

新时代高校体育教学创新研究

赵化斌

西南林业大学 云南 昆明 650224

基金项目：云南省教育厅科学研究基金，2021J0195

摘要：在新时代的背景下，国家对素质教育提出了更高的要求。为了满足大学生健康发展的需要，高校不仅要做好基础专业教学，还要重视大学生身体素质的建设。经过多年的教育资源投入，一旦对职业素质高，身体素质较弱的大学生进行了培训，整个高校教育就不能称为成功教育。

关键词：新时代；高校体育；教育创新；研究

引言：如何在新时代背景下加快高校体育改革和发展的步伐，如何进一步改善大学生的身体健康，促进其终身体育观念的形成，以及人格素质的提高成为当前迫切需要解决的问题。

一、加强微课在高校体育教学中的运用

由于学生的智能发展是多元化的，学生之间的智能也存在着差异。以跳高课程为例，以多元智能学习理论为基础，丰富了跳高微课视频，为学生运用多种感官进行学习提供了路径，激发了学生学习的积极性、主动性。因此，在微课设计初期，从自然观察智能、音乐智能、身体运动智能等方面以及学生学习的差异性进行综合考虑设计了跳高微课视频。在自然观察智能方面：每个学生的观察力都存在较大的差别，学生会根据自身的兴趣和爱好选择性的将注意力放在自己所喜欢的知识和技能上。在跳高技术的学习中，学生会将注意力放在一些简单易懂的练习手段上，稍微难一点或者需要运用器材的练习手段一部分学生就不去完成。这就导致学生对知识技能掌握上存在参差不齐。为了吸引学生的注意力，在设计微课视频时尽可能多的增加学生感兴趣的内容与辅助手段，在稍微难的练习手段中增加学生喜欢的环节，例如：插入动作漫画，放慢视频速度等增加学生学习的积极性。并且在教学视频前播放激烈比赛的视频，在微课中增加多种比较有趣的练习手段供学生选择适合自己的手段，每个手段视频中运用多种新颖的器材和情境来吸引学生的眼球，以提高学习的实效性和教学效果。本研究的跳高微课教学视频还增加了字幕，并运用不同的颜色作为醒目来提高学生的注意力。

在音乐智能方面：为了提高学生学习的积极性，在微课设计时部分视频增设了音乐，充分利用学生的听觉进行学习。在选择音乐时尽可能的选择与动作节奏相适应的伴奏音乐，进而提高动作的节奏感，尤其是助跑的节奏感，以及踏跳瞬间的快速有力，有利于提高学生技能学习的敏感度。

在身体运动智能方面：作为体育人，都具有良好的身体

运动智能，能够满足体育院校田径普修课的学习。学生在动作技能的学习上已积累了一定的经验，借此经验能够自主学习或者自主内化所学技能。在背越式跳高微课视频的设计中尽可能的运用比较清晰直观的练习手段，例如：起跳环节的上一步起跳、上两步起跳练习；腾空过杆环节的原地背弓和原地倒肩挺髌练习等。

在其他智能方面：为了提高学生的学习效率，微课设计的教学内容采用示范加讲解的方式进行教学。为了使学生能够清晰的观看到技术动作的细节，在动作示范以及视频拍摄时适当的扩大空间范围，提高学生的空间感。因此，本跳高微课视频的设计从多角度、全方位出发，运用听觉、视觉、本体感觉等多种感官来触发学生的学习动力，调动学生学习的积极性，满足学生的学习需求，提高学生学习的质量与效率。

二、创新高校体育教育的德育渗透方法

一是互动教学法。良好的师德能给学生更大的良性影响，老师作为德育渗透的主导，学生为渗透的主体，师生之间的交流不仅能让学生学习到教师的良好品行，教师也能在交流中及时了解学生的想法加以引导，从而针对主体的差异性，提高渗透实效性。

