

# “立德树人”视域下中小学体育课堂的构建及优化路径——以安岳实验中学为例

## 前言

对于中小學生来说，体育课堂教学属于渗透和落实德育教育的重要途径，但当前的中小学体育课堂教学中存在着教学内容单一刻板、教学方式有待创新、忽视对学生心理素养的培养、师资不足、教学效果无法保证等问题，不仅影响了体育课堂教学质量的提升，同时也难以实现“立德树人”的教育目标。本文研究从“立德树人”的视角出发，对中小学体育课堂教学现状进行调查，探讨其对安岳实验中学体育课堂教学产生的影响，并提出在新课改背景下体育课堂教学的创新策略，旨在为促进中小学校体育课堂教学的发展提供参考。

## 关键词

体育课堂；德育教育中小學生；优化路径

## 1 研究对象与方法

### 1.1 研究对象

本文主要以安岳实验中学的學生为研究对象，随机抽取300名學生，其中男生178名，女生122名作为研究对象。

### 1.2 研究方法

#### 1.2.1 文献资料法

利用图书馆、互联网等资源查阅了中小学体育教学领域应用的书籍和文章，并对每篇文章的观点进行筛选、综述，选取对本文研究有参考价值和借鉴意义的内容进行归纳整理，为本文写作新思路提供参考。

#### 1.2.2 座谈会

召集实验中学体育组的实践课教师27名，就体育课堂的设计思路、教学内容、教学组织、教学实施等环节进行深入座谈，统一思想、统一认识，提高体育课堂教学质量。

#### 1.2.3 实地考察法

为了更好地了解安岳实验中学体育课堂教学现状，进行实地考察，在课上认真观察，发现问题并记录，最后整理统计。

#### 1.2.4 数理统计法

本研究需要对300名學生的立定跳远、坐位体前屈、跳绳等项目进行测试，并对测试的最终成绩进行统计分析，

所有数据均通过Excel软件统计。

## 2 中小学体育课堂存在的问题

现阶段，体育课堂教学受到应试教育的限制和教师教学模式的限制导致一系列问题的出现，主要表现为以下几个方面：

### 2.1 教学内容单一刻板

目前大部分的中小学体育课堂教学中，多数教师将反复、单调、重复练习作为主要的教学方式，导致學生对体育课堂有着一定的抵触情绪。反复单调的训练，让學生感到训练内容枯燥乏味，不能有效调动學生在体育课堂上的学习积极性。老师在教学过程中也没有能充分认识到學生的主体地位，使得學生在训练过程中处于被动地位，因而學生不能很好地感受体育课堂带来的快乐，难以发挥出自身的实力，对于培養學生的课堂学习热情也产生了不利的影响。

### 2.2 教学方式有待创新

目前我国大部分中小学在体育课堂教学中，仍然采用传统的教学方式，先由教师传授基本技能，學生在认识和理解的基础上进行课堂教学训练。这样的教学虽然可以达到一定的教学效果，但很难有大的突破。此外，在新课程改革的背景下，对教育工作者也提出了更高的要求，让教师不仅在

课堂上密切关注学生的学习情况以及对理论知识的理解与掌握,而且在此基础上要求教师研究多种教学方式、创新训练方法、改变传统教学理念,这样才能使体育课堂适应时代潮流的发展<sup>[1]</sup>。教师还需要根据学生的学习情况进行教学方式的调整,让学生在体育课堂中感受到训练的多样性和创新性,进而用更加科学的教学方式为学生创造良好的体育课堂氛围。

### 2.3 忽视了对学生心理素质的培养

目前我国中小学生普遍存在心理素质较差的问题。随着时代发展,当代学生在学习和生活中面临的压力越来越大,学生之间的社会关系也日益复杂,这就要求学生要具有良好的心理素质,才能有效保证学生的健康成长。体育课堂训练的项目较多、训练强度大,且训练也较为辛苦。通过长期的体能训练,学生可以培养自己的意志力,若在长期训练后到达瓶颈期,成绩不能有所提高,学生则会产生自我怀疑,容易降低体育课堂学习的积极性,这样就很难提高学生的运动能力及成绩,严重者将会影响学生的心理健康,对体育课堂产生厌恶的心理。

### 2.4 师资不足,教学效果无法保证

由于大部分中小学的体育专业教师数量较少,甚至没有专业的体育教师,体育课堂教学的有效性无法提高。多数学校的体育教师是其他学科的教师,专业不对口影响了教师对体育训练项目、训练战术以及训练技巧等的理解,在一定程度上影响了训练的科学性。在体育课堂教学中,教师往往以自我为中心,忽视了学生的主体地位和学生的整体学习效果,也忽视了因材施教、科学个性化的指导;教师与学生沟通较少,也挫伤了学生参与学习的积极性,进而影响训练的最终效果。

## 3 安岳实验中学体育课堂教学的优化路径

### 3.1 全面培训及提升体育教师的综合素养,为渗透德育打下基础

安岳实验中学在体育课堂教学过程中为了更好地渗透德育教育,首先做的就是全面培养和提升教师的综合道德素养及职业修养。一名体育教师应具备传道授业解惑的职责和义务、专业的体育运动知识和敬业精神、创新能力等。在体育课堂的教学中,安岳实验中学的老师具备了:高素质的道德修养、专业的理论知识和实践技能、高水平的教学能力、朴实的教学作风及全面的体育素养<sup>[2]</sup>,只有这样才能更好地开展实验中学的体育教育教学工作。安岳实验中学在开展体

