# 体育健康相关论文范文通用6篇

来源：网络 作者：烟雨蒙蒙 更新时间：2024-12-01

*体育健康相关论文范文 第一篇【关键词】运动与健康促进；健康；促进1 数据来源及研究方法 数据来源 研究方法2 研究结果与分析 载文数量年度分析健康是每个人最基本的人权，体育运动是促进人们健康的有效途径。体育运动对健康的促进作用不仅表现在人的...*

**体育健康相关论文范文 第一篇**

【关键词】运动与健康促进；健康；促进

1 数据来源及研究方法

数据来源

研究方法

2 研究结果与分析

载文数量年度分析

健康是每个人最基本的人权，体育运动是促进人们健康的有效途径。体育运动对健康的促进作用不仅表现在人的身体、心理方面，还表现在人的社会适应能力方面。生命不仅仅在于运动，生命只有在更科学的运动基础上才能保持可持续的发展道路。运动与健康促进包含于运动健康，在充分了解运动与健康的知识基础上才能更好的把握运动与健康促进的相关文献研究。

文献数量在一定时期内的增长和变化情况可以反映一个学科或专项研究领域的发展阶段与态势。总之，自1995年至今以运动与健康促进为篇名的期刊文献检索的载文数量的结果来看，从历年文献的数量来看总共才162篇，相对于从1995年至今以运动与健康为篇名的期刊文献检索的载文20\_篇而言，运动与健康促进的研究显得比较薄弱。另一方面，以运动与健康和运动与健康促进收录的文献大体呈逐年递增的趋势，这也说明运动与健康正在以其更全方位的研究视角进入我们的生活、关注着我们的健康。

主要载文期刊分析

文献的主要来源是期刊，且论文以期刊刊登的方式更易被学者发现学习研究。由上表知，符合以运动与健康促进为篇名检索条件的论文总共162篇学术论文收录于40种期刊，平均刊载量为篇，其具体分布为：体育期刊123种，占比；特种医学期刊9种，占比；教育理论与教育管理8种，占比。与此同时，对1995年来对运动与健康促进研究载文在3篇以上的期刊进行分析归纳，主要有以下期刊《当代体育科技》（10篇）、《体育世界？学术版》（6篇）、《科技信息》（4篇）、《赤峰学院学报・自然科学版》（4篇）、《价值工程》（3篇）、《体育科学》（3篇）、《青少年体育》（3篇）、《中国老年学杂志》（3篇）、《中国组织工程研究》（3篇）、《中国体育科技》（3篇）、《北京体育大学学报》（3篇）、《湖北体育科技》（3篇）、《体育科研》（3篇）。162篇文献收录于相关的40种期刊中，说明以运动与健康促进为篇名的研究文献分布之广，可见其涉及的研究区域之广阔，说明在此领域还有更多的研究空间。同时针对这收录的162篇论文中研究层次排名第一的是基础研究（社科），占比高达，其次是基础与应用基础研究（自科），占比。

高频关键词

近年来我国运动与健康促进研究论文总体呈现上升态势，文献数量年度分布趋势符合普莱斯文献增长规律；文献来源种类不多，主要以体育类期刊和其他期刊为主，大学学报类比例偏低，高频关键词以心理健康、大学生以及体育运动为榜首的三个关键词为检索结果分析，出现次数10次以上同时位于第一的是心理健康（39次）关键词，其次是大学生（38次）、体育运动（32次）、健康（23次）、身心健康（19次）、健康促进（19次）、阳光体育运动（11次），可见研究论文集中在体育运动对大学生心理方面，而对于青少年及老年运动与健康促进方面研究的文献少之又少，同时权衡中西部体育运动开展情况，政府有关机构应在开展全民健身计划中贯彻科学的运动健康促进理念，增强国民健康促进意识，以进一步提高国民的健康状况和生活质量。

