

高中体育与健康学科教学中的德育渗透

刘振双 刘丽娜

(吉林省农安实验中学 吉林 农安 130200)

[摘要]新时期视角下,教师对学生的德育素质建设表现出极高重视度。高中时期学生大多有着比较大的压力,每天坐在椅子上,身体机能变得越来越差,没有足够的锻炼时间和机会。有些高中生身体机能老的严重,有的则肥胖不堪。亚健康状态,不利于学生今后的成长,甚至影响了学生的学习与生活。学校必须提高重视度,重视学生的身体锻炼和培养。本文将高中体育为例,分析德育教育渗透方法,旨在提高体育教育质量和效果。

[关键词]高中体育;教育方法;教学过程;德育渗透

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-6261.2021.07.1139

目前高中十分重视德育教育,也不断在教育过程中渗透德育教育,希望可以为培养高素质复合型人才奠定基础。传统德育教育过于枯燥乏味,不仅不适合学生学习和成长,甚至会导致学生产生逆反心理。因此,高中要不断加强德育渗透更新和完善,促进德育教育多元化和多样性,这样才能促进学生受理正确的价值观念,并使学生的德育意识不断加强。体育教学需要学生进行大量的身体活动,学生在活动过程中还需要不断地沟通和交流,因此,在体育教学中渗透德育教育,这样不但可以促进学生全方位成长,也能使学生在学习过程中受到正确的德育教育影响。

一、高中时期体育教育德育渗透重要性研究

在时代发展和推移中,社会快速进步。社会表现出对人才极高的素质要求,各方面要求变得十分苛刻。学生除了需要具备专业技能和知识,同时还要拥有良好道德品质、心理素质和健康体魄。体育教育中渗透德育,能够让学生获得健康成长。高中时期,体育教育有许多项目和内容。不同运动项目特点大不相同。教师教学期间,有必要结合实际,制定相应的德育教育渗透方法和计划,培养学生德育能力和意识。如足球、篮球等球类项目,使学生形成集体主义意识,让学生养成机智、灵活、不怕困难品质。在长跑锻炼中,培养学生不放弃、勇敢坚持、刻苦信念与精神。不同项目适合作为不同德育品质的渗透载体,在锻炼中,强化学生的素质能力,培养学生的终身训练、运动素质。

二、高中体育教学中渗透德育教育的价值

体育运动不仅能锻炼学生体魄,也能满足学生的娱乐需求,同时,学生在进行体育锻炼时,可以放松大脑,舒缓身心,并有效缓解紧张的情绪。在体育教学中渗透德育教育可以有效提升学生审美意识,使学生加强对体育精神的了解,并对学生的情感进行一定升华。学生在体育竞赛中有输有赢,这也能使学生锻炼胜不骄、败不馁的气质,有效提升学生抗打击能力。并且,学生可以在体育活动中不断进行自我超越,也能培养学生挑战精神,使学生的潜能得到无限开发,帮助学生自我战胜,培养学生顽强拼搏的卓越精神。在高中体育教学中渗透德育教育,不仅能帮助学生正确认知集体活动的魅力,也能使学生在交往过程中加强集体荣誉感,从而使学生不断进行自我提升和成长。高中体育教育德育透

透实践。

(一)以良好形象展示体现教师榜样力量

为了更好地展现体育教育德育作用和价值,教师必须做好教学设计,展现自己出色的教育能力。不论什么时间段,学生都有向师性特征,教师是学生的重要榜样。教师教学需要先规范自己,随后才能指导学生知识,帮助学生成长。教师应努力提高自身素质,成为学生榜样。学生在无意中,潜移默化模仿教师,约束自身行为和表现,规范自己的习惯与行为。教师需要提升自我素质,学习更多专业知识与人文理念,为学生提供优质学习环境和课堂学习条件。高中时期的体育教育,绝大多数时候在室外活动。每次活动开始前,教师都要组织和带领学生一起运动和热身,带领学生一起喊口号,让学生感受到课堂热情,激发学生运动热情。过去体育教学的时候,一般为教师要求体委带领几个高大男生搬运体育器材。新时期视角下,教师可以和学生一起搬运体育器材,爱护器材、整理器材。教师甚至可以和学生一起管理器材,让学生意识到爱护公共设施重要性,使学生形成良好素质。

(二)思想角度德育渗透培养学生体育素质

按照课标,体育教育必须重视学生的终身体育意识培养,让学生逐渐形成体育锻炼习惯和意识。当代社会视角下,全民运动成为时代口号,为的就是让所有人都能改变过去不健康的生活模式,让人们主动加入到健身活动,获得良好身体素质。高中体育教育,需要教师明确终身体育意识的培养重要性,按照社会热点情况以及体育教育要求,重视学生的运动思想培养和教育。教师需要做好学生行为指导,走进学生,了解学生运动喜好。将其作为核心内容,设计趣味教育活动,让学生能够主动参与,提高学生运动热情和兴趣。例如有些学生喜欢慢跑和短跑,不擅长短跑。对此教师可以根据此情此景,将原本的耐力跑变成接力赛活动,使学生能够主动加入其中。另外教师可以组织学生一起设计运动计划,计划列表中需要有每日、每周、每月计划。学生制定计划,养成晨跑习惯。规定每天训练时间。在养成运动习惯以后,教师定期使用多媒体技术,展现比较流行的运动视频,如铁人三项、跑酷、攀岩。这些活动具有很大魅力,能够吸引学生。学生感受和意识到社会氛围,在趣味十足的活

