

体育教育推进教育建设研究

前言

随着现代教育的发展,教育形式不断完善、教育理念不断更新。体育教育作为学校教育的重要内容,对学生的身心健康的塑造起着非常重要的影响作用。体育教育不仅可以增强学生的身体素质、教授给他们科学锻炼身体的知识,也可以培养他们的意志品质。在当前教育发展的新动能条件下,不断完善体育教育的教育措施、教育理念,才能更好地推进教育建设的发展。

关键词

体育教育;教育措施;推进;教育建设

教育建设的发展,是教育学意义上的体育与人的发展,与人类的发展以及社会可持续发展紧密相关,站在教育学立场上开展体育活动,是一个以人为核心的大体育观,这种观念适应新世纪人文关怀的教育潮流,是学校教育的整体目标。学校体育教学要以这种认识高度和责任担当,充分发挥体育促进学生全面成长的特殊作用。近年来,素质教育在我国学校教育中广为提倡。各科教学根据课程内容,一定程度上都渗透着素质教育。相对而言,体育教育并未引起足够的重视。现今依然存在着一些问题,因此,本文将这些问题作为主要关注点展开研究,提出解决问题的路径与建议,一方面能更好地发挥促进学生全面成长,另一方面通过体育教育培养出大量的高素质人才,有利于推进我国教育建设的发展。

1 体育教育在素质教育中存在的问题

1.1 体育教育地位及影响

中国有着源远流长的教育传统,上古六艺礼、乐、射、御、书、数。“射”与“御”都着眼于君子的体育教育。而近代,受到我国传统应试教育的影响,体育教育被多数学校所忽视。不少学校不重视体育课程的开展。一周一到两节体育课较为多见,给体育教育改革带来了较大的阻碍。导致体育教学中自由散漫教学现状较为常见。近年中考体育分数虽纳入总成绩,但是小升初、高考仍然没有体育分,这就让小学,特别是高中的体育课被挤占。

体育教学基础设施有待完善,基础设施不完善是目前

体育教学中普遍存在的问题。虽然素质教育背景下体育教学的地位得到了显著提升。但是体育教学基础设施在实际建造中还是被忽视。不完善的基础设施、较小的运动场地直接影响了体育课的有序开展,进而降低了学生参与体育课程学习的积极性。

体育师资力量不足是普遍存在的问题。不少体育教师将体育教学定义为引导学生熟悉简单的体育项目。学校建设的激励机制不全面,教师缺乏进修机会,积极性受到限制,也降低了教学效率。

1.2 体育教学模式及现状

教学模式的陈旧也影响体育教学的质量和水平,学生每天面对传统的内容,学习的兴趣难以提升。体育教育内容不能真正地落实,学生的学习自主性难以体现出来。同时,大部分学校把工作重点放在升学率上,不重视体育这一门学科,不能真正地将教育的能力和动力展示在体育的课程之中。体育教师也是高素质的体育专业人才。但是,在当前的教育形势中,由于长时间对体育课程的不重视,导致体育教师对自己的事业产生了职业倦怠,不能积极投身教学研究和创新上,最终导致教学模式的陈旧。很多的体育教师甚至有时候让学生们在体育的课堂上自由活动,不能合理地安排学生的学习时间和运动项目。

学生的学习积极性是受教师的影响的,教师的教学积极性也会影响学生对体育课程的兴趣,长此以往,学生们的的发展也受到了严重的阻碍,导致体育教育的教学效果差。

1.3 心理健康教育与体育教育相结合的因素

近些年随着社会经济的快速发展，人们的生活和工作压力逐渐增大，学生们在家庭中缺少关心，家长的看管和教育存在缺失。在这一背景下，对学校教育工作也提出了新的要求，体育教育作为学校教学中重要的内容之一，也要逐渐对心理健康教育环节重视起来。但体育教育在实际工作中将提升学生身体素质作为了主要目的，却忽视了学生心理健康发展，从而造成了学生的心理问题得不到及时地发现和解决。

1.4 家庭体育教育对体育教育发展的影响

家庭体育教育对学生体育教育带来了新的机遇和挑战。经调查，我国普通家庭中参与体育运动的寥寥无几。其主要

原因在于：第一，父母对体育教育的认识不到位。第二，对体育不够重视，认为体育教育只是在学校教育，部分家长学生认为已经在学校上过体育课了，在家就没有必要再做体育运动。第三，父母认为花出时间去体育运动是在浪费学习精力。其实家长每天花半个小时和孩子一起在散步，也是一种体育运动，并可以在散步的过程中和孩子进行沟通，随时了解孩子的健康成长情况。

针对家庭体育活动的严重不足，家长反而对体育运动对学生的健康成长确有很高的认识，表1是家长对体育运动对孩子健康发展的调查表。

表1 体育运动对孩子健康发展的调查表

对身体健康发育有益	对智力开发有益	对学生的意志品质形成有益	对心理健康有帮助	提升专注力	帮助养成良好的生活习惯	提升社交能力
100%	78%	85%	63%	80%	56%	82%