3 研究结论与建议

研究结论

体育运动是健康促进的积极方式。体育运动对健康生活方式与健康促进作用、对体力活动与慢性病的促进作用、对健康的身体运动量的促进作用。合理的体育运动对健康有明显的积极促进作用。学者在对运动与健康促进研究学习过程的同时应了解体育人口的不平衡状况十分严重，表现为：一是，体育人口的地区闻不平衡，在经济文化比较发达的东部和沿海地区及城市里，参加体育活动的较多，而在西部地区和广大农村，特别是比较边远地区的农民，甚至连什么是体育都不明白。二是，体育人口的人群结构不平衡，出现“两头大，中间小”的现象，即老年人和在校学生参加体育活动的多，而中青年则较少。三是，体育人口层次不平衡，高收入阶层参加的体育活动的层次较高，而广大低收入者的体育活动则较相对简单。

研究建议

第一，政府有关机构应在开展全民健身计划中贯彻科学的运动健康促进理念，增强国民健康促进意识，以进一步提高国民的健康状况和生活质量；第二，要通过改善运动基础设施，或者通过政策等方面来鼓励广大民众积极投身体育运动；第三，抓健康从小孩做起，对中小学的体育活动作出规定，其他课程不得占用体育活动课的时间，必须保证青少年的体育运动时间。

【参考文献】

[1]杨桦.深化“阳光体育运动”，促进青少年体质健康[J].北京体育大学学报，20\_，01：1-4.

[2]翁锡全，何晓龙，王香生，林文|，李东徽.城市建筑环境对居民身体活动和健康的影响――运动与健康促进研究新领域[J].体育科学，20\_（09）：3-11.

[3]乐生龙，陆大江，夏正常，葛军，王人卫，毛丽娟，程蜀琳.“家庭―社区―医院―高校”四位一体运动健康促进模式探索[J].北京体育大学学报，20\_，11：23-29+35.

[4]汪波，黄晖明，杨宁.运动是良医（Exercise is Medicine）：运动促进健康的新理念――王正珍教授学术访谈录[J].体育与科学，20\_（01）：7-12.

[5]王志鹏，章莺.健康新概念及其运动促进研究[J].体育文化导刊，20\_（05）：72-75.

[6]朱莉.排舞运动对女大学生心理健康促进的研究[J].滁州学院学报，20\_（02）：83-85.

[7]黄亚茹，梅涛，郭静.医体结合，强化运动促进健康的指导――基于对美国运动促进健康指导服务平台的考察[J].中国体育科技，20\_（06）：3-9.

[8]丁建国，安兵，吴卫兵.运动与健康促进[J].中国临床康复，20\_（36）：8328-8329.

[9]田金华.体育运动与健康促进[J].中国体育科技20\_（1）：37-39.

[10]谭红春.有氧运动与健康促进[J].中国临床康复，20\_（18）：3650.

[11]陈佩杰.运动与健康促进[J].体育科研20\_（1）：46-48.

[12]韩丁.健康促进：身体运动与教育的目标之一[J].天津体育学院学报，20\_（1）：7.

[13]王正珍，王娟，周誉.生理学进展：体力活动不足生理学[J].北京体育大学学报，20\_，35（8）：1-6.

[14]毛海涛，吴卫兵，刘晓丹.运动：健康促进的积极方式[J].山西师大体育学院学报，20\_（02）：96-98.

[15]陈志刚.论冰雪运动对促进大学生心理健康的作用[J].冰雪运动，20\_（04）：71-74+93.

[16]李晖，张颖.体育运动与健康促进策略[J].南阳师范学院学报（自然科学版），20\_（06）：81-83.

[17]朱斌，毛晓荣，张波，李继军，杜小安.阳光体育运动内涵的深层解析――基于健康促进理论视角[J].教育与教学研究，20\_（03）：22-25.

[18]王志鹏，章莺.健康新概念及其运动促进研究[J].体育文化导刊，20\_（05）：72-75.

