曾习武先习德”的武德精神,培养学生尊师重道、自强不息的良好品德。本课共分为理论与实践两个环节,教师先要通过播放纪录片,展示少林功夫、太极拳等不同代表性的武术,然后再结合历史和教材内容,讲解武术的发展脉络。而在实践课中,教师要从武术的基本礼节,即抱拳礼展开,要求学生做到左掌右拳,拢手成礼,掌心内扣等,接下来教授马步冲拳、弓步推掌、虚步亮掌等基本的武术套路,并组织小组之间展开相互学习、训练,让学生在练的过程中磨炼意志,并理解中华文化的哲学智慧,实现立德树人目标。

#### (五) 实施多元化评价,公开表扬“体育模范”

在现阶段的高中体育教学中,渗透德育教育的根本目标在于落实立德树人的根本任务,促进学生的全面发展与成长。为了评估渗透的效果并明确其中的不足加以改进和完善,当前体育教师要注重建立多元化的评价体系,围绕德育渗透目标设置若干评价指标,将其与传统的体育评价进行有机结合,并组织学生展开

自评和互评,让学生学会欣赏他人、尊重他人。同时,学校也要设置“模范标兵”评选活动,根据最终的评价结果以及学生的日常表现,在学校的官方网站、微信公众号等平台加以宣传,树立榜样,营造积极向上的良好氛围,让全体学生都以其为榜样,不断努力提升个人的体育素养和道德品质。

例如,在人教版体育与健康第八章“篮球”的教学中,教师要从篮球技能、体育精神、团队合作、尊重他人等多方面入手,设置评价指标,而且占比不低于30%,以显示出对学生在篮球比赛中的行为表现、态度等的重视,并将其与传统的体育技能、体能测试相结合,实现对学生综合、全面的评价。同时,教师也要设置学生自评表和互评表,经过对评价结果的整理和汇总,以及各班推选出若干名“体育模范”候选人。再由学校组织评审委员会展开终审,确定最终名单,并通过线上线下渠道对相关学生的个人事迹进行宣传,重点强调其在篮球比赛中展现出来的良好道德品质,以激励全体学生向其学习,强化正向激励。

#### 结语

综上所述,近年来,伴随着教育教学改革的持续推进,培养学生的核心素养、落实立德树人的根本任务,成为摆在高中体育教师面前的首要任务,其要积极学习,不断对现有教学内容、模式以及方法进行创新,从而促进德育教育在体育教学中的有效渗透,并运用多样化、趣味化的教学手段提高学生对德育内容的接受度,真正让学生在潜移默化中受到熏陶和感染,成为德才兼备的优秀学生。同时,教师自己也要以身作则,树立良好的道德榜样,引领学生,并引入传统体育项目,公开表扬体育模范,以此促进德育教育的有效渗透,实现立德树人的目标。

#### 参考文献

- [1] 胡海萍. 在高中体育与健康教学中渗透德育的策略[J]. 名师在线(中英文), 2023(12): 71-73.
- [2] 张超. 核心素养视域下高中体育教学中德育的渗透策略[J]. 学苑教育, 2024(11): 85-87.
- [3] 蒋莎. 德育在高中体育教学与训练中的渗透策略研究[J]. 体育视野, 2023, (23): 125-127.
- [4] 巴日斯. 基于TPRS教学模式的高中体育教学中德育渗透策略分析[J]. 新课程教学: 电子版, 2023(4): 29-31.