

本科院校体育教学与运动训练的互动模式研究

高 晶 邓 科

(湖南交通工程学院, 湖南 衡阳 421001)

摘要:现如今, 体育教学与运动训练的互动模式在很多高校的教学活动中未进行实施, 该问题的产生是由于很多高校在教学阶段将教育重点放在知识教育的层面上, 没有对学生的身体素质进行教学细化。学生的身体状况是日常学习开展的基础力量, 只有具备良好的身体素质, 才能够更好地参与到学习与今后的各项活动中。该文就高校体育教学与运动训练互动模式进行分析和讨论。

关键词:本科院校; 体育教学; 运行训练; 互动模式

体育教学本身是整个教学内容中不可缺少的一部分。高质量的体育教学是高校体育教学活动的要求, 讲求通过高效的体育活动培养学生强健的体魄, 帮助学生更好地学习和生活。在高校的教学阶段, 大部分学生还处于成长期, 体育对青少年的成长非常重要。在此背景下, 高校体育教学的培养目标就不仅仅是学生身体素质的提高, 还要从意识层面上提升学生的终身体育意识, 使学生不仅在校期间能保持健康的体魄, 在毕业之后以及后续的人生阶段都能注重身体的健康。

基于此, 高校体育教师有必要在现有教学的基础上积极有序地开展体育教学活动, 通过一些简单有趣的体育项目吸引学生的注意力, 在实际教学中提升学生参与体育锻炼的积极性, 培养学生良好的锻炼习惯, 采用高校体育与运动训练的互动模式, 增强学生的身体素质, 实现高校体育教学的新目标, 达到提高教学效果和身体素质的双重目的。

一、加强高校体育与运动训练互动体育设施建设

体育教学是整个教学活动的重要组成部分。高校体育教学中所开展的各种各样的体育活动的质量是增强学生体质、培养学生体育意识的关键。另外, 对于现代高等教育来说, 要想有更好更快的发展, 就必须落实体育教学内容, 开展各种体育活动。

当前, 随着我国素质教育的广泛推进, 学生综合素质的培养越来越受到重视。高校的体育教学就能在身体和心理两方面提升学生的综合素质。但是反观现今高校开展的体育现状, 部分高校不仅没有认识到体育教学的重要性, 也没有加大对体育器材的投入。这种教学状况不仅会影响高校的教学质量, 而且不利于大学学生的身体素质。因此, 要重点加强高校体育设施建设, 加大体育设施经费投入。高校还可以与体育相关企业合作, 获得资金和资源的支持, 为相关领域输送体育人才。

高校完善体育教育的基础设施不仅能从物质方面保证体育教学与运动互动模式的有效实施, 还可以使学生在互动阶段更加活

跃, 积极参与体育课程。在长期的学习阶段, 我们可以养成良好的习惯, 继续坚持, 达到终身体育锻炼的目的, 促进大学生健康快乐的成长, 拥有强健的体魄。

在这个过程中, 需要注意的是, 高校在获得财政支持后, 需要将全部资金投入高校体育建设中, 不能随意挪用其他项目的资金。此外, 还要对高校体育乱收费的情况进行监督, 一旦发现, 坚决责令相关人员改正, 以满足高校体育与运动训练互动模式的顺利推进。

如: 在“篮球”运动教学中, 教师就可以使用体育与运动训练的互动模式, 使学生在运动训练中感受到乐趣, 并以此提高身体素质, 增强身体机能。教师可以进行“篮球”趣味教学, 增加“篮球”与学生之间的双向互动。教师可以设置简单的篮球投篮游戏, 将学生分为 5-6 人的运动小组, 让学生站成一列, 按次序进行从远到近不同距离的投篮, 在规定时间内, 命中率最高的一组获胜。这种趣味投篮活动, 不仅能在保证学生基础运动量的基础上提升学生参与体育锻炼的兴趣, 还能增加学生与篮球之间的互动, 帮助学生更好地进行篮球训练。

此外, 学校还可以根据具体的锻炼要求, 加强体育设施建设, 更好地学习篮球技术。体育教研组可以形成提案, 向学校申请利用体育教学资金扩大篮球场、增加篮板篮筐的数量以及为学生购置专门的篮球训练服装等等, 合理利用项目资金, 从物质和精神两方面给予学生参与篮球训练的双重满足感和归属感, 提升学生参与篮球训练的积极性, 实现高校体育教学的育人目标。

二、高校体育与运动训练需要体育与运动训练相结合

在高校体育教学方面, 运动训练项目与体育教学相结合, 有利于快速推进互动式教学模式, 提高高校体育教学效果, 使高校体育教师在体育教学中也能发挥自己的教学优势, 发挥自己的个人价值。体育教学与体育训练虽然存在着一定的差异, 但二者在发展过程中是不可或缺的。体育教学可以将体育理论的基础知识传授给学生, 让学生充分认识到进行体育锻炼对自身的帮助, 促进学生广泛参与各种体育活动。体育训练是在理论基础上的实践内容, 更好地将理论应用于实践, 帮助学生巩固知识记忆, 以突出高校体育教学效果, 达到素质教育的最终目的, 使学生在体育知识学习中得到实惠, 把这个行动的好处分享给其他人。

