

生命教育背景下青少年体育教学的实践研究

喻海龙

(江西省南昌市青云谱区青少年校外活动和资助中心, 江西 南昌 330000)

[摘要] 教师可以在推进体育教学的过程中, 尝试根据学生的基本学习情况, 和对于生命教育背景的把握, 对自己的教学策略进行创新, 使得体育教学能够同趣味学习进行联系, 并且能够通过创新教学模式的方式, 让学生能够在多样化的教学模式中, 感受体育教学的乐趣。同时, 教师还可以在该种教学模式中, 注重对学生身体素质的培养, 使得学生能够借助体育锻炼的过程, 实现身体素质的提高。本文围绕生命教育背景下青少年体育教学的实践研究展开论述, 希望对一线体育教师有所帮助。

[关键词] 青少年体育; 生命教育背景; 实践策略

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-6288.2021.08.831

前言

在开展体育教学的过程中, 教师可以尝试在教学的过程中, 根据体育教学的特点, 和对于生命教育背景的把握, 通过采用新型教学模式的方式, 增强体育教学的趣味性, 使得学生能够在多样化的教学模式, 感受体育锻炼的兴趣。同时, 教师也可以借助该种教学方式, 对学生的身体素质进行培养, 以增强每一位学生的体育训练效果。

一、应用音乐激发学生的体育训练热情

在开展体育课堂的过程中, 教师可以根据学生对于音乐的偏好, 通过收集相应种类音乐的形式, 完成对于音乐库的整理。在完成了对于音乐库的整理活动后, 教师可以在课堂教学的过程中, 根据体育训练的内容, 从音乐库中, 挑选出与体育教学内容相契合的音乐, 并且对其进行一定的应用。因此, 在音乐的辅助下, 教师可以在教学的过程中, 创设出良好的运动氛围, 让学生能够在良好的音乐氛围中, 更为投入地完成之后的体育锻炼任务, 这对于增强学生的身体素质, 有着重要的帮助, 该种教学方式也是符合生命教育背景的。

例如, 当学生需要进行体育训练前的热身活动时, 教师可以根据热身活动的特点, 选择节奏较轻快的音乐, 使得学生能够在热身活动的过程中, 能够跟着音乐的律动, 推进热身活动。因而, 教师在体育教学的过程中, 可以借助音乐的形式, 丰富学生的体育训练体验, 能够帮助学生在相应的教学模式中, 实现身体素质的提高。当学生需要进行高抬腿训练的时候, 由于该种体育训练具有一定的节奏性, 对于学生来说, 他们并不能够准确地跟着节奏, 完成相应的体育训练任务。为了帮助学生在相应的教学模式中, 更好跟上体育训练的进度, 并且能够增强学生对于体育趣味性的感知, 教师可以选择一些节奏感较强的音乐进行辅助, 使得学生能够在音乐的辅助下, 更好地推动体育训练的进程。同时, 节奏感较强的音乐, 使得学生能够在高抬腿训练的过程中, 能够跟上教学的节奏。同时, 该种教学方式还能够有效激发学生的斗志, 使得学生能够在体育训练的过程中, 能够跟着音乐的节奏, 实现对于体育训练内容的把握, 这对于进一步地提高学生的身体素质有着重要的帮助; 当学生需要进行体育竞赛活动的时候, 教师可以根据

学生对于音乐的偏好, 从音乐库中选择一些合适的音乐进行播放。如, 教师可以选择性地播放一些让人热血沸腾的音乐, 让学生能够在听到这些音乐的时候, 能够跟着音乐的律动, 实现参与热情的激发。同时, 学生也能够在这一过程中, 表现出更加亢奋的精神状态。而教师可以在教学的过程中, 应用音乐的氛围中, 能够对学生的运动潜能进行一定程度地激发, 这对于提高体育运动的效果, 和提高学生的身体素质有着重要的帮助。当学生完成了相应的体育训练任务之后, 他们需要对自己身心进行放松。而在这时, 教师仍然可以根据学生的需求, 选择性地播放一些较为舒缓的音乐, 让学生能够在听到这些音乐的时候, 能够放松自己的心态。由此可见, 教师可以借助舒缓的音乐, 使得学生的身心能够得到一定的放松, 这对于学生的体能恢复, 和提高学生的身体素质来说也有较大的帮助。

