

把素质教育渗透在体育教学中

作者：张家港市第三职业高级中学 陈野

[摘要] 全面实施素质教育，是国家为培养适应未来社会发展需要的跨世纪人才而提出的极具远见的战略性决策。作为学校教育的重要组成部分，学校体育教学在实施素质教育中要加强学生思想品德素质的培养、文化科学素质的培养、身心健康素质的培养。

[关键词] 体育教学； 素质教育

新大纲倡导“健康第一”的指导思想将发展学生个性，促进学生综合素质的提高放在重要的地位，对体育教学如何适应社会发展、教学改革和实施素质教育的需要、如何促进学生的身心健康和谐发展有新的要求，对于体育事业的发展有重要意义。体育教学中的素质教育主要包括以下几个方面：

一、思想品德素质的培养

教育是培养、塑造人的过程，学生的道德意识和行为表现，是培养、塑造的自然反映。在体育教学中，教师一贯坚持严格训练、严格要求、严格教育。就会获得良好的行为效果。

1、强化组织纪律、规范日常行为、培养文明行为。体育课多以室外活动为主，通常我们体育教师在开学第一课，利用学习体育课堂规则的机会，对学生中留长发、戴手饰、着装过于时髦等不良行为，对阻碍学生运动。影响运动成绩或造成不必要的运动损伤展开讨论，强化学生的组织纪律观念、体育参与意识、陶冶学生美的情操、培养文明行为。

2、培养学生助人为乐的好思想。体育课上教师要求体质好的学生帮助体质差的学生完成教学任务，教育学生在课堂上做好人好事，帮助有困难的同学解决问题，并教育学生树立见义勇为、敢于同坏人坏事做斗争的思想，培养学生为他人服务的意愿和行为，使学生从小养成一种助人为乐的高尚品德。

3、培养学生的合作精神。体育教学靠师生的合作，靠学生之间的合作，只有一个团结合作温暖的集体，才能凝聚人心，取得好的教学效果。同时也要教育学生关心集体、热爱集体，为集体争荣誉，教会同学之间的相互交往，尊重人、理解人，善于与同学友好相处。让学生明白，只有生活在好的合作集体中，才能创造出优异成绩。

4、培养学生吃苦耐劳、勇于拼搏的意志。在体育教学中，往往遇到难度大的教材，如单、双杠、跨栏、跳马等项目，此类教材本身就是锻炼培养学生吃苦耐劳、勇于拼搏意志的过程。当一部分学生有逃避或存在胆怯不敢练习的时候，我们教师在这时不能采取批评法，而应鼓励、协助他们去完成练习，当学生完成技术动作时，教师应及时总结学生完成技术动作的情况，让学生知道成功得之不易，从而培养他们坚韧不拔的毅力、勇于拼搏的精神。

二、文化科学素质的培养

文化科学素质的培养，主要是通过基础知识的学习、基本技术的掌握、基本



技能的形成过程进行智能教育，培养学生学会学习、创造、求真。

1、培养学生的创造性。在体育教学中让学生设计准备活动内容，编排徒手操，设计场地，制作体育器材等。都能培养学生的创造性和想象力，而学生的创造性活动往往要靠教师的启发与引导，所以教师的教学方法、手段对学生的创造性很重要。

2、对学生进行“三基”教育。体育教学中注重培养学生的基础知识、基本技术、基本技能，这些是学生分析问题和解决问题的根本保证。只有在教学中重视基础知识的传授，让学生掌握体育锻炼的规律性，才能使学生的基本技术迅速提高，基本技能得到正常发挥。

3、促进学生的智能发展。田径教学的起跑练习能培养学生的快速反应能力，篮球的投篮命中率能培养学生的准确能力，排球的扣球能培养学生的判断能力，体操动作能培养学生的时空感觉等等。所以，学生的智能水平通过体育教学能不断得到提高和发展。[]