由表1可知家长是非常认可体育对学生有益的影响，却又在家庭体育教育上显示出如此之大反差。家庭体育教育的缺失已经严重影响到体育教育发展的成效。

2 体育教育推进素质教育中采取的措施

2.1 提高体育教育地位及加大体育教育的影响力

当前，我国人均体育场地面积小，项目设施分布不均匀，场馆利用率偏低等问题，无疑都对青少年体育的发展增加了难度。体育场地设施大部分集中在学校，而学校除了在上課时间开放，大多数处于关闭状态；社会上许多体育场馆用来举行专业的比赛或商业比赛，开放率相对较低。建议各地政府加强体育场馆的建设，加大力度体育场馆的开放力度。

目前我国有些地区小学1~2年级每周4课时体育课，小学3~6年级和初中每周3课时体育课，高中每周2课时体育课，这些课时仅能满足最基础的体育教学，对学生的个性化体育特长培养还难以保障，以至于近些年城市超重和肥胖青少年的比例明显增加，运动时间过少等健康问题引发关注。2021年1月，北京市教委发布了全面加强和改进新时代学校体育工作的行动方案，推出《北京市加强中小学体育增强学生体质健康二十条措施》。措施提出，要求基础教育

阶段学校每天开设1节体育课，小学每周至少5节体育课，初中每周4~5节，高中每周3~5节，进一步增加学生课外体育活动时间，要确保学生每天在校内外各参加1小时以上体育锻炼，增加的课时从地方课程和校本课程中统筹安排。增加体育课时，保证课外锻炼时间，明确要求不得以任何形式挤占体育课。学校每天要安排至少25分钟的大课间体育活动。没有体育课的当天要安排不少于45分钟的课外锻炼。学校“三点半”课后服务要更多地用于学生自主开展体育活动，确保学生每天在校内外各参加1小时以上体育锻炼。建议从政策入手加大体育课时的数量，在增加课时数量的同时，还要有对监管学校体育课时的手段。学校要培养学生每天坚持体育锻炼的习惯。在日常教学中可制定科学健全的教学质量水平评估机制，制订教师人才培养方案，进一步提高体育教师的专业技能。

2.2 解决教学模式制约体育教育发展所采取的措施

在现代的体育教学中，虽然展示了教育新动力，更好地发挥了教育的形式和教育的内容，但体育教师在体育教育的发展中，没有真正地意识在教育中最关键的核心是“参与”，“参与”可以激发学生的课堂积极性，促进学生全面协调发展，切实地帮助学生养成良好的自律能力，为学生们的体育

核心素养的发展带来更多的机会。针对学校的体育教学的现状,教师们一定要把握教育的时机和机会,真正在学生的教育形成过程中带来新的动能。

一是要更新教学理念,改变传统教学课堂。体育教师要融合当前的教育新模式以及新时代的新要求,不断地武装自己的头脑,形成学习的丰富内涵,在体育学习中,形成教育的新模式。在教育中形成教育的新局面,真正考虑教育的成果,通过自主的钻研和新时代教育形式的丰富,为学生们呈现更加丰富的课堂教学形式。

二是要丰富教学形式,更好地形成兴趣的发展理念。为学生们的兴趣发展和进步提供更多的可能性。因此,在当前的体育教学中,教师要不断地丰富自身的教学形式,切实地增强体育的教学形式,提升学生的学习积极性和参与性。为学生们的体育学习建立基础。

三是要不断完善课程体系。提升学生学习动力完善课程体系,建立深厚的学习兴趣,为学生们的学习能力和学习的素养提升提供更有效的平台。在课程的体系性建设方面,教师要下足功夫,在创新体育教学形式的时候,不能单一针对某一节课,或者是某项运动进行简单的设计,而是要针对学生们的学习状况和学习的目标进行教育,为学生们的学习动力和学习智力的开发提供更多的可能性。根据学生的学习状况和接受程度进行因材施教的教育,真正地为学生们的发展提供更多的动力,让学生们愿意参与到体育课程中来。

3 学校体育与心理健康教育结合的实施措施

在体育教学工作中,为培养学生的团队意识,教师可以积极设置一些集体活动。教师在对体育教学方法进行创新时,应详细了解学生的实际表现情况和运动优势,并对教学内容进行合理设计。将心理健康教育内容渗透到体育课堂教学中,在促进学生体育素质提升的同时实现对其心理健康成长的引导。

在体育教学中,教师可以借助情境感染法,用语言和音乐进行某种情感色彩故事情境的创设。一些情绪化的学生在这种教学情境中情绪可以很快被调动起来,并且集体之间的情绪会相互感染,从而引导学生形成健康的细腻素质。

