

# 健康行为素养视角下体育学科教学实施策略

袁金波

常州市焦溪初级中学

DOI:10.32629/jief.v2i9.1779

**[摘要]** 随着教育改革进程的不断推进,学生健康行为素养的培养对于初中体育教学来说越来越重要。将健康行为培养引入初中体育教学中能够丰富体育的教学资源,让学生的身体素质得到发展。因此,本文主要探究健康行为素养视角下体育学科教学实施策略。

**[关键词]** 初中体育;健康素质;教学策略

**中图分类号:** G633.96 **文献标识码:** A

为有效提升教学质量,在日常教学过程中,各学科教师应重视对学生核心素养的培养,这是落实学生全面发展素质教育观的基本要求,也是培养健康合格人才的重要出发点,体育教学也不例外。体育教育在促进学生全面发展的作用方面具有独特性和不可替代性,不仅对学生增强身体素质具有良好影响,而且对学生健康行为的发展有着积极的促进作用。

## 1 当前阻碍初中体育有效教学的因素探究

初中体育与健康教学在内容上存在明显的缺陷,教师往往只关注对学生身体素质的提高,而忽略了对学生心理健康的教育和培养,从而阻碍了学生全面发展的客观要求。教学目标和教学理念的失衡,导致教师的教学内容存在一定程度的缺陷,学生的心理健康发展水平受到很大影响。尤其是在教学任务设计方面,学生往往只需要完成一些基础性的活动项目,就可以进行自由活动。教师没有为学生制定科学性的训练任务,没有对学生的卫生习惯以及健康教育做到完善培养,这也成为了当前体育与健康课程改革和发展的主要问题。

## 2 健康行为素养视角下体育学科教学实施策略

### 2.1 构建完善的教学内容体系,平衡体育健康教育

增强初中体育与健康教学有效性,需要教师从构建完善的教学体系入手,平衡好对初中学生的体育教学与健康教育。体育与健康是两个密不可分的教学模块,教师往往在日常教学中忽略了对学生健康素质的培养。为了构建完善的教育教学体系,教师要合理把握课堂教学内容,从理论课程教学角度加深对学生健康教育的认知水平。

### 2.2 优化课堂教学设计

现代教育理念的提出,势必会对以往体育与健康课堂教学造成影响,在新课程背景下体育教师必须要结合标准内容、要求,以及学生自身教学的实际情况,来对课堂教学的各个流程进行合理设计,使得书本中的理论知识能够更好的转化为实践,从而达到提高学生身体素质的目的。首先,要结合教材来对教学内容进行构思。针对体育教学,教师需要从理论与实践双重方面予以考虑,要让学生了解体育,并激发学生的运动锻炼兴趣。其次,则是对教学活动进行合理安排。教师应从实际角度出发,根据班级学生整体情况来进行课堂教学活动,在进行技能教授、练习的过程中,可以采取小组互评的方式,不光是可以促进彼此技能掌握的提升,还能够在监督、观察中获得新的体验,使得课堂教学更为活跃。

### 2.3 注重因材施教

在以往的体育教学中,体育课程整体往往都是呈现出两种状态,第一,学生自主进行活动,第二,教师单方面进行知识讲授,学生处于被动接受新知的状态。

因此,在新课改时代背景下,教师必须要对教学方式进行调整,从学生角度出发开展课堂教学。一方面,教师应该通过以往的课堂教学情况,充分了解学生实际身体运动状况,然后根据学生自身所处的一个运动层次来开展层次教学或者是因材施教;另一方面,则是可以根据学生的兴趣来进行不同的体育锻炼,由于初中阶段学生已经形成了自己

的喜好,因此教师应结合学生的兴趣出发来设计课堂运动形式或者是教学内容,保证体育课堂的广泛适用性。

### 2.4 积极开展趣味性、游戏化健康教学活动,激发学生参与积极性

初中学生正处于身体发育、心理成熟较为重要的阶段,教师在开展体育与健康的教学过程中应结合学生们的性格特点、年龄特征、认知水平、兴趣爱好及学习需求等积极组织趣味性十足、具有挑战意义、娱乐性质及拓展性较强的教学活动,在教学活动设计过程中融入相应的趣味因素,引导学生在趣味性的体育教学活动中享受体育运动锻炼带来的精神上的快乐及生理上的放松。

### 2.5 教学评价上的突破

考试是现阶段教学评价的一种手段,但其实用考试对体育与健康课的成果进行评价,还是有一定的不足,考试的内容以及方法,如何才能保证评价公平以及合理这些都是要解决的问题。在以往体育与健康课的考试中,是对初中生的知识以及技能情况展开测试看,这些测试无法体现出初中生的实际进步,新课标注重的,不仅仅是知识以及技术,还要从学习过程、态度等各方面进行考虑。新课程下体育与健康课的教学评价也是要实现突破,从而促进体育与健康课的教学成功。

### 2.6 增强学生运动体验,提高其对身心健康关注度

开展初中体育教学的时候,需要教师对学生进行科学指导,使其进行体育运动的过程当中,可以体验到体育运动的魅力与价值,并灵活运用更多的运动技巧,达到增强学生综合体育素质的目的。实施初中体育教学与健康教育整合的时候,由教师负责为学生们说明养成健康生活习惯的重要性和益处,使学生在体育锻炼的过程中,形成良好的心态。进行体育教学工作之前,应该以关节运动作为切入点,组织学生进行充分的热身运动,并且说明这样做的目的和作用,为学生们讲解相关运动与保护关节等不同类型的知识,让学生系统了解和掌握更多体育与健康方面的知识,提升对身心健康的关注度,达到体育教学的目的。

## 3 结语

近些年来,在新课程改革的推动下,初中学校尝试对广大学生开展健康教育工作,旨在帮助其塑造科学的健康思想意识,纠正错误的日常生活习惯,对保证学生身心健康发展非常有利。通过实现初中体育教学与健康教育的有效整合,不仅提升了体育教学的整体效率,而且完成对学生体育训练的目的,帮助其塑造一副健康的体魄。基于此,本文以上就系统分析了初中体育教学与健康教育有效的整合策略显得尤为必要,拥有一定的研究意义和实施价值。

## [参考文献]

- [1]吴蕾,李传顺.浅谈中学体育教学与健康教育[J].中国体卫艺术教育.2018.156(12):1413-1414.
- [2]刘海军.初中体育教学中渗透心理健康教育的策略[J].中华少年.2018.174(38):1856-1857.
- [3]张以龙.初中体育游戏教学的相关思考[J].科学咨询(教育科研),2020(10):274.