**体育健康相关论文范文 第二篇**

【摘要】课程评价的最终目的是促进学生更好的学、老师更好的教，使他们在体育与健康课程的教与学过程中不断进步和发展。新世纪的考核评价着眼于充分全面了解学生发展中的需求，帮助学生认识自我，建立自信，关注个别差异，有助于学生素质的全面发展。

【关键词】终结性评价过程性评价诊断性评价教育功能管理功能

体育课应该坚持“健康第一”的指导思想，促进学生健康成长；激发运动兴趣，培养学生终身体育的意识；以学生发展为中心，重视学生的主体地位；关注个体差异与不同需求，确保每一个学生受益。成绩考核评价是一种有效的实施手段。

一、以往的成绩考核评价的局限性

由于在体育教学评价中只重视学生的终结性评价，而忽视体育教育的过程性评价和诊断性评价；只重视期末成绩的考核，单纯用分数的高低来评价成绩，而忽视学生的个体差异性评价；只重视达标和技能评价，忽略思想品德、个性品质等方面的评价。因此，以往的体育教育评价，还远远没能充分发挥出评价的效果，诊断教学问题，提供反馈信息，引导教学方向，调控教学进程，激发学习热情，实现教学管理的功能。主要表现为以下几个方面：

1.忽视了学生的个体差异

这在某种程度上使体育考试失去意义，使学生的学习积极性受到挫折，甚至产生厌学的情绪。

2.评价最终成绩

只注重学生的终结性评价，而忽视体育教育的过程评价和诊断性评价。造成学生成绩的两极分化，不符合面向全体学生和学生全面发展的要求。

3.由教师进行外部评价

以往的成绩考核评价由老师一人说了算，由于学生很多，教师不能一一做出准确的评价，对学生学习的积极性造成了影响。二、新课标对成绩考核评价的全面性

1.学习成绩评定的内容

（1）体能——与不同学习水平相关的体能项目。

（2）知识与技能——对体育与健康的认识，科学锻炼的方法，体育技战术知识与运用能力，有关健康知识的掌握与运用。与不同学习水平相关的运动技能水平及运用情况。

（3）学习态度——学生对待学习与练习的态度，以及在学习和锻炼活动中的行为表现。

（4）情意表现与合作精神——学生在体育学习中的情绪、自信心和意志表现，对他人的理解与尊重，交往与合作精神。

2.教学评价功能

教学评价的功能是多元化的，但从根本上说只有两大功能：教育功能和管理功能。教育功能是指通过教学评价，激发学生学习积极性，提高教学质量，促进学生个性的全面发展；所谓管理功能是指通过评价鉴定教学质量、区别优劣、选拔淘汰。传统意义上的教学评价强调管理功能，评价的目的主要用于鉴定、区分、选拔人才的。现代教学评价越来越重视评价的教育功能，强化评价的诊断、反馈、改进和激励功能，其目的是创造适合学生发展的教学评价体系。新课标明显淡化了竞技技术体系，侧重在学生学习动机、进取精神的培养，把教学内容和完成教学内容的要求合并在一起，对教学内容只提出最低的技术要求，鼓励学生根据自身情况适当提高成绩。

3.强调评价与教学过程较为相关的态度、行为等

新课标除了对学生的体能、知识与技能进行考核评价外，还将学生平时的学习与练习态度，以及在学习和锻炼活动中的行为表现纳入到考核评价之中。这样使一些本身身体素质较差，但学习态度好的学生提高了学习的积极性；让那些先天条件好，但学习态度不端正的学生认识到：先天的条件不是最重要的，重要的是后天的努力。从而使他们端正学习态度。

4.强调评价对体育与健康知识的理解和运用

以往对于体育与健康知识老师只看试卷的成绩，并不关心学生是否真正掌握和理解。学生也只是为了应付考试，死记硬背，并没有真正的掌握。以至于对于常见的中暑等疾病也无所适从，学了十几年的体育仍然不会看体育比赛。那么，“新课标”更强调的是理解、运用和实际操作，注重的是学生能力和体育文化素养的培养。

5.强调评价运动技术的运用和运动参与程度

就好比金子埋在土里，如果不被人挖出来，哪怕你再值钱，也是毫无意义的。因此，“新课标”不是注重运动技术水平掌握的高低，而是注重学生对于运动技术的运用和运动参与程度。

6.强调既评价最终成绩，又评价学习过程和进步幅度

以往学校体育教学对学生的学习评价基本上是采用统一的标准，进行“终结评价”。此种评价方法，学生的个体差异、学生的努力程度、进步情况、学生在态度、表现、关心、知识等内容方面的情况无法体现。70年代美国教育家布鲁姆提出过过程评价理论，过程评价就是在教学过程中，一个单元结束和一个系列教学活动结束均要进行综合评价（包括知识掌握、课堂表现、技术掌握、运动成绩等），只有将终结评价与过程评价结合起来，对学生的评价才能做到客观公正，最大限度的激发学生学习的积极性，从而提高教学质量。

