

# 立德树人视野下高中体育教学策略研究

于 里

(青岛市城阳区第三高级中学, 山东 青岛 266300)

**摘要:** 德育教育是我国推行全面素质教育的重要内容之一,也是各个教学阶段和学科间的共同教学目标。高中教学阶段,德育教育更是十分重要。体育教师要将立德树人的教学理念融合到课堂教学中去。高中阶段是学生思想意识养成的关键时期,科学的德育教育能够对学生产生不可磨灭的影响。高中体育教学也是实施德育教育的重要渠道之一,教师要在实践教学过程中融合德育教育。从而有效推动学生全面健康发展,使得体育教学更好更快发展。

**关键词:** 立德树人; 高中体育; 教学策略

很多教师受应试教育的影响,教学理念比较陈旧,大多认为教学任务就是提升学生的身体素质,帮助学生掌握一定的运动技巧。因此,大部分的体育教师都会采用大量训练的形式拓展教学的内容。但是这种教学理念不能渗透立德树人教育,无法发掘体育教学中的德育元素,不利于学生道德素养的培养。因此,体育教师要及时转变自身的教学理念和模式,加强体育教学中立德树人理念的融合,从而制定出合理的教学策略,实现高中体育培养学生道德素养的教学目的。

## 一、立德树人的内涵

立德树人中的立德。需要教师在培养的整个过程中遵循品德为先,采用社会主义正面教育思想来引领人、感化人、激励人。在德育与浙江树人学院中的树人,就是需要教师在培养的整个过程中遵循以身作则,重视学生的社会主体地位,采用科学正确的教育方法来培养人、改善人、发展人。立德树人就需要教师充分认识到社会主义核心价值观体系对学生在思想政治理论教学和德育工作中产生的巨大作用与意义。第一,立德树人是培养的根本,推动社会主义的发展。在学生中,就是要塑造和培育青年学生良好的个性和健康快乐的身心,让他们具备在一生学习和流程中所必需的基本知识与技能。第二,立德树人要切实推进社会主义核心价值观进课程、进班级、进学生的心中。充分肯定学校对培育学生和践行社会主义核心价值观的重要性。积极地发挥学校课堂的资源优势,全面推进课堂新理念。第三,立德树人要积极地创建培育和践行社会主义核心价值观的学校社会人文环境,积极地发挥校园文化的导向作用功能,逐步构建社会主义核心价值观的学校校园文化。

## 二、高中体育教学中存在的问题

### (一) 传统落后的体育教学方式

就中国传统的中学体育课堂而言,老师们大多采取了传统落后的教学方式。老师的辛苦的课堂,学生在台下听课是传统体育教师课堂中的常规,严重忽略了学生的主动性。不能给同学充分的自主发展的时间,再加上课堂方法简单单调,内容枯燥无味,无法提高体育课堂对学生的吸引力,使得整个运动课堂品质和效果都无法提高。

此外,许多的体育老师自身对教学的态度不够严肃,表现为在日常的运动教学当中只能是单纯地给学生灌输运动基本知识及技巧,在大多数的时候让他们进行自主运动,很明显,由于体育老师自身的责任心及使命感不高,忽略对学生的个性的培育,更无法发掘出他们运动领域的特点,长此以往,学生对运动教学形成一种厌烦心态,

### (二) 学生缺乏对体育课的重视

受到中国长期以来的应试教育模式的影响之下,不论是老师,学生或是家长。都更多地注重于学生的成绩,而家长和老师的思维方式对学生的负面影响也是很大的,因此不少中国高中学生都将成功通过中考当作了自己努力学习的目标,把大量的时间都用来语、数、外等中国传统文化教育课程的教学上,并没有运动的意愿,甚至觉得运动是可有可无的。因为学生不能够在思想上意识到运动的巨大价值,往往是回避运动,而是更多的忙于学业。但是,长此以往,因为学校长时间没有运动。学生身体素质大幅的减少,经常会产生多种问题,最后也会危害学生的学习和生命。

### (三) 体育教学目标不明确

运动课堂教学任务不清楚是目前高中运动课堂教学所面临的主要困难,之所以产生这个困难是老师在教学进行前未作好足够的教育准备工作,在实际开展运动课堂教学时没有进行计划。使得运动课堂教学无法根据教学大纲需要开展,而这种运动的课程使得学生无法从运动中发现兴趣,也就没有了运动学习的积极性。此外,许多的体育教师自身的课程经验丰富,但在实践教育活动当中往往只是根据以往的课程进行指导教学,并没有能根据体育课改革的需要做好对其运动技能的培训。使得他们并不能很好的了解运动原理和方法,甚至容易在运动时产生肌肉拉伤的现象。另外,由于长久以来老师一直在数学课堂占据着权威地位,和学生间的交流和互动相对较少,师生关系也不够和谐。

