

本文中的体育认知指的是人们在体育训练过程对于体育的认识过程。体育认知也就影响了体育未来的复杂很，随着“以生为本”的教育理念不断落实，许多教师在体育开始关注学生的主体性。但是大多数教师对于特殊教育的体育认知还是有些偏颇，大多数的残疾学生对于体育训练缺乏正确的认知，没有意识到体育训练对于其身体机能的修复，心理健康等方面的作用，因此大多数残疾学生都不愿意参加体育活动。据相关调查表明，有些参加学生不愿意参加训练，是因为自己的身体缺乏，导致了在生活中形成了孤僻、不自信的性格。参加训练的学生也只是为了提升学习分数。

三、快乐体育在特殊教育体育教学中的应用

(一) 激发学习兴趣

在特殊教育中的体育教学中，教师应进行积极的探索有效的教学方式，吸引学生的注意力，提升学生体育训练的热情，帮助残疾学生全面认知体育锻炼对于生命发展的意义，从而帮助学生形成体育锻炼意识。因此在教学过程中，首先教师需要采取灵活的教学方式，减少活动规则的限制，引导学生选择适合自己的训练方式。然后则是在训练项目中渗透“玩”的元素，开发具有游戏性质的体育训练项目，提升学生参与活动的积极性。以百米短跑为例，教师可以设计“惊心动魄一百米”情境。设百米处是一个人质被劫持的地点，男生需要在12秒内达到才能解救人质成功，女生需要在12秒内达到才能算解决人质成功。

(二) 教会学生创造性的学习

快乐体育中还有非常重要的一点就是，学生在学习的过程中需要形成创造性意识，引导学生根据体育训练项目进行创新，打破传统体育训练项目的结构，让学生在训练感受到体育锻炼的乐趣。

比如说：屈肘摆动双脚向前跳、原地蹲跳起、单脚起跳，双脚落入“沙坑”。

教师还可以引导学生自创跳跃的方式，从而进一步强化学生自主学习的动机。比如单、双脚跳教学时，教师可以组织学生分组一起练习。比如在投掷练习中，教学中可以让学生选择自己喜欢的方式进行投掷，比如：“炸坦克”“打降落伞”“排地雷”“打雪仗”等，通过这些活动，逐步提高了学生的自主意识。

(三) 拓展快乐体育运动项目

当前特殊教育中大多数的教学内容都是沿用普通中小学体育训练内容，但是这类教学内容未能结合残疾学生的身心特点，因此在教学过程中可以结合一些民间的体育活动资源，丰富特殊教育的体育运动项目。以秧歌舞的开发为例，可以将相应的动作进行改编，降低训练的难度，增强训练的趣味性，以及突出训练项目的协作性。需要准备好扇子、绸带等工具，从而让学生直观的感受民间体育活动的内在魅力，再比如比如开展趣味性的活动，如有解手链、卧式传递、人椅、进化论等，促进班级氛围提升，提升学生社交技能和学会表达能力。

结语

综上所述，特殊教育中的体育教学，需要结合学生的生理特点来开发相应的教学内容。本文基于快乐教育的理念下，从体育训练的情境创设、学习方法以及训练项目拓展等方面提出了具体的教学建议，希望能够给一线的教师提供參考。

参考文献

- [1] 汤坚明. 浅谈特殊教育中体育教学的“快乐体育”[J]. 软件: 电子版, 2019, 000(005): 83.
- [2] 潘丽红. 课题引领创新, 彰显快乐教育特色[J]. 教育家, 2019(45).
- [3] 陈国琴. 特殊教育数学教学中的“愉快教育”分析[J]. 课程教育研究, 2019(16): 123.

初中体育与健康对防范校园欺凌的特殊作用

曾志辉

(广东省惠州市第三中学 广东 惠州 516000)

[摘要]校园欺凌事件发生对学生的身心健康造成严重的不良影响，如今通过初中体育与健康教学，进行校园欺凌事件防控，成为如今学校对欺凌风险的主要防范措施。初中阶段的学生身心正处于快速发展又敏感脆弱的时期，作为学校与教师，一定要注重对校园欺凌事件的防控，确保初中生可以平稳度过人生中成长的黄金时期。初中体育与健康课程的开展，不仅有助于提升初中生的身体素质，还有助于学生心理健康发展，因此，初中体育与健康课程成为如今学校防范校园欺凌的重要手段。

[关键词]初中体育；校园欺凌；特殊作用

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-6288.2020.09.361

引言

近年来，校园欺凌事件层出不穷，受到公众广泛关注，掀起了一波又一波舆论浪潮。经调查显示，校园欺凌事件具有普遍性、隐蔽性等特点，并且成因多种多样，十分复杂，对当代青少年的身心都造成了严重的不良影响。寻找校园欺凌原因、治理校园欺凌事件、防范校园欺凌事件发生，成为如今学校教育的重要组成部分。通过初中体育与健康课程的开展，不仅可以强健学生体魄，增强学生体质，还可促进初中生心理健康发育，因此，提高初中体育与健康教学质量势在必行。下文分析了体育与健康课程的开展对防范校园欺凌事件发生起到的重要作用，并分析了体育与健康教学中防范校园欺凌的具体实践方式，希望可以帮助广大青少年养成健康积极向上的人格，尽可能减少校园欺凌事件发生。