二是行为强化法。学生不仅能通过对模范进行学习，也能在反面典型中思考自己的不足。教师可以通过对错误行为道德的学生提出批评，不仅能及时改正学生的不对的行为，还能提醒其他学生，以免造成不良的风俗习惯，教师在此过程中要注意把握时机与力度，避免学生对教师有逆反心理。对学生的不当行为选择合理的方式更能对学生进行行为强化。

三是游戏比赛法。体育游戏是体育社团活动中的提高学生积极性的重要方法，教师可以通过体育游戏除了达到运动参与目标，还能引导学生遵守规则、相互协作、互相尊重等优良道德品质。充分探索不同体育项目的德育特点，实现德育渗透。如体育比赛规则渗透规则意识，团体项目中的团

结协作，单人项目里的意志品质等。

四是体育文化的建设。对学生的道德水平有特别的帮助，体育社团的发展，是体育文化建设的主要方法，体育社团作为一个群体，提供了一个相对真实的社会环境，其中也包括了道德环境。体育文化的建设，不光对学生有着身体素质的改变，对高校学生理解体育道德渗透也很有帮助。

体育社团可以通过开展相关体育项目发展史的学术探讨，了解项目的同时也能利用名人的榜样力量进行德育渗透。体育社团的德育渗透方法更需要教师在实践过程中充分利用实践，以求达到更好的渗透效果。

三、加强体育专业师资队伍建设

建立教师培训长效机制。师资队伍水平影响了体育课程教学质量的提升，制约了教学模式的创新。因此，要加强师资队伍的建设，创造更多的教师专业发展的机会，支持教师进行学历进修、教学观摩、教学反思和科学研究。完善教师的考核、评价机制，积极组织多样化、科学化、前沿化、跨学科的教学培训活动，加强对教师的职前、职中培训，注重高层次人才引进。同时，学校要重视对青年教师的培养，青年教师的思维更加活跃、更加了解学生的需求和社会前沿问题，更容易接受新事物、认可新事物和研究新事物，这有利于体育教学模式的创新和发展。进一步，学校应当引进更多的优秀教师，当地高校之间加强交流和合作，教师队伍不完善、优势不明确的高校应组织交流与学习的机会。总之，需要实现优秀教师资源的有效利用，以“点”带“线”、以“线”带“面”，促进体育教师队伍的蓬勃发展。学校对体育运动重视，有利于在校园内营造体育运动的氛围，引发学生对体育运动的关注和重视。一方面，学校可成立相关的体育社团，

吸引对体育运动有兴趣的学生，加大对体育社团的宣传力度，挖掘更多潜在的体育爱好者；另一方面，学校可开展大规模的体育赛事，体育赛事不仅能够吸引体育运动员的关注，还能吸引更多的赛事观众，在校园内营造浓厚的体育运动氛围。同时，学校可引进社会体育赛事，吸引更多学生参与到体育赛事中，加强学生对体育运动的了解。这在一定程度上激发了教师对教学模式的审视和思考，更多人参与到体育运动中，思维方式的多样化有利于教学模式的创新，以及对体育教学模式正确地评价。此外，众多高校着力发展本校的优势学科和特色专业，往往忽略了公共课程的开发。因此，对面向全校学生的体育选项课，高校应适当增加关注，推动教师对教学方法优化的鼓励和支持，加强对课堂教学效率的监督检查，建立完善的评价机制。

结语：在新时代的发展背景下，高校公共体育的改革与发展应该有多方面的途径来实现。只有采取多元化的发展方式，才能为教师的教学创新和学生的独立性提供灵感或选择，也可以改善高校的体育教育，才能把高校公共体育教育理想转化为有效提高大学生身体素质、运动能力和运动意识的现实。

参考文献：

- [1] 吴艳萍. 新时代背景下中国高校体育教育改革路径探索 [J]. 科教导刊 (下旬刊), 2019(10):54-55.
- [2] 谭清文. 新时代校园足球教学改革的发展思路研究 [J]. 当代体育科技, 2019,9(04):5-6.
- [3] 赵明楠, 史友宽. MOOC 时代高校体育教育改革的趋势与挑战 [J]. 南京体育学院学报, 2019,2(01):54-58+2.