三、身心健康素质的培养

通过身体心理素质的培养。可以促进学生的正常生长发育，提高身体活动机能，养成卫生习惯，培养学生脑体结合、综合适应脑力和体力的能力，把学生的心理素质调控在最佳状态。

1、培养学生的自理自护能力。通过体育动作的学习，能促进学生正常发育，增强体质，提高各项身体素质，练就强壮的身体，养成良好的生活、卫生习惯，学会自我保护，提高自理自控能力，适应时代发展。

2、增强学生的体质。学校体育对增强学生体质的作用是不言而喻的。随着我国社会两个文明程度的迅速提高，更好地贯彻国家全民健身计划纲要，落实“一二一”工程，学校体育还需引进终身体育的思想，运用终身体育理论和方法，激发每个学生的体育兴趣，以培养学生终身体育意识、习惯和能力。

3、对学生进行心理健康教育。通过组织教学比赛、游戏活动及考试、达标、运动会等活动，可以培养学生良好的心理调控能力及心理的稳定性。并向学生讲述健康人的心理标准，对学生进行心理健康教育，使学生经常保持良好的心理状态。通过身体心理素质的培养，可以促进学生的正常生长发育，提高身体活动机能，养成卫生习惯，培养学生脑体结合、综合运用脑力和体力的能力，把学生的心理素质调控在最佳状态。

4、培养学生健康的审美观念与审美能力。学生不但要形态美，还要心灵美。体育是实施美育的重要手段之一。在多姿多采的学校体育中，教师各种教法手段的运用，各种队列练习与技术练习，各种体育竞赛与表演，以至体育场地器材的布置等，都可以使学生受到外在美和内在美的熏陶，并获得丰富的、多种多样的美的情感体验，从而培养学生健康的审美观念和热爱美的情感，提高学生鉴赏美、创造美和表演美的能力，从而使学生更加自尊、自爱、自信、自强。

四、实施素质教育对体育教师的要求

为了更好地发挥学校体育在素质教育中的作用，体育教师必须努力提高自己的政治思想水平与业务素质，善于吸收先进的教育思想和教育方法，结合实际，把学校体育改革推向深入，全面提高学生的素质。

1、体育教师要不断提高自身素质。体育教师是体育活动的组织者，对学生的发展起主导作用。素质教育对学校体育提出的要求，即是对体育教师的要求，无论是体育教育观念的更新，还是体育教学内容、教学方法的改革，都取决于教师的素质。所以，作为体育教师，首先要树立高度的事业心、责任感。其次要端正教育思想，从适应社会需要，培养人才的素质出发，树立以育人为目标的现代教育观、人才观、质量观，树立学校体育为健身、益智、育德促美的观点。

2、要重视对学生体育兴趣和爱好的培养。体育教师要高度重视对学生兴趣的培养，并



使之贯穿在整个教学活动中。在指导和组织学生进行体育活动时，应充分挖掘学生对运动的内在潜力和乐趣，以良好的教学形式、丰富生动的教学内容、灵活多变的教学方法，培养学生的兴趣，并把稳定的兴趣培养为自我锻炼的习惯，使学生学有所得，受益终身。

3、加强课外体育活动。课外体育活动是学校体育工作的组成部分，是完成学校体育目的和任务的重要组织形式。它可以巩固和扩大体育课效果，使学生得到全面锻炼。因此，必须把课堂教学与课外体育活动紧密结合起来，坚持两操、两活动，进行队列操练、身体基本训练，狠抓基本体操的质量。并要根据学生的实际情况和爱好，提倡小型多样，注意生动活泼，讲求实效，持之以恒。

总之，要发展体育教学素质，提高体育教学质量，必须加强素质教育，在实践中充分利用体育教育自身的优势，转化限制条件为有利条件。既学习国内外先进的教学方法，也要创造适合本校实际的方法，使每节课都做到教法新颖，措施有力，不断提高教学质量。要实现这一转变是一个长期的任务，因此我们既要积极，又要稳妥。

[参考文献]

[1]管小法：《体育教学实施素质教育六要素》，中国学校体育，2000年5月

[2]曲宗湖：《论我国高校体育教育改革的发展与构思》，体育学科，1998年4月

[作者简介]

陈野（1978——），男，江苏苏州人