1. 体育与健康教学对防范校园欺凌的重要作用

“欲文明其精神，先野蛮其体魄”，这句口号是由毛主席提出的，可见拥有强健体魄也是塑造健全人格的重要前提。通过体育与健康教学，学生通过参加体育运动，可有效提升身体素质，还可在体育锻炼的过程中磨炼学生的意志与各项能力，因此，加强初中生体育与健康教育至关重要。通过增强学生体质，培养学生健全人格，对防范校园欺凌事件发生具有积极的正面影响。

1、培养学生高尚品格

体育教学中，需要学生进行大量的实践，因此体育教学有助于培养学生强健的体魄，并且通过体育锻炼，学生挥洒汗水，有助于锻炼学生吃苦耐劳、勇于拼搏的精神。学生内心的不良情绪得到舒缓，有助于学生保持理智，对暴力行为具有准确的判断力，在训练过程中，学生需要控制与约束自身行为，有助于学生自我控制力的养成，从而帮助学生养成高尚的品格以及良好的生活习惯。很多体育运动需要两人或者多人进行合作才能顺利完成，通过与他人合作有助于学生沟通合作能力的养成，在合作中打破偏见，拉近学生之间的关系，有助于增进学生之间的感情，从而减少校园欺凌事件的发生。

2、增强学生自我保护能力

进行体育锻炼，最直接地影响就是提升学生的体质，拥有强健的体魄，可以在很大程度上防止学生受到校园欺凌。经过调查可以发现，校园欺凌事件中，被欺凌者通常体形小、体质差，因此被欺凌者如果拥有强健的体魄以及健全的人格，可以很大程度上降低被欺凌的概率。通过体育锻炼，可以有效帮助学生改善体质，增强学生的体魄，并且帮助学生养成健全人格，让被欺凌者在面对校园欺凌时可以有正确的心态面对，以积极的做法应对，对校园欺凌进行反抗，可有效防止欺凌者将欺凌养成习惯。

2. 通过体育与健康教学中防范校园欺凌的途径

1. 言语激励提升拼搏意志

对于在校园欺凌事件中遭受欺凌的学生来说，不仅需要教师和家长对于学生进行心理疏导，帮助学生走出负面消极的情绪，还需要通过体育与健康教学帮助受到欺凌的学生强健体魄，提升学生的自信与意志力。笔者在教学过程中曾经遇到过这样一位学生，这位女生的左腿先天性残疾，走路微跛，因此这位学生十分内向，总

是独来独往，每次到体育课时就请假，担心其他受到其他学生嘲笑，因此拒绝一切体育运动。笔者先与该学生进行了沟通，告知她体育运动的重要性，帮助她打开心结，再组织其他学生为她加油打气，让女体育委员陪这名女生跑了人生中的第一个100m、200m，每当这名女生取得了进步，笔者就会积极提出表扬。从此这名女生变得越来越自信，积极参与体育锻炼，每次上课笔者都看到她的进步，终于在她不懈的努力下，完成了女生800m长跑。这名女生通过挑战自己，提升自身能力，战胜了自己，也赢得了他人的敬佩，性格变得开朗活泼，拥有了更加光明的未来。

2. 游戏教学形成合作意识

初中阶段的学生生活活泼好动，体育课时容易注意力不集中，没有办法与学生、教师进行良好的互动，体育教师可以多组织集体性体育活动，学生互帮互助，为共同的目标去奋斗，可以增进学生之间的情谊，提升学生和睦相处团结共赢的意识。例如体育教师可以组织“两人三足”游戏，趣味十足的游戏可以吸引学生注意力，利用游戏互动，可以给欺凌者与受害者相处磨合的机会，学生之间相互合作，为共同目标努力，可以有效消除学生之间的矛盾和误会。让欺凌者学会帮助他人、关注他人以及尊重他人的良好品质。被欺凌者通过游戏也可以提升自信，与他人交往能力得到锻炼。在体育与健康教学中，游戏教学可有效帮助学生形成合作意识，学生之间相互包容、帮助，可有效降低校园欺凌事件发生概率。

3. 体育竞赛培养规则意识

体育这门学科实践性较强，并且包含大量的集体性项目，需要两人或者多人合作完成，并且体育运动中包含各种规则与制度，只有遵守规则与制度才能确保体育活动的顺利开展，如有违反，就会受到相应惩罚。学生通过参加体育运动，在潜移默化中规则意识就会得到提升，久而久之就会形成良好的道德行为规范。例如在足球比赛中不可以用手触碰足球、参加跳远比赛不可以踩线等，作为观看比赛的观众也要注意文明，不喝倒彩，不嘲笑不讽刺，尊重对手。通过参加和观看体育比赛，可以帮助学生养成“友谊第一，比赛第二”的意识，通过遵守比赛规则，可有效提升学生的规则意识，促进学生养成良好的道德行为习惯，进而帮助学生了解什么是什么是错，错误的事情做了就需要接受惩罚，如不可欺凌弱小等。

结语

总而言之，杜绝校园欺凌事件的发生，不是一件一蹴而就的事情，需要学校、教师、家长等多方共同努力。加强初中生体育与健康教学，提升学生身体素质，促进学生养成健全人格，提升学生团队意识、规则意识，帮助学生养成良好道德行为规范，构建良好和谐师生、同伴清晰，只有这样，才能有效减少甚至杜绝校园欺凌事件的发生。

参考文献

- [1] 任雅琴. 身体哲学视域下体育防控校园欺凌的研究[J]. 吉林体育学院学报, 2020, 36(05): 15-21.
- [2] 张国斌. 体育教学在校园欺凌治理与防范中的功能与新作为[J]. 文体用品与科技, 2020(02): 105-106.