7.强调学生在学习过程中的自我评价、互相评价和教师评价相结合

学生是教学目标的实践者，只有学生的亲身体验，才有正确的评价，特别是那些无法用定量表现的内容，包括情感、意志、态度、兴趣等，都是外在不易显露的心理倾向，只有通过自我评价才能获得真实的材料。可以成立评价小组，对每名学生的成绩做出较为客观的评价，与学生的自我评价及体育老师的评价结合起来，对学生做最终的评价，使得这项工作更加民主、客观、公正、合理，更有利于学生树立良好的学风。

新课程标准评价的理念是改革过去过于注重知识传授的倾向，强调形成积极主动的学习态度，使获得基础知识和基本技能的过程同时成为学会学习方法和形成正确价值观的过程。所谓“我参与，我成功”。注意以人为本，促进人的素质全面发展，培养具有实践能力和创新意识的人才。

**体育健康相关论文范文 第三篇**

关键词：第十二届学生运动会；科学论文报告会；论文综述

中图分类号： 文献标识码：A 文章编号：1005-2410（20\_）08-0013-04

一、论文报送情况

本届科报会收到30个省、自治区、直辖市报送的论文2956篇，论文数量与上一届（20\_年）相比增加了485篇。其中，北京、天津、山西、内蒙古、上海、江苏、浙江、河南、湖南、广东、云南、陕西12个省（区、市）按规定报送120篇论文，辽宁、吉林、江西、山东、湖北、重庆、四川、甘肃、宁夏报送论文达到或超过100篇，河北、安徽、福建、广西、青海报送论文不足100篇，黑龙江、海南、贵州、新疆报送论文不足50篇。

在收到的2956篇论文中，学校体育理论171篇，占；课外体育活动499篇，占；学生体质健康361篇，占；学校体育管理与保障机制148篇，占；体育课程与教学改革960篇，占；学生心理健康与社会适应161篇，占；体育教师队伍176篇，占；课余训练与运动竞赛285篇，占；学校卫生与健康教育50篇，占；其他145篇，占。从论文主题分布情况看，体育课程与教学改革仍然是研究的重点，课外体育活动和学生体质健康已经成为研究的热点。

二、论文评审结果

三、主要研究成果

本届科报会虽然不同类别报送论文的比例有所区别，但是整体研究领域广泛，研究视角多元，研究方法丰富，研究成果对我国学校体育的发展意义重大。主要体现在以下几个方面：

（一）学校体育理论研究质量明显提升

随着党的十八大“立德树人”理念的提出，学校体育理论越来越重视德育的渗透与深化。与上一届科报会相比，本届有关学校体育理论的论文质量明显提高，研究深度有所突破。从入选的论文看，学校体育理论的研究集中在“学校体育的课程理论”“学校体育的教学理论”“学校体育的文化理论”“其他学科对学校体育理论的渗透”和“学校体育的发展与创新理论”领域，如“初中体育学科德育目标序列设计研究”“体育课程的身体练习体验衔接理论架构”“学校体育发展方式转变特征及未来改革的基本思路”等。这些论文涉及学校体育课程内容不衔接以及“断点”、体育中德育的渗透、学校体育发展方式等问题，很好地深化了学校体育理论的发展。另外，还有的论文从解剖学、生物力学、生理学、心理学等方面对学校体育进行基础性研究，如论文“3～11岁儿童踢毽子动作发展研究”创新地使用视频软件对3～11岁儿童踢毽子动作视频逐帧分解，然后运用统计方法分析儿童踢毽子运动技能发展的特征，研究手段新颖独特，研究方法比较科学，进一步拓宽了学校体育研究的视角。这些研究总结了我国学校体育发展中的特点与优点，将学校体育理论与机制的研究上升到哲学的宏观层面，推动了学校体育改革的深化。