动中,学生渐渐养成了运动习惯、运动意识,能够形成核心素质与体育意识。

(三) 培养爱国精神完成体育精神有效渗透

众所周知,高中时期,学生的学习时间非常紧张,学生有很沉重的学习任务。高中时期,体育教育占比并不是很大,每周只有一次。为提高体育教育效果,教师需要改变教学认知^[4]。体育教学对学生未来的成长和学习具有重要意义。体育教育能够传递很多优秀的理念和精神面貌,如社会主义文明精神和共产主义。学生在学习期间,逐渐意识到了其中蕴含的道理。新时期视角下,社会需要全面人才。教师教学的时候,需要转变理念,学生也要端正态度。改变过去的思想,结合当前的体育教育状况,完成思想层面的德育工作。如渗透爱国主义,一直是德育教育重点工作。教学期间,教师使用多媒体手段,展示各种运动画面。比如每年的奥运会比赛中,我国运动员都能为国争光,在努力拼搏中,让国歌和国旗在现场中飘荡。教师除了要播放运动员比赛画面,还要播放现场的观众呼喊声,感染课堂气氛,激发学生热情,引起学生的精神与思想共鸣。教师需要筛选一些运动员的采访讲话,让学生了解到我国运动员国际比赛中为国争光的追求。学生被视频和采访所触动,学生形成了体育锻炼意识,在运动项目中,学习和吸收爱国主义情怀与思想,能够让学生更积极主动参与到体育锻炼。

(四) 培养学生集体主义完成德育内涵渗透

所谓的集体主义,说的是学生相互合作、相互友爱、相互团结,一起突破难关的一种素质。当前社会需要合作型人才,社会呼吁传递合作精神。集体意识、合作精神对社会的稳定、和谐发展具有重要意义。教师需要响应社会号召。体育教学的时候,结合教学任务,利用集体单位,组织学生参加体育活动。学生在体育活动中相互帮助、相互促进。另外体育教师可以让学生用合作的方式与过程进行比赛。学生在相互竞争中,感受和体验竞技精神。例如教师按照合作教育目标设计跳山羊活动。在小组活动中,学生以组为单位训练。教学前,提前将学生分为众多小组,每个小组人数控制在5人左右,活动内容是成功跨越障碍物。教师吹口哨的时候正式计时。此时学生以组为单位开始比速度。在最后一名学生翻越完障碍物以后,记录学生小组的时间。最后比一比哪个小组最快、最慢。最慢的小组需要表演节目。这样的活动方式可以很好的刺激、吸引学生,能够让学生主动合作,彼此帮助,培养了学生精神觉悟与意识。

(五) 培养审美意识形成正确体育观念

体育不仅是运动项目,同时也是美育载体。体育教育能够让学生了解人体的健美知识和特征。同时还能锻炼学生身体,使学生获得协调的身体能力。学生从不同角度锻炼和欣赏体育,感受体育中的美感。不少人认为,舞蹈属于特殊艺术形式。其实舞蹈同样也是体育运动的一种。体育教育期间,需要教师使用创新教育形式,组织学生走进体育,感受

体育运动理念。教师需要做好教学内容的精心设计,参与到体育美育活动探索,营造寓教于乐环境,掌握与学习体育运动技巧和知识。例如,课间活动的时候,学校设计和学生身体情况匹配的课间操、运动舞蹈。趣味十足的内容才能吸引学生,使学生表现出参与积极性与主动性。学生了解了舞蹈和体育运动特征,学生形成了正确体育运动认知,能够重新展开体育运动欣赏和审美,培养了学生运动意识和素质。

(六) 注重安全意识渗透

体育运动属于健康运动项目,但这并不是说体育运动就绝对安全。体育运动同样也有安全隐患。高中时期的体育运动教学,不仅要做好基础任务的教学活动,同时还要加强安全方面的管理和教育,让学生能够意识到安全预防工作意义和价值。体育教学期间,对于危险类比较高的体育项目,需要教师多提醒,表现出足够的重视,告诉学生,让学生了解运动期间,有哪些注意事项。例如在抛掷实心球的时候,应保障周围没有别人,投掷的时候,需要学生认真热身,以免受伤。此外体育运动期间,如果发生了事故,例如有学生在运动期间从高处跌落,不能随意走动,这时候应展开学生摔伤情况检查,让学生了解如何应对与处理,学会骨头损伤的判断方式。到处求救虽然也是科学办法,但容易耽误最佳救援时机,掌握合适的技巧,就能解决这一局面和情况。高中时期,学生已经拥有了一定问题解决能力和事件处理能力。遇到体育问题尤其是安全情况,需要学生具备冷静处理的能力。体育安全问题,大多和体育器材有关。教师需要重视学生安全意识培养,每次使用器材,都要做好器材设备检查,重视学生安全意识素质建设,发现器材设备隐患问题,确保器材能正常使用,假设器材设备有安全问题,绝不能在训练中使用,需要第一时间停止,及时报告,以防学生受伤。另外教师平时也要重视学生安全意识教育工作,运动之前认真热身,让学生能够了解热身准备方式,运动技巧,让学生激活肌肉,焕发生命活力。防止学生在运动期间受伤。结束运动以后,及时放松也是很关键的事情,需要多加注意。

综上,高中时期,体育十分重要,是很好的德育、美育载体。教师走进学生群体,了解高中体育教育有效方式,应明确体育教育重要性和德育教育意义。教师需要做好现阶段高中体育教育状况研究与分析,渗透德育教育,提升学生的思想和精神水平。从多角度出发培养学身体能力与品德意识。有了这样的铺垫,才能在体育教育中,充分展现德育教育价值和作用,帮助学生成长。

参考文献

- [1]张伟源.高中体育教学中体能训练的创新体系研究[J].田径,2021(02).
- [2]叶世平.论高中体育三级跳远专项体能训练的设计[J].田径,2021(02).
- [3]张国良.新课改情况下高中体育教育中分层式教学方式的效果分析[J].科技资讯,2021(03).