浅谈“健康第一，建功有我”教育教学理念

随着人类社会突飞猛进的发展，教育事业倍受人们的关心和重视。健康的体魄，是青少年学生报效祖国、服务社会的基本前提。学校的教育教学理念发生了质的变化，“全国亿万学生阳光体育运动”，强调了在阳光体育运动中“健康第一”指导思想。所以体育教师、校医要树立“健康第一建功有我”的教育教学理念，首先转变传统的思想观念，利用体育教育教学改善学生的心理健康和社会适应能力，从而增进学生健康。要实现这一目标，我们做了以下几项工作：

一、学校教育教学要树立“健康第一”的指导思想

“健康第一”思想是全国亿万青少年阳光体育运动启动时提出的，对培养健康的社会主义建设者和接班人有着非常重要的意义。增强青少年的身体素质，促进青少年健康成长。培养身心健康、意志坚强、体魄强健、朝气蓬勃的新一代社会接班人，是实现中华民族伟大复兴的必然要求。

1、以“健康第一”为指导思想制定实施方案

体育卫生工作者积极配合学校的教育教学工作，引领学校有关方面负责人员，依据新课程以“一切为了每一位学生的发展”为核心理念，制定切实可行的计划。把学生看成学习的主体，学习的主人，要以学生发展为中心，将学生的全面发展放在首要地位。坚持“健康第一”的指导思想，促进学生健康成长，体育与健康课程以促进学生身体、心理和社会适应能力整体健康水平的提高为目标，构建了技能、认知、情感、行为等领域并行推进的课程结构。真正关注学生的健康意识、锻炼习惯和卫生习惯的养成，将增进学生健康贯穿于课程实施的全过程，确保“健康第一”的思想落到实处，使学生健康成长。

2、激发运动兴趣，培养学生终身体育的意识

学校体育是终身体育的基础，运动兴趣是促进学生自主学习和终身坚持锻炼的前提。无论是教学内容的选择还是教学方法的更新，都应十分关注学生的运动兴趣，才能使学生自觉、积极地进行体育锻炼。因此，在体育教学及体育各种活动中，重视学生的运动兴趣安排丰富多彩的趣味活动，提高学生主动参与活动的积极性，从而达到以“健康第一”为目的的原则。重视学生终身体育意识的培养，引导学生养成体育锻炼的良好习惯，从而提高体育课堂效率。

3、以学生发展为中心，关注每一位学生的健康成长

传统的体育教学是以教师、教材、课堂为中心，学生跟着教师转，说俗了就是应付差事，甚至是放羊式的教学。教师教着没有兴趣，学生学着枯燥无味。以“健康第一”为指导的思想理念是以“一切为了每一位学生的发展”为核心，把学生看成学习的主体，学习的主人，要以学生发展为中心，教学过程中师生互动，将学生的全面发展放在首要地位。

二“健康第一建功有我”是体育卫生教育教学的基本任务

“健康第一，建功有我”的教育教学理念，就是在以“健康第一”教育理念下努力提高自己的业务水平，适应新课程改革后的教育教学方法，积极创新进取体育教学的基本任务。开齐开足体育与健康课，帮助学生在体育锻炼中享受乐趣，增强体质，健全人格，锤炼意志。

注重体能的增强以及体育知识和技能的掌握同时，更加重视学生心理健康和社会适应能力的提高，强调正确的体育态度和人生态度。在“健康第一”的指导思想下，选取与体育有密切关系的生理、心理、卫生保健、营养等诸多学科领域的有关知识，教学目标才能落到实处。

1、健康成长，激发运动兴趣，培养学生的终身体育意识

学校体育与健康与终身体育应联结起来，教师在体育教学过程中要对学生进行终身体育观教育，不但培养学生体育锻炼的意识，技能与习惯。更不忽略对学生运动健康意识的培养，包括体育运动时的呼吸节奏、运动后的整理活动等健康意识。因此体育教学应充分适应当前形势的需要，加强学生自我科学锻炼，注重终身体育态度的形成与体育能力的培养，激发体育运动兴趣和习惯，培养学生健康意识、锻炼习惯和卫生习惯的养成，树立终身体育观。

