

论高校创新式体验教学素质拓展师生共同体的应用

徐子焯 董浩杰

河北金融学院, 中国·河北 保定 071000

【摘要】文章从当代高校体育课堂和大学生综合素质现状的整体和全局的角度进行分析,把学生长期的身心发展问题作为一个系统看待,提出了创新式体验教学的理念及其对于构建素质拓展师生共同体的重要性并详细阐述了创新式体验教学的实施过程,包括教学设计、课堂实践等方面的内容,从而系统地阐述了创新式体验教学素质拓展师生共同体的应用价值。

【关键词】大学生;素质拓展;体验教学

【课题项目】本文为河北金融学院第三期“师生学习共同体”项目创新式体验教学素质拓展研究成果。

前言

创新式体验教学素质拓展是在师生共同体理念下以贯彻健康第一为指导思想,以充分发挥学生的认识能力为核心,以培养学生的基本活动为目的,既能增进健康,强健体魄,又能培养和锻炼学生素质的体验式学习过程。本次师生学习共同体面向我校全体学生抽取15名学生,用12个月的时间,通过启发式、探究式、体验式、讨论式等丰富多彩的教学手段使同学们提升体能的同时发掘学生潜质,对自身有一个更全面的认识。全面了解每个人的特长、优势及潜在价值,助力学生在学习和生活实践中更有效地与他人沟通、交流,充分发挥各自的特长与潜能,培育团队协作精神,实现知行合一的实际体验。

1 高校中进行体验教学素质拓展师生共同体的重要性

高校作为人才培养的摇篮,对于教学模式的创新与实践尤为关键。体验教学素质拓展师生共同体作为一种新颖的教学模式,其重要性不容忽视。

1.1 提高学生自我认知能力

通过素质拓展教学,学生可以更深入地了解自己,包括自己的优点、缺点、兴趣爱好等。同时,培养学生突破思维定势与风险意识、培养学生细节决定成败的观念,不断完善自我,走向成熟。这种自我认知的增强有助于学生在未来的职业规划中做出更明智的决策。

1.2 促进学生全面发展

素质拓展教学致力于全面提升学生的各项能力,包括但不限于沟通能力、团队协作能力、创新思维、解决问题的能力。通过此种教学方式,学生们得以锻炼身体素质,培养统筹策划与优化配置资源的能力。此外,素质拓展教学还有助于培养学生独立生活的能力,以及面对环境改变的适应能力。

1.3 健全学生心理素质

素质拓展教学致力于提升学生的实践能力与创新思维,此种教育方式既能激发学生学习的积极性,又能提高学习成效,使学生在享受素质拓展乐趣的同时,提升团队协作能力和创

新精神。从活动中展现出自我管理、群策群力、互相帮助。通过真诚的交流、顺畅的沟通,改善人际关系,更为融洽地与群体合作。

1.4 加强思政教育

体验式的素质拓展教学能够让大学生乐于在参与体验中培养坚强的意志,提高主动交流的主动性,在体验式学习过程中培养集体荣誉感、团结一致、勇敢顽强、挑战拼搏的新时代大学生精神。

1.5 促进师生同步发展

师生共同体理念的贯彻实现了教育者和受教育者之间角色的转换,使学生更好地融入到教学活动同时提升教师的整体素质,促进教师的专业发展,从而提高教学质量。

2 新式体验教学素质拓展师生共同体的应用

2.1 教学特色

本次师生学习共同体将启发式、探究式、体验式、讨论式教学相结合、讲解示范法和指导法相结合。由启发性问题或情景让学生自己思考、理解,激起学生的兴趣与激情,通过具体动作示范、语言讲解,使学生直接感知所学学习动作的要领和方法,促使学生进行思维,培养学生认识事物、分析问题和解决问题的能力。将教师主导的兴趣导入、新知启发、理论授课、案例解析、评价总结与学生主体的感知、探索、理解、运用、掌握相结合。以此种创新模式提升教师的教学水平,丰富课堂内容,帮助教师更好地掌握课堂节奏及教学节奏,与学生建立更深刻的连接,形成注重理论、强化实践、培养能力、扩展思维的创新式体验教学素质拓展师生共同体。