处于学校阶段的学生保持着好玩的天性,对游戏很感兴趣。在体育活动中,体育比赛具有很强的竞争性,采用游戏竞赛法,可以有助于锻炼学生的团队合作能力和竞争意识。在一个团体中,学生要学会遵守规则,并感受集体荣誉感,从而让学生在今后的学习生活中或者步入社会以后有更强的

心理适应能力。

在学校体育教学中,评价激励法可以作为教师规范课堂的有效手段。教师在实际体育教学中,可借助颁布小奖品、欣赏动作等计划评价策略,对学生的情绪、情感、意志、个性等非智力因素进行培养。鼓励可以帮助学生提起对学习的兴趣,并逐渐建立起信心。

在学校体育课堂上,针对一些意外情况,教师特可以借助规则法规范课堂,可以对游戏规则进行适当的修改。通过影响学生的心理活动来促进学生认知、情感、意志、行为习惯等心理素质的培养和提升。学生学习的动力主要来源于自身的兴趣,而许多教师也在教师实践中逐渐找到了激发学生兴趣的方式。

在中小学体育教育工作中,通过在课堂教学中引入心理健康教育,可以有效落实心理健康教育在中小学阶段教学中的传播,并显著提升中小学生的心理健康水平。通过培养学生的学习习惯,辅导学生掌握合适的学习方式,在教学中促进了学生身心的共同进步,从而在根本上提升中小学体育教学水平。

4 家庭体育教育对体育教育发展的影响采取的措施,发挥家庭引导作用

父母是孩子人生的第一任老师,他们的一言一行可能会对孩子的人生观、价值观、世界观和行为方式产生潜移默化的影响。学生还未完全独立,尤其是在生活上依赖父母的供给。他们的运动方式也必然受到家庭的影响。因此,必须充分发挥家庭的引导和教育作用,再加上学校体育教育相配合,才能培养学生形成正确的体育价值观和体育发展观。正因为如此,家长更应该自觉抵制不良生活习惯行为。在家庭体育活动过程中,科学合理规划家庭的体育活动,自觉树立热爱运动科学运动的体育观念。

通过研究,从各个环节摸索了体育教育发展的有效方法。树立健康第一的教育理念,体育的主要作用是增强体质、保持健康、培养各种运动技能,人们通过各种身体练习来增强行走站、爬跑、跳投等基本活动技能的训练,提高的各种生理机能。逐渐完善大脑结构以及促进心理功能的发展。体育教育充分体现并承载“育人”这一教育的根本属性,体育教育不仅仅是提高学生的身体素质、体育思维、体育习惯的培养,体育要站在教育学、生命教育、素质教育的高度发展。体育不仅能影响人的身体,而且影响人的社会心理属性,促进身心的健康发展,体育对人的性格、气质、能力等心理都

有直接的影响。素质教育是以提高学生各方面素质为目标的教育模式,素质教育重视人的思想道德、能力培养、个性发展、身体健康、和心理健康。体育运动对人的想象力、创造

力、心理健康、精神面貌都有调节作用,所以体育教育对推动学生素质教育发展有着不可替代的作用。

文 / 王爱霞 (河南省漯河食品职业学院, 河南漯河 462000)

作者简介：王爱霞，女，河南漯河人，河南省漯河食品职业学院讲师，研究方向：体育教育。

参考文献:

- [1] 薛鹏成. 关于体育教育对学生的全面发展的作用的探索 [J]. 湘潮, 2012 (6): 141
- [2] 徐彬. 推进体教融合发展 [N]. 中国体育报, 2019-12-27 (003).
- [3] 庄国荣. 小学体育教学渗透学生心理健康教育的策略探析 [J]. 华夏教师, 2019 (15).
- [4] 王大兴. 学校体育如何贯彻素质教育 [J]. 甘肃教育, 2011 (6).
- [5] 程俊. 高中体育专项化改革的实践与应用 [J]. 当代体育科技, 2015, 5 (33): 112, 114.

(上接 85 页)

参考文献:

- [1] 韩改玲, 朱春山, 孙有平, 等. 运动训练学课程思政元素及其融入课堂教学的实践探索 [J]. 体育学刊, 2022, 29(1): 7.
- [2] 王涿. 拓展训练在大学体育课程思政中的应用 [J]. 灌篮, 2020(12): 2.
- [3] 梁荣相. “课程思政”视域下高校体育课程与思政教育协同育人路径研究 [J]. 现代商贸工业, 2020, 41(18): 2.
- [4] 黄强, 盖东鹏. “大思政”视域下体育课程协同育人的路径探究 [J]. 文体用品与科技, 2018(22): 2.
- [5] 苏转平. 拓展训练在大学体育课程思政中的应用 [J]. 体育研究与教育, 2020, 35(5): 6.
- [6] 黄景许. 新形势下“课程思政”理念融入大学体育篮球课程路径的探究 [J]. 文体用品与科技, 2020(16): 2.