2、以人为本，重视“健康第一，建功有我”教育教学理念

创新探索以学生为主体的教育教学模式，培养学生的自主学习与创新能力，在“健康第一”的指导思想下，以学生为发展中心，重视学生的主体地位，充分利用场地和器材在体育教学过程中教师应不断地更新观念，引入新的教学思路和方法。设计教案时要从培养学生创造力的角度考虑，挖掘教材中创造因素，诱发学生的创造思维。在教学中提问和求新，激发学生向上进取的精神和创造力。

例如：在小学投沙包课堂教学中，创设投掷情境分层次地由抛物线投掷、到水平方向投掷、再仰角四十五度投掷。由低到高，由静到动投掷活动目标。这些活动情境的创设都来自于孩子们的想象力及创造力。在活动中分组进行比赛，按积分排列优胜，学生参与活动积极性高、兴趣浓，收到良好的教学效果。同时激发了学生团结协作集体荣誉感。

3、培养学生的竞争意识和社会适应能力

我们清楚的认识到现在社会是一个知识经济时代，社会竞争日趋激烈，社会适应能力是体育与健康教学的一个重要目标，在体育与健康教学过程中，坚持“健康第一建功有我”的教育教学理念。为学生营造紧张的竞争氛围，激发学生的竞争意识，充分调动和发挥他们的潜力。这将对学生产生非常积极影响，把他们锻炼成为不畏强手、敢于进取、敢于竞争、百折不挠、坚韧不拔的意志品质。

例如：在各种体育竞赛活动中显示出他们不畏强手、敢于进取、敢于竞争、百折不挠、坚忍不拔的意志品质。学校的篮球队、乒乓球队、足球队、业余田径队都曾经拼搏进取取得优异成绩。篮球队的女队多次参加区级篮球赛，男女乒乓球队也曾多次参加区级团体赛。业余田径队是学校的传统体育特色，有广泛的群众基础和丰富的训练手段。岗位教师责任心强，专业水平高，造就了一批又一批的田径运动健儿，每年都有体育运动员参加区级中小学田径运动会的比赛，并多人多次打破区级单项田径比赛最高纪录，2014年两人参赛就获得四个单项两金一银一铜的优异成绩。我们的不懈努力及敬业精神也为体育事业的发展贡献了一份力量。

三“健康第一建功有我”为圆满完成现代化达标夯实基础

学校现代化达标是为进一步推进义务教育学校现代化标准的建设工作。以学生素质为发展、教师专业发展、学校文化建设、现代学校制度、学校信息化建设、优化资源配置等专项进行建设。体育与健康也是其中的重要组成部分。

1、坚持“健康第一”开展体育与健康活动

学校在以“健康第一”指导思想为理念的前提下，体育与健康教育教学方式有更大转变，要求我们要敢于承担职责，在工作中积极探索创新，不断进取，善于用科学的思维情景创设和学生的自主合作学习。将学校的各种阳光体育活动开展得有声有色。例如：

（1）大课间活动，内容丰富多彩，眼睛保健操、韵律操、游戏等活动。充分利用场地及体育器材合理安排适合各年龄段的体育活动。

（2）学生体质健康标准检测达标率达98%以上。检测结果与学校、家长、个人相沟通，让全社会都来关注学生的身心健康。

（3）注重对学生卫生习惯、生活习惯、自觉维护公共卫生习惯的养成。长期坚持对常见疾病与传染性疾病的群防群控工作，结合健康教育对学生进行视力保护的教育，学生的视力不良率得到有效控制。

（4）“以健康第一”为主线，从学生的兴趣爱好出发，开展丰富多彩的课外兴趣活动，以学生的发展为中心，保证学生主体地位的确立，让孩子的兴趣得到充分的展示。

（5）召开学校运动会，进行积极探索创新合理安排一些趣味性的比赛活动。使每一个孩子都有机会参与活动，给体育特长生一个展示的平台。

2、“健康第一，建功有我”我必履行职责

更新教育知识，转变教学观念，掌握现代教育教学理念，是素质教育的需要，更是现代化达标提升的需要。我们的职责所在，在体育与健康教育教学中，树立“健康第一”的思想，促进学生全面发展，加强体育与健康相结合的教育，全面提高学生的体育文化素质，努力把学生培养成为社会主义现代化的合格人才。

浅谈“健康第一，建功有我”教育教学理念

天津市武清区徐官屯街第二小学

陆立军

手机号码：13920006226