（二）体育课程研究转向对理念的应用

**体育健康相关论文范文 第四篇**

本文意在用体育运动给家庭注入健康活力,增强大家的体质,在平时生活当中有体育锻炼的意识，让家庭更加和谐，体育活动是一个集体运动，需要配合与协作，所以经常参加运动也就无形中增添了家人之间的默契与配合，及在一些体育锻炼中的一些体育常识和注意的地方，和一些经常遇到的受伤后的处理方法。

一、实行家庭体育的必要性--

家庭教育内容丰富广泛。由于家庭是儿童青少年长久生活的场所，儿童身体素质如何，首先取决于家庭体育。世界上许多教育家在论述家庭教育的任务和内容时，都主张把家庭体育放在第一位。

--如英国著名教育家洛克就是“家庭体育首位”的倡导者，他说：“健康之精神寓于健康之身体。”“我们要能工作，要有幸福，必须先有健康。”

--陶行知先生认为：“健康是生活的出发点，也就是教育的出发点。”

--\_同志也有句名言：“身体是革命的本钱。”一个人若没有健康的身体和良好的身心素质，将严重影响日后的生活乃至生命。所以，家长在家庭教育过程中，要充分重视家庭体育保健，使孩子拥有健康的体质。

国家权威部门的一项调查表明，我国青少年儿童的身体形态、机能、身体素质状况和国外同龄儿童（日本、美国、加拿大）相比差之甚远。现实生活中，我们可以发现现在的儿童普遍生活状况虽然好了，但体质却下降了。中小学校园里小胖墩多了；眼镜片越来越多，越来越厚；儿童对外界环境的适应能力和对不良环境因素的抵抗能力差已成为当前中小学儿童的通病……学校片面追求升学率，对儿童的体育轻视甚至忽视；社会片面追求竞技体育。在这种情况下，家长更应该认识到重视家庭体育的重要性和迫切性。

那么，家庭体育应该怎样进行呢？

二、家庭体育在家庭中的份量---

体育消费动机的多元性和实用性

体育消费动机反映了人们的生活观念和态度。占调查数的87％以上的家庭都把体育消费作为生活消费的一部分，体育消费的数量和结构随收入增加而变化。人们为“欣赏比赛”“休闲娱乐”“健美”“家庭娱乐”“人际交往”而进行体育消费的比例较大。说明家庭体育活动的娱乐性、健身的实际效用和体育活动的情感满足是促使人们进行体育消费的直接动机。生活水平的提高，消费意识、行为习惯的转变，促使居民的健康投资理念在明显增强，20\_年居民体育消费占生活消费额为3．5％，20\_年为4．7％。在日常文化生活消费中，体育消费排第3位，在节假日活动中，体育活动排在旅游之后，居第2位，且体育消费的意愿明显高于平时，显示了假日活动中体育消费增长的趋势。同时，随着体育市场的逐步建立，体育活动的内容和形式都在发生变化，时尚、新颖的体育活动越来越多，为人们提供了更多的活动场所和选择余地，健身房、康乐中心、体育用品悄然走进寻常百姓。青春、健美、娱乐、长寿成了当今时尚，它反映了社会消费的变化和发展，反映了人们对健康、文明、科学生活方式的追求。

家庭体育基本方针：

①提供机会——引进从幼儿到老人都能参加的家庭活动项目；

②普及观念——让他们体验到体育活动的乐趣，进而产生参加体育活动的念头；

③融洽居民关系——通过活动，安排居民之间的交流，加深对社区的归属感及居民间的友情；

④日常化、持续化——不是偶尔为之，要定期举办一些轻松的运动会。

三、家庭体育的形式

家庭体育是以家庭成员共同活动为基本形态的活动。在西欧许多国家中可以看到：家庭成员一起去俱乐部或运动场，各自从事自己喜欢的运动，然后再一起返回，这种形式也可以称为家庭体育。活动场所因家庭而有所不同，但家庭成员通过运动交换共通的话题，相互之间取得理解。这正是家庭体育制造的机会。

在家庭体育活动中，有时要求体力和技能比较接近，有时对体力和技能没有要求，还有时是父母为了孩子而参加活动。家庭成员一起从事体育活动，强化了家庭机能，使家庭生活变得丰富多彩起来。但是，家庭成员的组成随时间是不断变化的，孩子之间、夫妇之间、父子之间、母子之间的活动等等，这种与所处时期相适应的活动，也是家庭体育的一种形式。