## 三、立德树人视域下的高中体育教学与育人的教学策略

### (一) 树立榜样鼓励拼搏精神

建立示范,可以使他们体会到更多的是鼓励和奋斗奉献精神,当碰到困境时,借助示范的鼓励,也可以让他们更有积极性。在中学体育课程中,对学生会可以起到特别好的作用。比如:在高中女生排球课程中,因为她们力量较弱,或者对排球很难掌控运动方向和力量,使得他们对排球完全没有自信,又或者要放弃中学排球课程。老师便可在课堂上给他们讲郎平的事迹,通过建立示范,可以培养榜样不怕困难勇于奋斗的精神。虽然在以后教学中女生们对发球的方式与强度都无法有效掌控,可是有了榜样的鼓励并没有就此放弃,而且他们还具有了勇于奋斗和努力的精神,从而推动着立德树人思想在中国高中体育课程育人中得以更良性的开展。

### (二) 开展体育比赛,宣扬体育精神

体育精神是一个可贵的道德理念,对我们高中在体育课程中渗透立德树人思想,具有重要的意义。基于此,中学体育教师需要通过这一助力来引导孩子们进一步的认识体育道德、接受运动能力,进而实现在中学运动课程中灌输立德树人思想的教育目的。

本人作为一名高中体育教师在进行高中体育教学时,就会利用篮球比赛的形式来宣扬体育精神。体育精神包含的内容比较丰富、范围比较宽广。不论是坚持不懈精神、集体精神等等都属于体育精神的内容。对于在高中体育教学中渗透立德树人理念的有很大的帮助。只有通过相应的体育比赛,才能使孩子们从运动游戏中更加直观的感受这些体育精神、更加了解这些体育道德,从而实现了在中学的体育课程中灌输立德树人思想、促进高中学生养成良好道德品质的教育目的。例如:我们在开展中学体育运动课程后就会经常的开展一些篮球比赛以弘扬体育精神,其中包括着个人斗牛比赛和团体竞技比赛,对于获胜的个人和团体也会进行相应的奖励。有一次我开展了篮球比赛,让学生们自由组队来参加到比赛当中,在比赛之后有很多的学生都开始进行感想交流,在交流感想中很多的学生都说出了自己的看法,其中参与比赛的学生有的表示在比赛当中单凭自己的能力是无法获得胜利的,只有团队配合才能够将整体的力量发挥到最大,才能够赢得胜利。还有的学生表示在比赛中虽然自己很累,但是看到其他的队员都在为获取胜利而努力没有放弃,自己也就没有停下来。而是不断地跑位、不断地配合其他的队员。在交流感想过程中其余没有参加比赛的同学也感受到了体育比赛当中的集体精神和坚持不懈的精神等等,这样的方式对于培养学生体育精神以及正确的道德品质有着很大的帮助,有利于高中体育教学的有效开展以及高中生今后健康的成长和发展。

### (三) 提升学生坚强品质

在高中生的运动教学和活动中,难免面临着成功和挫折。对他们而言,培养他们的坚韧精神,对未来发展具有重大意义。在高中运动教学中,长跑活动对高中学生而言是运动教学的主要部分,而八百米甚至一公里长跑活动是提高他们坚韧精神和运动素质的主要途径。在长跑活动中,会有时间限定,许多学生都能够按照限定时间内走完,但对一些高中学生而言,出于个人因素,很可能在走到一点零五后就想要放弃。所以体育教师应该在他们长跑活动中,全程引导他们,永远不要放弃,一直坚持到最后。并进一步启发和指导他们,让学生能够一直坚持到最后的终点。在这种活动中不但可以让他们的身体素质受到磨炼,而且更加增强了他们永不抛弃的顽强精神。使他们在身体教学和生活上面面临困境之际,也能具备坚韧不拔的精神。

### (四) 加强师生交流,解决学生心理问题

立德树人理念不仅要树立学生的良好职业道德,更必须维护他们的身心健康,促使他们身心健康的成长。所以,学校体育教师也需要在教育中关注孩子们的身心问题,确保孩子们心理健康的发展。

