

新课改下如何落实初中体育心理健康教育

王红武

(甘肃省武威市凉州区南园学校 甘肃 武威 733000)

摘要:时代在不断进步,教育也在不断更新,为了提高初中体育课与健康课的质量在一直努力。在遵循着健康为首的要求下我们对初中体育教育事业有这以下准则,新课程的改革要求学生们在保持体育锻炼的同时也要加强心理素质的培养,学生的身体作为重要任务,教育学生发展全面化。体育教学在初中阶段对学生以未来道路起着至关重要的作用,体育教师必须主动的提高自身素养,改变教学理念,切合实际日常基于学生的自身特点,进行多方法的分类教导,从而构建有效的体育课堂。基于此,本文对于新课改下如何落实初中体育心理健康教育进行了相关的论述,以期相关的教育教学工作起到一定的参考意义。

关键词:初中体育;教学;心理健康教育

1. 目前初中体育教学的现状

大多数学校忽视体育教学,没有重视初中体育教学的必要性,随着新课改的持续长远进展,大多数中学也在努力的培养多方面人才,考试中也增加了体育考试,初中体育也渐渐成为了初中课程的不可忽视课程之一。老旧的教学思想依旧在以分数为主,教师以及家长对学生在体育上的进步都置之不理,把时间和金钱都放在了物理、数学、化学等主要的科目上,没有重视初中体育课程对学生的影响,久而久之,初中体育课程将被人抛诸脑后,初中体育教学过程中心理素质教育更是被人遗忘。

考试中取得的成绩是现在目前大多数初中来衡量学生的一把尺子,这就致使了初中体育教学的必要性没有施展的舞台,对于体育课许多老师都觉得可有可无导致很多教师会占用体育课程,体育教师也无法进行更多的体育以及心理健康教育。

2. 初中体育教学中出现的问题

2.1 忽视体育教育

对于初中体育教学忽视大原因是受守旧的教学理念影响,从而初中学校对于体育教学的大多都选择忽视,体育教师本身也没有对自己的岗位坚守。有些老师认为对于初中的学习,只学习文化课就可以,相对于体育的学习觉得可有可无。对体育老师的热情降低,从而导致在教学上对学生也是草草了事。而有些学校甚至在临近中考时取消体育课程,学生的体育活动的几乎为零,在对照保守的教学方法,是学生去仿照老师的动作从而进行体育教育。而且在这一教学过程中,师生之间的互动也非常的少,教师也没有很好的办法对学生的体育技能的掌握程度有一个了解,不能够根据学生不同的特点,采取有针对性的教学,枯燥的教学方法使得初中体育教学的趣味性严重不足,学生也失去了对体育知识的学习兴趣。

2.3 基础设施不足

我国对于大多数城市体育教学的资源现在持续提升,然而在现实生活中却存在着基础体育设施缺乏的问题。主要问题表现在:学校的场地有限,没有足够的田径场地。很多初中学校都困扰与学校面积的问题,不得降低田径场地的设施。由于田径场地是体育教学的主要课程,田径场地的缺少也直接导致体育课程无法进行。体育设施没有及时的更新。体育教学的过程中常用的器材包括足球、乒乓球、羽毛球、篮球等,由于体育课程一直被忽视,体育实施也是没有得到好的保养。教学器材的老旧磨损和数量少是对体育课程的极大的不利。

体育依旧站在副科的位置,甚至都不算学科,期主要因素是在于体育并没有被加入考试的重视科目。在传统思想洗脑下对于成绩好才是第一,作为副科的体育也就很难得到重视。在实施新课改的过程中,这样的问题依旧存在。学校和老师的目标只是在升学率,迫不得已的减少体育科目时间,在毕业班中,许多学校将体育课改为自习课,这也就在潜移默化中减少了体育课的重要性。而学校的这种做法,也给学生造成了学生只要学好文化课就好。

3. 初中体育课堂教学中心理健康教育的措施

3.1 正确体育价值观

通过体育教师的有效的领导在体育课堂中有较多的体育科目

在持续发展,在发展的过程中教师主要的目的是对学生建立一个良好的思想品德,学生在比赛的过程中对比赛的结果重视也在期间,但是在比赛的过程中有明确的一个认知是尤为必要的,在进行比赛的过程中,学生应当在比赛中成长,不断地加强自己,对输赢看淡享受过程。在比赛的过程中建立积极向上的观念,你够对学生全方面的发展有极大的好处。对于争强好胜的心理在这青春期的初中学生比较正常,需要老师有正确的教导,为了防止学生因为比赛的输赢产生互相不满,导致严重现象的发生。