四、-学校在家庭体育中的作用---

学校体育应培养学生自主锻炼能力

随着基础教育课程改革，体育教学越来越重视学生自主实践能力的培养。许多教师在此方面进行了尝试。但面对突如其来的非典疫情，我们还是看到了学校体育教学的缺憾：学生放假在家，有的根本没有体育锻炼的意识，天天看电视，不进行身体锻炼，不注意保护眼睛，身体素质下降了，视力水平降低了；有的倒是知道锻炼，但是却缺乏锻炼常识，不会合理选择项目、器材和场地，不具有养护与运动保健知识，进行了不合理的运动，致使伤害事故频频发生。

我们应该就此做更多的指导性工作，而不是发号施令。应该让学生学会离开老师一样能够进行科学、合理的体育锻炼，把体育课堂上学到的知识延伸到课余生活中，让他们都有自己喜欢的体育项目，培养他们自主锻炼、终身锻炼的意识和能力。

基于此，我们是否应该着重从以下几方面对学生加以更多的指导呢？1、教给学生锻炼前应该做什么准备工作2、准备活动的重要性与它的原则3、如何寻找自己喜欢的体育项目并掌握方法进行循序渐进的锻炼。4、锻炼中的安全问题5、锻炼中身体机能的自我测试6、锻炼之后的恢复与运动保健。

五、家庭中孩子体育的培养---

鼓励孩子积极参加体育锻炼。孩子参加体育锻炼应从幼儿阶段开始，此时应鼓励孩子积极进行室外活动，参加各种游戏、郊游等。孩子入学后，除鼓励孩子积极参加校内、社会上的体育活动之外，家庭也应该依据孩子的兴趣爱好、家长的兴趣爱好购置一些必要的体育器材，如羽毛球、乒乓球、篮球、足球、象棋、围棋等，给孩子一个进行体育活动的良好环境；家长在引导孩子进行体育活动时，一定要考虑孩子的年龄和性别特征，确定适当的运动量和运动项目；家庭体育活动应合理安排，充分利用家庭这个“大空间”，如让孩子做哑铃操，用拉力器可以锻炼身体的许多部位，男孩做俯卧撑有助于臂力和腹肌的锻炼，女孩做仰卧起坐是锻炼腹肌、保持健美身材的好方法等。儿童正处于身体的关键时期，家长应指导孩子全面锻炼。使身体各部位的器官、系统和机能全面发展。

1、适用幼儿的一些锻炼方法---

主要以游戏为主：

注：适合3岁以上幼儿

I、过小桥

目的：1.锻炼幼儿的平衡能力。2.培养幼儿遇到困难时的反应能力。

准备：场地上画两条间距20～30厘米的平行线，当小桥。

玩法：

1.孩子和爸爸（或妈妈）面对面站在平行线（小桥）的两端。

2.游戏开始，两人双手侧平举相向而行，当走到“小桥”中间相遇时，互相扶着对方的身体，侧身同时经过“小桥”。然后继续沿各自前进的方向走到终点。

3.爸爸、妈妈、孩子两人一组重复游戏。

III、小小排球

目的：1.锻炼幼儿的上肢力量。2.提高幼儿全身动作的灵活性。

准备：气球1个，细绳1根。

玩法：

1.气球轻轻抛向空中，爸爸、妈妈、孩子三人轮流用手拍或用头顶气球，尽量不让气球落地。

**体育健康相关论文范文 第五篇**

体育与健康的教学是一项有组织、有系统的以身体锻炼为主要手段,以增进学生身心健康、全面发展为目的的社会实践教学活动。随着高中各学科的课程标准的颁布和不断深入,教学指导思想和内容框架方面都发生了质的变化。下面对体育与健康课程标准,谈一些认识和思考。 一、对体育与健康课程标准的认识