对于高校体育教师来说, 要善于挖掘体育与运动训练的优势, 积极推进这种互动式教学模式, 进一步创新和完善高校体育的发展, 突出高校体育的最终目标。就高校而言, 要根据体育教师的

实际情况,对体育教师的教学能力进行培养,对体育教师的教学内容和教学手段进行评价和改良,探讨更为可行的方案,以期有效实施体育与运动训练的互动教学法,促进二者的相互结合,使大学生能够积极参与体育锻炼活动,提高学生的综合素质,防止消极心态的出现。

另外,学生可以学习体育知识,参与体育锻炼,教师对学生监督,让学生更有效地参与体育锻炼,并运用监督的方式,促进学生养成良好的日常体育锻炼习惯。今后,在没有老师的监督下,我们也可以自觉地进行日常锻炼,感受锻炼的乐趣,实现体育锻炼背后的潜在价值。

如:在“排球”的教学中,教师可以适当向学生讲解排球的基础理论知识,使学生在一定理论知识的基础上进行排球训练。像是一些排球击打的正确方式以及排球比赛中的计分规则等,学生在掌握了这些简单的知识之后就能将之运用到排球的实际训练中。另外教师在排球项目的课堂教学上利用20分钟的时间对学生的训练成果进行检验。同样的,教师可以让学生自行结成2-3人的练习小组,在进行完简单的知识科普之后,学生就可以自行进行排球的练习,教师需要在一旁观看,对学生错误的击打行为进行纠正,保证学生排球训练的有效性。在学生练习结束之后,教师就可以对学生的练习成果进行检验,以打分的方式给予学生反馈。这样的教学方式,不仅创新了教师的教学方法,还帮助学生进行理论知识和实际锻炼的结合,有效提升了学生的锻炼兴趣,实现了高校体育教学的意义。

三、高校体育与运动训练的互动模式需要注重学生体育意识的培养

高校学生薄弱的体育锻炼意识是影响体育教学质量的重要因素之一。大学生在参加体育活动时,体育意识淡薄,不重视体育学习和训练。他们在其他专业课程上花费了大量的时间和精力,再加上长期坐在教室没有进行身体锻炼,其身体素质一直处于亚健康状态,在睡眠、饮食等方面都出现了很大的问题,更有严重者不得不住院治疗来改善自己的身体状况。

由此可见,不重视体育锻炼给身体和心理上带来的重大危害,所以高校学生需要从意识上提升对体育锻炼的重视,这样才能更好地保证学生的身体和心理健康。针对这一内容,高校体育教学需要积极探索切实可行的方法,着力提升学生的体育意识,使学生充分认识到体育与日常生活密不可分的关系,体育训练能更好地提高学生的身体素质,增强体质。

培养学生体育意识的主要途径需要根据大学生的实际情况和高校体育教学的实际情况,制定相应的体育课程实施方案。在教学过程中,体育教师还需要将创新融入课程,采用新颖的教学手段激发学生的锻炼热情,将体育教学与运动训练相结合,提高学生对运动学习和运动训练的兴趣。

如:高校在开展体育教学时,可以丰富学生的体育课程选择,尽可能地满足学生的需要,可以适当增加一些瑜伽、定向越野、攀岩、太极拳等体育运动项目,从学生主体出发,结合学生的实际需要,培养学生的体育意识。体育教师还可以推荐学生观看一些运动员的视频,像中国女排的比赛等,激发学生进行体育训练的意向,从精神教育层面提升学生的体育意识。

四、结语

在高校体育教学中,要改善现有教学中存在的问题,注重体育教学与运动训练相结合的互动模式,采取一些合适的教学方法,培养学生的体育意识,践行体育课程的教学目标,实现学生的全面发展。

参考文献:

- [1] 李程秀.高校体育教学资源融合发展的价值与可行性开发途径[J].体育科技文献通报,2020,28(8):28-29.
- [2] 秦盘龙.新时期提升高校体育教学实效性的策略研究[J].中国多媒体与网络教学学报,2020(8):89-91.
- [4] 赵咏梅.“互联网+”背景下体育在线教育平台使用现状及对策研究[J].大众标准化,2020(14):136-137.
- [4] 郝圆圆,盛晓艳.安徽省高校体育教师教学比赛成绩分析及成绩计算方法的优化[J].商丘师范学院学报,2020,36(9):103-106.
- [5] 赵越强.高校体育教学模式创新理念的探索——评《高校体育教育创新理念与实践教学研究》[J].中国高校科技,2020(7):108.
- [6] 童世敏.新兴教育技术与高校体育教学的融合——评《现代教育技术革新下高校体育教学研究》[J].中国教育月刊,2020(7):145.
- [7] 李王杰.美国高校体育教学物质环境系统及启示——基于美国亚利桑那州立大学体育训练环境调研[J].南阳师范学院学报,2020,19(4):51-55.
- [8] 邱红武.高校体育信息化教学管理探析——评《体育教学的信息化教学理论与实践研究》[J].科技管理研究,2020,40(13):255.
- [9] 黄书琴.基于目标驱动下契约式教学法在高校体育舞蹈教学中的应用与研究[D].南京体育学院,2020.

第一作者简介:高晶(1984-),湖南衡阳人,学历本科,研究方向为高校体育。

通讯作者简介:邓科(1983-),湖南衡阳人,学历本科,研究方向为高校体育。