

基于终身体育意识的高校体育教学策略分析

张 昱 邢 铎

(甘肃财贸职业学院, 甘肃 兰州 730000)

摘要: 随着教育教学理念的更新与发展,我国教育部门对高校学生终身体育意识的培养投入了更多关注。依据科学调查研究表明,诸多高校在体育教学内容上与形式上太过陈旧,更多是对中学体育教育的延伸与发展,尚未结合新时期教育理念与学生实际来调整教学目标、创新教育理念,使得高校体育活动与任务缺乏足够的吸引力。而培养终身体育意识的根本在于让学生参与到体育活动中来,激发他们的竞技与运动兴趣。本文依据高校体育教学实际,对终身体育意识在高校体育教学中的培养策略进行了分析与研究。

关键词: 终身体育意识; 高校体育; 教学策略

从学生角度分析,终身体育意识的培养与发展对他们身体素质与心理健康具有重要价值意义。所以高校体育教师要将终身体育意识的培养融入到体育教学实践中,按照大学生的个性特质、兴趣爱好与心理需求来调整教学内容、创设教学情景,让学生在体会体育运动乐趣的同时,培养他们良好的体育运动习惯,使得更多学生形成体育意识。教师要更新自身教育理念,通过转换教育形式来优化体育教学策略,让不愿意参加体育锻炼,以及厌烦体育锻炼的学生产生体育锻炼兴趣,确保每一名学生能够在多样化体育教学实践中发现乐趣,学习与掌握更多合理锻炼技巧。

一、关注大学生个体意识,科学设计教学目标

从当前体育教学活动出发,诸多教师所学采取的传统教学模式已经难以激起学生的自主运动兴趣与锻炼动力,现行的体育教学形式与策略已经难以满足学生拓展课外视野的需求。因此,高校与体育教师要注重教学形式的创新与转换,并积极关注到当代大学生的个性化特长与体育天赋,鼓励学生选取符合他们自身发展的运动项目,并注意教学形式的选用要结合学生特点与时代教育理念的需求,发挥学生在体育活动中的主观能动性,让学生在运动中放松身心,在享受锻炼乐趣中强化体育技能,使得教学与育人有机融合。

为了确保体育意识的形成,教师要设计科学的教学目标,尽可能为学生创造浓厚的体育运动氛围。为了让目标合理化与规范化,教师要尝试在教学实践中从两方面入手去教导学生:首先要针对基础训练与活动内容,教师要结合学生的身体状况,科学合理地安排训练项目,让他们形成良好的运动习惯。同时,要注重学生自主运动意识与学习能力的提升,教师要摒弃“手把手教导”教育观念,要侧重指导学生运动技巧与方法,让他们主动体验运动过程,使得学生认识到高校体育教学的现实意义与价值,再加上科学合理的项目安排,能够让学生更乐于参与运动,在体育教学中渗透终身体育意识。

二、推广体育意识,传授专业化技能

在大数据与新媒体技术的背景下,越来越多高校学生将课外时间投入到网络媒介中,高校与体育教师要将意识到信息化发展趋势,积极应用互联网技术来调查学生对体育课的满意度,借助网络平台来搜集体育运动相关联的专业知识,以及在互联网中搭建体育活动宣传与推广平台,通过媒介来使学生对体育运动有更

深层的了解。

在体育教学实践中,教师要善于运用互联网来发散学生的思维,引导他们思考并提出各自对体育意识与精神的理解,鼓励他们发表自己的不同观点。其后,要利用多种活动形式来对学生的观点进行整合与归纳,让学生在提出观点的同时,深层学习与理解体育概念。

例如,要将奥运会体育项目作为体育教学的导入,这时教师需要预先搜集各类体育项目的特征与由来背景,并汇集与整合部分运动项目上的优秀运动员资料或先进事迹,并巧妙地设置趣味性 & 开放性的综合问题,最终达到让学生在轻松的氛围中掌握奥运知识与精神的目的。

三、推动教育改革,完善评价机制

从高校体育教育改革出发,体育课程是高校教育教学中必修的课程,是考查学生学习成果的重要指标。所以高校与教师要注重体育教学评价体系的完善,确保教学活动学的安排在科学合理的范围内,能够有效提高教师与学生终身体育意识的重视程度,让教师教学水平与学生的体育意识在体育教学实践活动中得到提升与培养。

教师要通过创设趣味化活动氛围与创新式教学理念,围绕学生自主运动兴趣为中心,给予他们自由、自主选择体育活动的机会,推动高校体育改革进程。相比于最终阶段的体育测试与考评,教师要从提高学生的综合素质、提高教学质量、完善教学目的三个角度进行评价阶段性评价学体系的完善,高校也要形成相应的教师评价与奖惩制度,提升教师授课积极性。

具体而言,教师要形成全面的评价新体系,注重评价主体、客体与形式的多元化建设与发展。在对学生进行教学评价与评估时,可构建以教育管理者、教师为主,家长、体育相关人士参与的评价体系,教师可邀请体育运动俱乐部、业余运动员等多方面的人士共同参与,全方位考查学生的运动态度、运动机能与阶段进步,并引导家长做好监督与管理者,促使学生们注重自身体育意识的培养,主动强化自身的身体素质,掌握更多运动技能。

四、结语

基于以上阐述可得,高校体育教师要注重终身体育意识在体育教学活动中的渗透,提升整体学生对体育意识的重视程度,为学生身心健康成长打下坚实基础。教师要通过树立明确的教学目标与选择合适的教学方式来完成学生的终身体育意识培养方案,并注重体育教学氛围与环境的改善,促使学生养成良好的运动习惯。最后,要通过互联网来宣传奥运精神,在科学严谨的评价体系下,促使学生提高自身对终身体育意识的认识,从而帮助学生有意识的进行自我培养。

参考文献:

- [1] 李玉华,李翠霞.关于高校体育教学对大学生终身体育意识的培养策略探讨[J].长江丛刊,2018(08):227.
- [2] 薛壮.高校体育教学中学生终身体育意识的培养策略研究[J].当代体育科技,2018,8(34):130,132.