

新时期高校学生体育能力的培养现状与对策分析

马筱兰

(江汉大学体育学院, 湖北 武汉 430056)

摘要: 2020年4月27日, 中央深改委通过了《关于深化体教融合促进青少年健康发展的意见》, 这足以证明国家对于当前的体育教学改革的重视程度在不断增加。大学生是一类特殊群体, 他们即将与社会接轨, 高校加强对大学生的体育教育能够提高其身体素质, 弥补长期以来文化教育的缺失。本文就新时期高校学生体育能力的培养展开论述, 分析当前高校学生体育能力的培养中存在的问题, 并提出合理的解决策略, 促进大学生身心健康发展。

关键词: 新时期; 高校; 体育能力培养; 路径

当前我国社会中“亚健康”所造成的负面影响在快速扩散, 而且介入的年龄层越来越广。大学生作为社会主义建设的主力军, 加强对其的体育教育很有必要, 通过体育帮助其强健体魄, 磨练其坚强意志。现阶段探究高校学生体育能力培养有现实意义, 能够促进大学生全面发展, 对于其心理建设也有重要作用。

一、现阶段高校学生体育能力培养现状分析

目前来看, 高校体育教育还存在很多问题, 部分院校一味强化文化教育, 弱化了体育教育的功能, 不利于学生坚强意志的培养, 同时还增加了学生的心理问题。其次, 部分教师不重技能训练, 体育教育“走过场”, 学生活动时间大于学习时间, 不利于学生运动能力的提升。再次, 部分教师将理论与实践内容分割, 导致学生将重心放到实践方面, 长期没有理论的支撑使其陷入学习困境, 不利于规范其运动行为, 也容易使其在赛事上屡次犯规。最后, 部分教师未思考体育的育人功能, 为衔接职业教育的根本要求, 不注重学生组织能力的培养, 不利于专业教育与岗位对接。

二、新时期高校学生体育能力的培养策略

(一) 磨练学生意志, 使体育教育更有内涵

体育于学生意志力的培养有积极意义, 高校体育教师要重新审视体育的育人地位, 凸显该课程的育人智慧, 将学生意志力培养放到核心位置, 促进学生全面发展。此外, 磨练学生的意志于其今后的发展有积极意义, 能够提高其抗压能力, 对于高强度的工作, 也能提高自身的适应能力。

在新的教育背景下, 教师要赋予体育教育新的内涵, 将心理健康教育与体育教育融合, 在不同的环境下磨练学生的意志, 通过体育锻炼使其培养良好的运动习惯, 同时还能帮助其培养坚韧不拔的品质。当前体育行业的竞争力加剧, 相关部门对体育人才的综合能力要求也更高, 这就需要高校落实体育教育工作, 培养学生的体育意识, 使学生在人生中走得更远。高校可开设校园马拉松活动, 鼓励学生积极参与, 在长跑过程中磨练自己的坚强意志, 培养“钢铁般”的精神。

(二) 提高运动能力, 使体育教育更有深度

体育教育并不是单纯的体育活动, 教师要秉持“教育为主,

活动为辅”的原则, 渗透体育知识, 提高学生的运动能力。面向大学生的体育教育要突出技能为首的原则, 拉近学生与专业知识的距离, 提升其岗位适应能力。

高校教师要立足于课程改革基础上, 鼓励学生参加各种竞赛类活动, 如篮球、足球等, 在实体环境中掌握更多的运动技巧。对于一些运动能力较强的学生, 教师可鼓励其做实习教练, 深入初中、高中等学校为相关学生做体育运动指导, 使其在实践活动中更好地锻炼自己, 促进其个人体育技能的提升。

(三) 理论实践融合, 使体育教育更有宽度

理实是不可分割的, 在新的教育背景下, 教师要注重理实结合, 为学生体育锻炼夯实基础, 避免因动作不规范造成肌肉拉伤的状况。此外, 教师还要鼓励学生多思考体育知识, 明确各个动作的要领, 培养规范意识, 进一步拓宽自身的思维。

例如, 在篮球教学中, 部分同学的投篮动作不标准, 教师可让学习能力比较强的学生给该同学示范, 同时教师也要做好理论指导, 如脚步训练、手势等, 同时还要引入竞赛方面的内容, 如足球比赛中如何正确“抢”球? 如何计分? 如何判断对手是否犯规等, 通过理论教育规范学生的运动行为, 使其在赛事训练中取得佳绩。

(四) 加强组织管理, 使体育教育更有广度

大学生是一类特殊群体, 他们有自己的思想, 且具备一定的组织能力, 面向大学生的体育教育要突出体育中团队合作的优势培养学生的组织管理能力。

目前来看, 各个行业中最为缺乏的是组织管理性人才。对此, 教师要组织学生参与团队性活动, 如接力赛、足球赛等, 培养学生的合作与组织能力, 使各个成员都能发挥自身的作用。此外, 教师还要强化学生的纪律意识, 使团队活动有条不紊地进行, 促进高校体育教育事业的发展。

三、结语

体育教育包涵的内容比较多, 其不仅局限于书本内容, 也不是一种特定的形式, 面向大学生的体育教育要突出素质优先原则, 帮助学生磨练坚强意志, 使其在逆境中愈挫愈勇, 同时还能强化其心理素质, 实现素质教育与体质教育的高效整合。此外, 教师还要注重理实结合, 从根本上提高学生的运动能力, 同时还要给其创造更多的实践机会, 培养其组织能力, 促进其全面发展。

参考文献:

- [1] 何亚丽. 如何培养大学生的体育能力[J]. 西部素质教育, 2017, 3(18): 55.
- [2] 伍波. 新时期大学生体育素养的缺失与重构研究[J]. 广州体育学院报, 2017, 37(04): 126-128.