

成人体育继续教育改革与发展途径以及对策研究

李世荣 张杨敏

陕西延安大学体育学院 陕西 延安 716000

【摘要】就目前情况来看,成人体育继续教育的质量和终身体育教育体系的质量有着密切的联系。所以在发展国民体育素质的时候需要将成人体育继续教育当做发展的核心,将“以人为本”当做教育理念,也需要将现阶段所广泛应用的信息技术在体育教育中有效使用,从而改变教学模式,让成人树立终身学习体育的意识。本文就成人体育继续教育改革与发展的途径展开分析,提出成人体育继续教育的对策,希望对相关人员有所帮助。

【关键词】成人体育继续教育;改革与发展;途径;对策

现阶段有很多成人还存在这样的误区,认为自己没有生病就是非常健康。这些成人几乎不会有较强的体育观念,也就阻碍了成人体育继续教育的发展。成人体育继续教育和终身体育教育可以促进人类和社会的发展,也可以继承和弘扬体育文化。但是在实际改革和实施当中依旧存在较多的问题和困难。所以在成人体育继续教育改革与发展的过程中,不光需要重视体能训练还应该重视意识的培养,让全民都将体育锻炼的意识提升起来,增加体育锻炼的兴趣,从而养成终身体育锻炼的好习惯。

1 成人体育继续教育改革与发展的途径

1.1 将课程结构和内容进行改革

在设计成人体育继续教育课程结构和内容的时候,应该根据成人高等教育的特点还有社会的需求进行设计,设计原则是“时间短、教学快”^[1]。这样可以将成人对于知识和技能的创新能力提升上去。所以,在进行课程结构和内容改革的时候应该注意以下几点:

(1) 使用现代体育教育教育理论,深入研究如何优化教材教学以及将现代体育教学知识应用到实际教学中。

(2) 将成人的专业知识进行拓展,加强技能训练。

(3) 研究体育教学的发展方向,将体育和其他学科的理论结合在一起,促进体育教育的发展。

(4) 让成人体育继续教育具有区域特色。

1.2 教学方法的改革

在进行体育教学的时候每一位教师都具有独特的教学方法和观念,所以在成人体育继续教育当中也应该延续独特性。体育教师在教学中积累了一定的教学经验,他们可以参加培训将自己的能力不断提升,并且在实际使用时也可以看到成果。所以,应该改革教学方法,从应试教育中脱离出来,让成人被动接受教育转变为主动去学习,也让自己的知识和技能不断提升。教学模式应该将讲述和讨论结合在一起,也要将实践和理论相结合,让成人去学习,教师去辅导^[2]。在这个过程中,会形成许多和体育有关的问题,从而提出问题,解决问题,

并且这样的教学也能够让教师增加应对的能力,解决重难点问题。

2 成人体育继续教育的对策

2.1 坚持“以人为本”

成人教育和一般的教育作比较,成人教育具有特殊性质。大多数成人都已经开始工作,他们在学习上的时间并不是很多,甚至有一些成人在学习的时候需要将时间碎片堆积起来,这样就会降低他们主动学习的兴趣和机会。所以在进行成人体育继续教育的时候需要坚持“以人为本”的理念,将服务成人当做目标^[3]。并且在教学的过程中,应该重视他们的体育素质,而不是只关注他们的技术训练,这一点在成人体育继续教育改革与发展当中也体现了出来。

想要让成人体育继续教育顺利改革和发展,需要促进成人素质的发展,这就需要注意以下几点:

(1) 想要创造出一个平等、合作和沟通的新教学模式就需要坚持动态自组织演化观,这样可以将成人为主体的特性突出。

(2) 需要合理安排上课的时间,因为有一些成人工作比较繁忙,有一些家庭情况也比较特殊,所以在设计上课时间的时候最好结合他们的实际情况进行合理的安排,这样他们在上课的时候也可以专心,不用顾及上课时间会不会耽误做其他事情,也就可以顺利完成课程。

(3) 如果是没有时间的成人,可以使用远程教学的方法,这样可以上班太忙,空余时间短或者是有其他事情的成人不受地点和时间的约束,从而放心学习。

(4) 在设计课程的时候,需要将成人的特点考虑进去,为他们提供一个更适合自己的内容,从而将服务成人的目标实现。

2.2 使用信息技术

我国已经进入了信息时代,可以在成人体育继续教育中应用信息技术,像是计算机和互联网等,这样的教育方式可以促进成人体育继续教育的改革和发展。在实际教育的过程中,可以使用计算机和网络技术进行远程指导,从而丰富教学形式和拓展教学资源。利用信息技术进行成人体育继续教育可以让成人使用多种学习方

法,也可以不受时间和空间的限制,在任何地点和任何时间都可以使用网络 and 手机学习。这就便利了工作比较繁忙或者是家庭事情较多的人员,对于教育来说算是一个较大的突破,在促进成人体育继续教育发展的同时还可以培养终身体育的观念。

2.3 转变教学模式

成人体育继续教育的改革和发展,需要人们树立终身体育的观念和意识,这也是推进其改革和发展的主要手段。根据相关数据显示,在进行成人体育继续教育的时候发现了许多问题,这些都可以使用转变教学模式来进行解决。转变教学模式可以让传统的体育观念改变,不再是为了锻炼而去锻炼,而是为了自身的健康和发展形成终身体育的观念^[4]。在具体实施的过程中需要将其实际使用,才可以让成人更好的理解成人体育继续教育,明确主要目的是为了将人们的身体素质不断提升,这样也有利于终身体育观念的形成。同时,只有人们对体育有了更加深刻的认识,才可以转变之前的错误观念

和对体育的偏见,愿意参与到体育继续教育中来,推动成人体育继续教育的改革和发展。最后还应该做好和体育教学有关的管理工作,从而保证体育继续教育可以有一个稳定长远的发展。

3 结束语

总而言之,我国现阶段还有部分成人并不愿意参与到体育活动和学习相关知识中,这会直接影响他们的健康。所以加强成人对体育继续教育观念的转变和进行体育教育非常重要,应该让他们参与到体育学习中来,从而有一个强健的体魄也能够形成终身体育锻炼的观念,促进成人体育继续教育的改革和发展。

作者简介:李世荣,男,教授,硕士,硕士生导师张杨敏(1996—),女,山西·晋城,延安大学体育学院在读研究生,研究方向,体育教育与训练

2019年延安大学继续教育教学改革研究项目

【参考文献】

- [1] 郭志良. 针对成人继续教育问题的探讨 [J]. 赢未来, 2018(22):1-1.
- [2] 牛涓敏. 成人继续教育存在的问题及对策 [J]. 文化创新比较研究, 2018(13):85-87.
- [3] 蔡姣. 新时期成人继续教育的发展机遇与困境选择 [J]. 教育现代化, 2018, v. 5(13):121-122.
- [4] 刘丽辉, 朱立斌. 我国体育教师职后教育问题与改革对策 [J]. 继续教育研究, 2018(9):71-74.