3.2 兴趣教学

通过游戏的方式开始上课你可以更好的学生调动学生的主动性。通过老师安排学生的站位让大家有一个互相照面,提高学生的心理意识。在开始前进行容易的热身动作,简单的动作可以激起学生的好奇心,提高学生体育心理素质和目标。玩要是学生与生俱来的爱好,在中学阶段体育项目大多数都是,颈走、足球、篮球、排球、等在初中时期,加强学生的体育锻炼对学生的心理和身体有莫大好处,但是在体育教学中,教育学生的思想品德是首要目标,更加要对学生心理死啊想教育着重加强,在教学方法的挑选上,老师更要倾向于舒适,放松的教学方式,让学生在快乐的气氛中,主动去钻研和加强对自己的锻炼,有一个整体的发展。创新式教育是在以前的模板上,让学生在温故学过的知识同时,进而对学生心理的发展状态和对事物的认知状态进行良好的启发,诱导学生对已经学到的知识做到一个巩固,启发学生对体育课堂的兴趣。在体育教学进行阶段,教师应当为学生提供一个热烈的比赛氛围,通过高昂斗志比赛,让学生通过以此来锻炼自己的意志,并且提升自己的心理素质。

3.3 多元化体育教学

在初中体育教学课堂当中通过互联网设备,启发学生对学习的兴趣,大多数是经过体育老师的亲身指导在操场上,所以简单的通过口头解释以及演示的操作并不能让学生学习到动作的精髓,对教学效率的提升有着负面的影响。科学时代在不断进步,互联网教学在体育课堂中有着更有效的作用。能够简单明了的让学生学习体育动作的细节,提升学生对于一些体育活动的洞察能力,通过录像图片等激起学生的感官系统,从而有利于学生的举一反三以及领会动作细节。有一个好的示范对学生来说在教学过程当中是最重要的,而通过互联网可以使教学示范更直白和清楚,学生对于不容易记住或者很比较复杂的动作可以通过视频等进行反复学习。例如:在初中眼保健操学习步骤当中,老师可以通过播放的教学视频资源,让学生清晰的观察动作了解眼保健操的每一个要领,通过多媒体教学从而提高课堂教学效率,还能激发学生对于体育学习的良好兴趣,从而是体育老师在教学过程有更好的教导。

3.4 教师创新上课方式

积极主动的进行新式教学,通过结合学生不同的性格制作不同教学方式,如果只是遵循常规的教学方式,一定会被淘汰。因此,教师在教的过程中一方面应该认真研究新课程改革的主要目的,有制定性地进行选课;另一方面,教师应该积极去创新, (下转第 82 页)

了解学生,是找出问题的关键所在,班主任和学生交流能够从根源上找出问题对学生心理情况有一个很好解决。了解每一位同学的心理健康是作为教师必不可少的,对每一位同学有一个心理上定位,更好去在心理教育上辅导学生。通过对学生心理健康诱导因素浅析得出,家庭因素和外部环境因素是阶段学生的容易受到硬性的因素。班主任工作中就可以通过这两种因素展开沟通,如果是家庭因素致使的学生心理出现问题,班主任应在私下解决,关爱学生并更有效的去解决问题。环境因素的导致需要班主任在班级环境中做出改变,鼓舞同学们互帮互助。

3.5 营造良好的班级文化和情感氛围

“物华天宝,人杰地灵”,每个人成长的环境都是固定的,优良的文化环境和浓厚情感氛围是心理素质教育不可缺少的,营造班级文化,有效的提升班级生活水平和学生心理健康。创造美好的班级气氛,对学生具有潜移默化的心灵渲染,更好的鼓舞学生对班级和同学的关爱,可加深同学们之间的友谊,让学生们更好地享受生活在班集体中的快乐。好的班级气氛,能让每一个学生都感受到这种和谐、美好。在班级美化中,可以利用班风建设和教室布置以及各种活动来营造良好的班级氛围。比如:优秀作品的展示,有效利用资源,让每一面墙和每一个角落都在生活中动起来,建设班级读书角和阅读角,开展学生丰富多彩的阅读活动。这一系列的活动都很大程度上养成学生好的学习习惯,也增进了学生之间的友情,和老师之间的师生情。

3.6 营造工作新文化

在实际心理健康教育工作开展中,教师会发现一些心理健康教育教育内容学生排斥并且十分厌恶听讲和接受,为此,班主任要以学生的兴趣为基准开展心理健康教育教育工作,从学生感兴趣的方面深入教育。在日常的生活中,学生对电影都十分感兴趣,班主任可以通过一些多媒体的展开对学生的心理教育教育工作进行。比如:班主任可以在心理班级会议上,为学生播放《当幸福来敲门》,让学生通过电影中积极向上的心态,教导学生学会不言弃,培养学

生坚韧不拔的心理。另外,在开展心理健康教育工作时,为烘托一定的氛围,班主任可以通过多媒体教学工具为学生播放衬托此情景音乐,通过音乐波动学生内心的情感,然后在学生内心埋下一颗种子,在开展心理健康教育教育工作,这样会更好的开展。例如:在教导学生树立远大目标的时展,班主任可以为学生播放《存在》、《追梦赤子心》等充满激情的歌曲,这些歌曲在日常的生活中学生也都比较爱听,通过歌曲中情绪的渲染,学生的斗志会被燃起,从而全面投入班主任的心理健康教育教育工作中,认真听讲和领悟班主任的教育内容。