二、对体育训练内容进行丰富

学生在体育训练的过程中, 并不能够感受到体育训练的过程, 给自己带来的乐趣, 因而他们很容易便会在枯燥的训练方式中, 迷失了学习体育的方向。同时, 在实际的体育教学过程中, 我们能够明显地意识到, 随着时间的推移, 学生的对于体育运动的兴趣也越来越不足, 因而他们不能够积极主动地将自己, 投身于体育训练的过程中。因此, 教师并不能够在该种教学模式中, 提高学生的体育训练, 和增强学生的体质。这时, 教师便可以再次尝试对体育训练的方式, 进行创新, 可以根据自己对于生命教育背景的把握, 通过应用一些趣味性活动, 丰富体育训练的内容, 促使学生能够在相应的教学模式中, 感受体育训练的过程, 使得学生能够在相应的教学模式中, 能够持久性地开展体育运动。为了有效解决这个问题, 教师在开展教学任务的过程中, 可以根据自己对于体育训练特点, 和学生基本学习情况的把握, 尝试性地在相应的教学模式中, 对自己的体育教学的内容, 进行一定的丰富, 使得体育教学的内容更为丰富。因此, 在该种教学模式中, 每一位学生都能够感受体育训练的趣味性, 而教师可以借助该种教学方式, 对学生的身体素质进行提高。同时, 在该种教学模式下, 学生能够愿意跟随教师的教学进度, 并且能够以更为高昂的状态, 完成相应的训练任务。因此, 教师可以借助该种教学方式, 渗透生命教育

内容使得学生能够享受趣味体育训练的过程，这对于提高学生的运动效果，和提高学生的身体素质有着较大的帮助。

例如，教师可以根据自己对于生命教育背景的把握，先让学生完成一些较为常规的训练任务，例如教师可以以慢跑教学、步伐应用等形式跑步形式，使得学生的体能能够得到一定的培养，帮助学生能够以更为良好的体能，完成之后的体育训练任务，这对于提高学生的身体素质，有着重要的帮助。同时，在实际教学的过程中，为了促使学生能够在相应的教学模式中，更为享受体育训练的过程，教师可以以多样化的方式，开展趣味体育训练，使得学生能够享受体育训练的过程，帮助学生不仅能够借助多样化的体育训练形式，实现体能能力的提高，还能够帮助学生掌握运动技巧，让他们能够享受体育训练的过程。如，在实际的教学过程中，教师可以以两人三足、摸石过河等游戏形式，推进教学任务，使得学生能够在相应的体育训练的过程中，不仅能够达到体育运动的效果，还能够激发学生对于体育训练的热情，这对于提升学生的身体素质，有着重要的帮助。如，教师在推进体育训练的过程中，还可以以三步跳等形式，对趣味体育的教学形式进行丰富，使得学生能够从更多的维度，感受体育训练的乐趣，以增强学生体育训练的效果，这对于提高学生的身体素质，有着重要的意义。同时，学生在开展这些趣味活动的过程中，往往是以良好的心态，完成相应的训练任务，而并不需要在参与趣味活动的过程中，消耗过多的体力。因此，学生能够激发自己对于体育活动的兴趣，并且能够在体育训练的过程中，以更为多元的训练方式，实现对于体育训练内容的把握。因此，教师可以借助该种教学方式，丰富学生的体育运动体验，这对于增强学生的身体素质，有着不言而喻的重要性。