1.新课标与体育与健康的教学理念是一致的且完善的

首先,新课标的彻底摒弃了传统“以书本为中心,以教师为中心,以课堂为中心文秘站－您的专属秘书！”的教学模式,更为突出和重视学生这一教学主体的重要作用,和素质教育的理念要求相一致;新课标中还着重强调了学生的主体地位,在坚持“健康第一”的指导思想下,提高学生的身体素质,促进身体健康,心理健康和适应社会生活方面,和“人本主义”的教学理念高度一致。其次,新课标理念更加完善。它更加重视学生的体育健康课与学生身心发展,将体育与健康功能延伸到了社会生活。它顺应教育发展趋势,提出了坚持健康第一、激发体育兴趣、以学生为主体、重视个体差异四个基本理念。

2.新课标与体育与健康的教学领域目标是吻合的

传统的体育教学中,只有发展身体、强健体质,掌握体育知识、技能三项教学任务。教师也单纯为了完成教学任务,机械备课,吃力教学,学生被动学习,费劲锻炼。期间,心血和汗水都没少付出,但却没能得到相应的受益。新课标的出现,拓展了体育与健康课的教学目标和领域,相对之前的任务,更完善,更具体,不仅能促进学生的发展,张扬个性,而且还有利于学生适应未来社会生活。

二、对体育与健康课程标准的思考

1.新课标下体育与健康课教学内容选择上的考虑

新课标下选择教学内容需要着重考虑以下关系:(1)考虑系统知识和系列活动的关系,将课程知识、原理和技能的教授转变成为直接的经验和实践体验,激发学生的体育兴趣和爱好;(2)考虑地域差异。根据自己地区的特色选择教材,大胆取材,大胆创新,突出自己的地区特色和教学特色。

2.新课标下体育与健康课教学结构变化上的考虑

(1)师生关系上的变化,从传统“一言堂”“满堂灌”转变成为重引导,重参与,充分体现学生主体地位的教学模式;(2)教学组织方法的变化。从精讲多练、枯燥乏味的教学模式转变成为多样的教学手段和组织活动,多姿多彩的教学模式。

**体育健康相关论文范文 第六篇**

【摘 要】本文以郑州市城区学校开展阳光体育运动的现状为研究对象，采用文献资料法、问卷调查法、数理统计法等方法，专门就初级中学的开展现状进行研究。得出结论的如下：郑州市各初级中学虽然都已开展了阳光体育运动，但总体情况不容乐观，主要存在以下问题：1、各初级中学的组织领导机构尚不完备，宣传工作仍有待加强，体育氛围也不够浓厚。2、各初级中学阳光体育运动开展的形式较为单一，运动项目缺乏创新，而且学校体育师资和场地器材仍面临匮乏的窘境。3、各初级中学对于阳光体育运动开展的时间保障不足，缺乏与社会合作，同时相关的监督和评价还不够健全。

【关键词】初级中学 阳光体育运动 现状

1选题依据

青少年的体质健康是中华民族健康素质的根基。青少年拥有健康的身心、强健的体魄、坚强的意志、活力四射，才是我们民族具有旺盛生命力的直接体现，是我国社会文明进步的标志，是衡量一个国家综合实力的主要指标。青少年体质健康水平不但关系到中华民族的未来，更与青少年个人的健康成长和他们背后亿万个家庭的美满幸福密切相关。

但从近些年我国对青少年体质健康状况的调查结果来看，青少年体质整体现状堪忧。从1979年至今，国内已经进行了6次全国范围的青少年学生体质健康状况调查，这几次调查详实地记载了我国青少年体质健康水平逐年发展变化的过程。这类约每五年进行一次的体质健康调查，从整体上反映出了青少年学生体质健康的变化发展趋势。通过体质健康调查结果可以看到，随着我国社会的不断发展，特别是人民总体生活水平的逐年提高，能够反映青少年学生形态发育和营养水平的一些监测指标呈现出逐年上升的趋势，但对于能够代表人体机能和体能水平的监测指标，比如握力、肺活量、耐力等，相反地呈逐年持续下降的趋势。有相关学者把目前我国青少年体质概括为“硬、软、笨”三个字。硬，是指的关节僵硬；软，是指肌肉松软；笨，是指因长期活动量少而造成的身体动作不协调，不灵活。当然出现这个结果，其中原因很复杂，但主要原因之一就是缺乏体育锻炼。青少年时期是身体成长发育的旺盛阶段，如果能够在科学的指导下进行体育锻炼，既可以增强青少年的体质健康水平，促进青少年的全面发展，又能够对青少年思想品德修养提高、智力发育完备和审美素养形成起到重要作用，并为青少年一生的生活幸福和努力工作奠定坚实的基础。