育课堂教学之前,要求体育教师以身作则、言行一致,为学生在体育学习中打下坚实的基础,树立良好的道德楷模。

安岳实验中学的体育课堂教学多以田径项目为主。田径项目在训练中较为枯燥、乏味且单调,但教师会把单调、乏味的田径项目以创新性的形式呈现出来,让学生们不再感到厌烦。在此基础上,教师们还重视学生素质训练方面的培养。要想素质训练成绩有所提高,就要使学生具备相应的毅力和耐力,这就要求教师在体育课堂教学中更好地渗透德育教育。例如:教师在讲解动作技术时要亲自示范动作,从而让学生更好地理解动作,最大程度上发挥体育教师的榜样作用,以便教师在体育课堂教学中更好地渗透德育教育。

### 3.2 充分发挥体育运动的特点,强化中学生积极健康心理素质以及坚强意志力

在体育课堂教学中,体育教师应紧紧围绕体育课程的教学特点,通过各种强度、负荷的练习,更好地培养学生坚强的意志力和不怕艰苦、勇于奋斗的精神,让学生在训练中能积极地面对、不害怕挫折及困难,即使在挫折和困难面前,也能迅速地调解自己的心态,强化自己的心理素质,更好地激发学生对体育课的参与热情。

体育课堂训练除了考试项目外,体育教师还可以通过的“游戏”的方式,如《平衡凳游戏》《运球围握》等,培养学生的团队协作能力以及集体荣誉感,激发学生的自主意识和创造性,提高学生训练的兴趣,养成文明、健康、积极的体育精神。另外,体育教师还可以开展“比一比,谁最好”的活动,让学生不断挑战自己、突破自己,认识到自己的长处,更好地发挥自己的优势,促使学生在体育训练中不断自我挑战、自我提升,培养学生积极向上的体育精神和体育意识。

### 3.3 在体育运动中发挥榜样精神,强化学生的道德品质及体育精神

体育课堂的教学过程主要是以发展和培养学生身体素质、心理素质为主要内容的教学过程,这就要求体育教师在课堂教学过程中深入到体育教材中去,将教材蕴含的理论思想转化为实践性的运动教育,并借助该校何宇鸿、荆涛等运动员的优秀事迹,更好地给予学生精神激励,将德育教育落在实处。例如:在进行“4×100接力跑”的体育运动教学时,通过竞争的方式进行公平的优胜劣汰,促使学生在体育学习中感到危机和压力,有利于激发学生积极勇敢、不断挑战的精神,努力提升自己的能力。教师开展这一教学活动除了培养学生的团队合作能力、集体主义精神,还需要培养学生不怕艰苦、不畏困难、勇往直前的体育精神。通过实践性的体

育运动训练,促进学生身体素质、心理素质、思想道德水平以及正确体育意识等素质的提高,全面落实和渗透体育教学中的德育教育,更好地培养全面发展的综合性人才,最终达到教育的目的。

### 3.4 基于新课改基础上改革和创新体育运动的教学内容

在体育课堂教学中,教学内容的选择是贯穿于整个教学过程的起始点。对于以往体育教学中存在的教学内容单调和刻板等问题,教师在选择和安排教学内容的过程中应根据学生的个性发展,尽最大可能满足学生的学习兴趣和需求。在新课改的要求下,制定适合学生的体育教学目标,如重视学生德育素养的培养等选择和优化教学内容,以此更好地强化学生的德育品质。例如:在进行游戏的教学过程中,教师可以采用竞技、游戏的方式创新教学方法,让学生在轻松、快乐的环境中参与学习,转变以往单调和刻板的教学内容,既活跃了体育课堂氛围、增加了趣味性,又缓解了学生在学习中的压力,这样既可以保持学生对体育课的新鲜感和兴趣,

又能更好地达到课堂教学的有效性,促使学生在趣味性的体育课堂教学中养成良好的体育锻炼习惯、培养正确积极的终身体育精神,塑造积极健康的人格,使学生的综合素质得到更好的发展及自我提升。

## 4 结语

在立德树人视域下,教师在开展中小学体育教学中应转变传统的教学理念和教学模式,重视体育课堂教学中德育教育的渗透。通过实施全面培训及提升体育教师的综合素养、强化学生积极健康的心理素质及坚强意志力的培养、强化学生的道德品质以及体育素养提升以及基于新课改的基础上改革和创新体育运动的教学内容等多元化的德育教育渗透措施,更好地提升学生的身体素质、心理素质、思想道德水平和团队合作能力,培养不畏艰苦、勇于奋斗的体育精神,为学生全面素质及道德品质的培养打下基础。

文/李晓宇 (西华师范大学体育学院,四川南充 637000)

作者简介:李晓宇,女,四川资阳人,西华师范大学体育学院硕士研究生,研究方向:运动训练。

参考文献:

- [1] 白星良,牛同训.职业教育教师教学创新团队建设研究[J].高等职业教育探索,2020,19(03):45-50.
- [2] 刘丽,高斌,胡浩.“健康第一”理念下高职高专院校公共体育课的教学改革[J].当代体育科技,2019,9(03):5-6.