三、以竞赛的方式推动体育训练的过程

为了进一步地激发学生的学习热情，教师可以尝试在趣味体育教学的过程中，对生命教育进行渗透，应用竞赛的方式，推进教学任务，使得学生能够在竞赛的氛围当中，通过同其他学生的合作，和同对手的竞争，激发自己的好胜心。因此，借助该种教学方式，教师可以丰富体育教学的形式，并且促使每一位学生都可以在良好的竞赛氛围中，充分地发挥自己的实力。当然，在这一过程中，学生也能够在发现问题，解决问题的过程中，感受趣味体育学习的乐趣。而教师可以借助该种教学方式，对学生的体育训练进行一定地指导，这对于增强学生的体育训练成效，和实现学生身体素质的提高有一定的帮助。

教师在推进体育教学的过程中，可以根据自己对于生命教育背景的把握。选择不同主题的竞赛内容，使得每一位学生都有机会参与其中，使得全班学生的身体素质，都可以得到一定地加强。例如，教师可以选择以“跑步”作为主题的竞赛活动，使得擅长长跑和短跑的学生，能够在参与竞赛活动的过程

中，发挥自己的优势。而教师可以借助该种教学方式，实现每一位学生身体素质的提高；教师可以选择以“力量”作为主题的竞赛活动，使得擅长投掷铅球的学生能够在参与活动的过程中，尽情地挥洒自己的汗水，这对于增强学生的竞赛体验有一定的帮助。当然，体育比赛往往有胜有负，而学生在面对比赛结果时，往往会出现一些心态问题。因此，在实际的教学过程中，教师可以根据实际情况，采用合适的策略，对学生的心态进行调整，促使每一位学生都可以以良好的心态，应用自己在比赛中的失利，或者表现出优异的方面，这对于帮助学生以良好的心态开展后续的体育锻炼活动有一定的帮助，也能够帮助学生进一步地提高身体素质。例如，在实际的教学过程中，教师可以鼓励获得胜利的学生，就学生在比赛中的优异表现，进行具体地表扬，使得每一位学生都可以感受到教师对于自己的重视，促使他们能够在教师的鼓励下，在之后的锻炼过程中充满斗志，促使他们能够再接再厉，取得良好的训练成效，因此，这对于进一步地增强学生的身体素质，有着重要的帮助。而对于在比赛中失利的学生来说，教师可以辅助他们通过回顾比赛过程的方式，促使他们能够在回忆的过程中，总结自己的失败的经验，因而这将帮助他们在之后的体育训练的过程中，更加努力地改进这些缺点。因此，教师可以借助该种教学方式，使得学生能够之后的体育训练中，能够以更为良好的心态，对相应的任务进行完成。因此，该种教学方式能够促使学生下一次的体育竞赛中，取得更为良好的成绩，这对于提高学生的身体素质，也有一定地帮助。由此可见，竞赛的形式能够有助于学生身体素质的提高和生命教育的渗透。

总结

总而言之，教师在开展体育教学活动的过程中，可以通过应用音乐的方式，对体育教学的氛围进行改善，使得学生能够在音乐的氛围中，随着音乐的律动，更好地放松自己的身心，为学生开展后续的锻炼做好相应的准备；可以通过丰富体育训练教学的内容的方式，使得体育训练的方式更为多元化，因而能够促使学生在多样化的训练模式中，实现身体素质的提高；可以以竞赛的方式推进体育训练的进程，使得学生的身体素质能够得到进一步地加强。

参考文献

- [1]陈秀平.生命教育理念下高校体育教学的行动研究——以厦门理工学院教学实验为例[J].2021(2012-2):114-117.
- [2]邓长志.新冠肺炎疫情下小学体育教学中生命教育的实践研究[J].亚太教育,2021(12):2.
- [3]吴琼军.浅谈如何在体育教学实践中渗透生命教育[J].当代体育科技,2019,009(015):85,87.
- [4]孙春新.生命教育理念下初中体育学科教学分析[C]//2020年第一期华中教师教育论坛资料汇编,2020.