2研究现状

3研究目的及意义

由于初级中学的教育目标及培养模式有其独特特点，国家一直致力于初中教育的投入和发展，因此十分有必要对初级中学的阳光体育运动开展情况做一研究。而“阳光体育运动”从提出到实施至今，大量的研究者们在仅仅5年时间就发表了与阳光体育运动直接有关的论文和专稿数百篇，其中关于中等学校的论文都主要集中于普通中学，对于初级中学研究却很少。

本论文就中原地区最大的省会城市之一郑州市的初级中学的阳光体育运动开展的状况进行调查分析，归纳总结出其中存在的问题并探讨其影响因素，根据郑州市初级中学的实际情况提出相应的可行性对策，为郑州市初级中学阳光体育运动的顺利开展提供理论依据，并为其它同类城市或地区阳光体育运动的开展提供借鉴。

4阳光体育运动开展出现的问题

学校师资、场地器材的缺乏

大多数学校体育教师数量仍显不足，教师的素质水平还需要进一步提高，各所学校的体育场地和设施器材都难以满足正常开展阳光体育运动的需求；而部分学校的经费紧缺也成为制约阳光体育运动顺利开展的因素之一。

时间保障不足，没有形成社会合力

郑州市各初中学校在开展阳光体育运动的时间上主要集中于体育课教学时间和课外体育活动时间，对于学生的双休日以及寒暑假时间不能很好地控制和利用，所以导致总体时间不充裕。同时由于社会对阳光体育的认识程度不高，阳光体育运动仅仅局限于校园内。

转变陈旧观念，提高整体认识

学校应该及时转变现有的教育观念，高度重视开展阳光体育的必要性，将开展阳光体育运动视作学校全面推进素质教育、提高学生体质健康水平的主要切入点，同时家长也应树立正确的成才观和教育观，不仅要做到支持和鼓励孩子参加阳光体育运动，还应以身作则，带动孩子参加体育锻炼，从学校和家长两方面使学生能够树立科学的健康观，思想上重视体育锻炼对健康的促进作用，自觉参与到体育活动中，并逐渐体会到“阳光体育运动”的真正目的是为学生自身提供参与体育锻炼的机会。

5结论与建议

郑州市各中学目前都已开展了阳光体育运动，并成立了阳光体育运动的组织领导机构，大多数学校领导、体育教师和学生都能认识到阳光体育运动的重要意义。但开展的具体情况不容乐观，主要存在以下问题：

各学校的组织领导机构尚不完备，宣传工作仍有待加强，体育氛围也不够浓厚。

各学校“阳光体育运动”开展的具体目标未能达到标准，仅有的学生中达到每天锻炼1小时，只有的学生至少掌握了两项日常体育锻炼技能。

各学校体育与健康课程的课时不存在被其他课程挤占的情况，但教学内容中的运动项目比较传统，缺乏新颖项目，同时对体育的理论教学重视程度偏低；课外体育活动中主要以大课间体育活动以及全校性体育竞赛等形式进行开展，而学生体育社团或体育俱乐部的开展并不普及；各学校学生的体质健康测都能够做到定期进行。

各学校应及时转变传统观念，提高对阳光体育运动的整体认识，加大对阳光体育运动的宣传力度，使学生能够在良好的氛围中参加体育锻炼。

各学校应充分运用多种手段，丰富阳光体育运动的组织形式，逐步建立和组织学生体育社团或俱乐部，应根据实际情况因时、因地制宜，引进多种形式的运动项目，发扬地方传统项目的优势，同时加大体育经费投资额度，鼓励并支持体育教师进行深造或培训，从而充分调动学生参与阳光体育运动的积极性。

各学校应加强与社会各界合作，形成阳光体育运动的合力，保证学生锻炼时间，同时各级教育行政主管部门应加强对学校体育工作的监督和考核，健全监督评价机制，确保阳光体育运动在青少年学生群体中的有序开展。

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！