本人在进行高中体育教学时就非常注重学生们的心理问题,然后我会通过加强师生交流的方式来了解学生们的心理情况,然后根据学生们的心理情况来制定出合理的教学策略,帮助高中生们更好地身心健康成长。例如:本人有一次在与学生们进行日常交流时,发现一个学生出现了一定的心理问题,这个学生在表达当中充满了对于自己的不自信,经过深度交流我才明白,这个学生的过于肥胖、身体素质不强,每次跑步训练都会在最后,他总是觉得别人在嘲笑自己,而且自己也非常的自卑。在明白了学生这个心理问题之后,我就开始对症下药。我将一些这个学生比较了解的明星作为例子,其中最正面的例子就是彭于晏。彭于晏现在的身

材非常的好而且也很帅气,这个男生也比较崇拜他。但是我给他看了彭于晏小时候的照片,彭于晏小时候非常的胖,但是经过他不懈的努力终于变成了现在这个样子,通过我的鼓励和引导,学生终于摆脱了自卑的心理,开始认真的训练。像这样的例子还有很多,在我执教的过程中我一直热衷于与学生们进行交流沟通、拉近师生之间的距离,解决了很多学生的心理问题,让更多的高中生有了更健康的心理。这样的教学表现说明了加强师生交流可以保障学生身心健康成长,达到了立德树人理念在高中体育教学中的渗透。

### (五) 以不同的组织方法为手段,以实现立德树人

课堂教学中,选用正确、合理的教学方法,是教师教学水平的集中体现,也是实现立德树人的最有效途径。我们应学会将孩子的心灵活动与肢体运动紧密结合一起,通过活动组织在教学中的各个环节,对他们开展立德树人教育。

因此,在高一级短跑技术课程中,我利用了‘播种与秋收’的游戏让学生在高兴完成短跑训练的同时得到启迪教学,从而实现了培育学生珍惜粮食,团结同伴、帮助同学的优秀品质这一目的。课一开始,我先组织学生们一起诵读古诗《锄禾》,边诵读边闭上眼睛想象诗中的情境,老师进行引导后让学生们略为讨论感想。然后我就进行营造氛围并指导他们体验‘播种’的感觉,采取分四队竞赛的多种形式进行‘播种’,评出哪队为优胜小队,并予以表彰激励,我又采取小组合作方法进行‘收割’活动。‘秋收’尾声我问同学:“播种收割累吗?”他们异口同声地答复:“好累啊!”这时我在激励他们谈感情。有的人说:“种田好艰辛,钱粮来之真不容易。”有的说:“我已经体会并理解了诗中所描绘的景象。”有的还说:“我现在懂得了种田是很辛苦的,今后再也不耗费口粮了。”这时我让学生评比‘秋收先进小队’和‘最勤奋学员’并予以嘉奖表彰。老师说:“为什么有的组没有评上先进?除了跑得慢外,还有别的因素吗?”这时学员说:“他们缺乏团结,协作得不怎么样。”我说:“老师讲得有道德。他们应该懂得互助、协作,这样的话可以事半功倍,以后能够为社会多作贡献。”今天我就介绍了几个农业技术方面的常识给他们听听。最后经过学校的实验,根据情况和我的老师适时的指导下,使孩子们明白了食物来之之困难。要爱惜食物,热爱劳动,崇尚勤劳,经常回来多帮家长干一点力所能及的家务等。由此看来,体育与健康教学中运用不同的组织教法是践行立德树人的有效措施。

### 四、结语

总之,在高中体育教学课程中,立德树人对高中生身心健康发展具有非常重要的作用。通过立德树人教育理念,不仅能增强学生学习体育的兴趣,还能进一步提高学生学习体育的积极性,并且有效缓解学生在学习和生活压力。将高中体育教学与德育结合起来,不断提高学生的价值观与人生观,鼓励学生在学习和生活中能够更好地发展,为实现高中体育教学育人打下坚实的基础。

### 参考文献:

- [1] 朱代勇.扬州市高级中学体育教学中“立德树人”教育现状及对策研究[D].扬州大学,2018.
- [2] 赵彩霞,倪正喜.强身铸魂 立德树人——高中体育教学的德育渗透策略探究[J].考试周刊,2020(86).
- [3] 刘斌.立德树人视域下高中体育“类内容”与德育融合策略探究[J].华夏教师,2020(19):2.