结束语:

结合以上,学校是开展优质教育第一工作地,而心理健康教育又是最重要的萌芽,这个萌芽可以让学生养成良好的心理,保持心理健康;又可以让学生掌握有效的自我调节办法,这就需要班主任在日常工作中,要及时关心学生的心理动向,更好的了解学生的身体心理等状况,时长和学生进行心理沟通,为学生的健康成长大号基础,从而更好地推动素质教育的发展。

参考文献:

- [1]张艳秋.浅析高中班主任工作中的心理健康教育[J].试题与研究,2020(04):118.
- [2]杨青凌.论心理健康教育在初中班主任工作中的渗透[J].求知导刊,2020(03):87-88.
- [3]金茜.初中班主任工作中渗透心理健康教育的策略[J].教育界,2020(02):68-69.
- [4]刘晶晶.小学高年级班主任工作中心理健康教育的渗透[J].当代家庭教育,2019(36):37.
- [5]张秀芝,聂树霄.心理健康教育在小学班主任工作中的渗透[J].中国多媒体与网络教学学报(下旬刊),2019(12):73-74.
- [6]王永德.班主任工作中有效渗透心理健康教育的研究[J].教育观察,2019,8(41):106-107.

(上接第80页)

更新上课方法,让学生对学习的兴趣有极大的提高,比如可以通过小组比赛的方式组织上课时教师还应该指定不同的计划教学方式对于不同水平的学生。每个学生都喜欢的事务都有区别,教师在教的过程中应该仔细观察学生对于某种方式比较符合,在适当的时间给予学生赞美和表扬,以提高学生积极学习的兴趣。

教师应该对自己的理论和操作知识不断学习,只有不断的学习才能为学生授业解惑,在面对学生的过程中,教师不仅应该拥有足够的知识,还要拥有与时俱进的体育项目。只有这样,才能使得课堂内容紧跟当下时代的步伐,也更能对学生对于学习新知识有好的教导。因此,这就要求教师在教学生的同时也要对自己的知识储备不断提升,提高自己的体育水平;并且教师在教的过程中要通过各种渠道来提升自己,提高自己的基础知识水平。这样不仅能提升教师队伍的整体水平,而且也能让整个教师团队变得更优秀,从而更有利于新课改背景下教学目标的实现。

3.5 调动学生热情化

初中体育教学内容,对心理教育的注重,调动学生的学习兴趣。要在初中体育课程教学活动中潜移默化的融入心里素质教育,首先就要激起学生的学习乐趣,激发学生对学习热爱,这就需要体育教师在上课前对教学方式做出改变,加强体育教学活动需要有明确的目的行,要直击初中生的心理特点,对他们的性格、爱好、运动技术水平以及身体健康素质有一个全面的观察,通过体育课程方式的改变,对体育教材不断更新的,让体育教学内容与学生的日常生活融入。体育教学包括了体育项目的学习、身体的加强心理的锻炼,不同的运动项目,充分照顾到他们的体育兴趣,满足们现实的体育需要,进而更好的渗透心理健康教育对不同的学生心里有不一样的启发。

在体育活动中融入心理健康教育,体育活动不仅能够充分调动学生学习的主动性,还能够增强学生的人格魅力、思想品质和心里

的调节的能力,教师还可以观察学生的体育活动中的反应和体现,采用相对应的心理调节方法帮助学生控制他们的情绪,而且体育教学过程中的群体活动还可以有效地促进学生在体育课堂内外的与他人交流,还能够使他们在集体活动中学会互相帮助、互相照顾。

结束语:

总的来说,对于正处在初中阶段的学生来说,正处于一个逆反心理的时期,这个时间段是养成他们思想品德往好的趋势进展的主要阶段,同时也是最心理最薄弱的容易受到外界不良因素的影响的时期,对于处于这个阶段的学生来说体育学科更好的带领学生往方向去发展,极大的帮助学生的身体与心理健康,促进学生全方面的发展。初中体育老师必须要对自己的致使丰富,明确到心理健康的对初中学生有多大的影响,高度关注心理健康的发展,为学生未来打下良好的基础。

参考文献:

- [1]王权.初中体育教学中出现的问题及建议研究[J].科学咨询(教育科研),2021,(05):233-234.
- [2]王成霞.苏南与苏北地区初中义务教育《体育与健康课程标准》(2011版)实施现状的调查分析[D].扬州大学,2020.
- [3]叶涛.初中体育教学渗透心理健康教育的探索[J].当代体育科技,2019,9(08):71-72.
- [4]冯在兵.体育教学中实施心理健康教育的途径和方法探微[J].成才之路,2019,(06):19.
- [5]吴乐会.试论初中体育心理健康教学的方法及途径[J].教育现代化,2017,4(10):232-233+251.
- [6]卢昌亮.体验式教学在初中体育与健康课的应用研究[J].科教文汇(上旬刊),2017,(01):131-132.
- [7]李桐.以快乐体育为导向下初中体育教学模式的创新构建[J].当代体育科技,2017,7(01):246+248.