2.2 素质拓展计划实施

本次体验教学素质拓展师生共同体充分考虑到体育运动项目对大学生专业核心技能的影响,同时根据学生的兴趣爱好、专业特点和师资力量以及学院的基本条件选择了包括高空项目,中低空项目,地面项目三个主题在内的十一个素质拓展训练项目,不断创新教学方,法整合教师资源,突出培养特色。具体训练项目如下:

学习主题	学习内容	学习拟达到的效果
信任背摔	倒向“人床”的那一刹那, 对本能是一种突破, 对人性来说更是一种解脱。彼此的信任来源与彼此的责任和关爱, 团队的支持是个人敢于挑战的基础。	1、培养团队内部的相互信任。 2、增强学生挑战自我的勇气。 3、发挥团队精神、互相帮助。
高空断桥	高空断桥是一个以个人挑战为主的高空项目, 该项目具有较高的心理冲击, 整个过程需独立完成。学生在穿戴专业安全装备后, 攀爬至断桥, 自一端跃至另一端, 并返回。颇具哲理的“断桥一小步, 人生一大步”概括了此项活动的核心要义。	1、鼓励学生克服恐惧, 用于面对困难, 认识自我, 增强自信。突破心理舒适区。 2、自我说服与自我激励的能力培养, 感受激励他人和获得激励增加勇气的重要性。 3、互帮互助, 共克时艰, 培养团队协作意识。
盲人方阵	以团队协作为主的项目。在双目被遮挡的前提下, 所有学生把15米长的绳子围成一个正方形。领导者与执行者的默契程度。	1、培养团队成员的交际意识, 提高交际技能和决策能力。 2、特殊情况下, 感受配合完成任务的方式方法。 3、培养科学的思维方法和运用知识的能力。
垂直天梯	这是一个以2或3人共同挑战和团队配合相结合的项目。每个天梯距离1.5米, 共6阶。从最下端在两人的共同努力爬至最上端。项目对体力消耗相对较大, 具有一定难度和心理冲击。	1、培养学生法人相互协作精神。 2、体会团队内部人员合理搭配对实现整体目标的价值。 3、尽自己最大的努力, 合理的分工, 互相鼓励, 充满自信, 克服心理上的障碍。
挑战150	在150秒内完成一些列看似不可能完成的任务。8人在8x8的木方上站立10秒, 10人连续通过跳绳, 6米距离7人用U型管将小球连续传递。	1、培养团队成员统筹协调协作能力。 2、培养学生在压力下坚持不懈的努力和敢于拼搏的精神。
空中抓杠	个人挑战为主的项目, 它属于高空高难度项目, 通过立柱扶手爬到顶端, 站到立柱顶端7米高空的圆台上, 整个过程需要独立完成。	1、克服恐惧, 勇攀高峰, 挑战自我, 发掘潜能。 2、培养团队成员面对困难时的互助精神。
雷阵图	团队挑战为主的项目, 也叫突破雷区。雷阵区由方格构成, 学生需依次穿越雷区, 抵达目的地。该挑战旨在提升学生突破固有思维模式与团队协作能力的有序性。	1、培养敢于尝试, 不断探索的精神。 2、培养创新意识, 突破思维定式。 3、善于利用工具与资源。
攀岩	将个人能力挑战与感受结合动作作为一项高空挑战项目。合理运用固有的资源, 练习学生的手脚攀爬能力。感受号称“岩壁上的芭蕾”的美妙感觉。以及在艰难困境下对自我保护的意识。	1、培养学生挑战自我, 不断进取、敢于攀登的精神。 2、合理使用岩壁上的岩点, 将它们最有配置。 3、体验前人探索历程的艰苦卓绝以及后来者据此取得的间接经验, 对于实现成功具有至关重要的意义。
神笔马良	所有学生名字中取出一个字, 组成两句七言律诗。每人拉住用14根围绳“同心笔”的绳环在彩色的A4纸上写出诗中的每个字。	1、培养团队的合作能力, 通过合作形式形成默契。 2、学会梳理资源并通过有机的资源整合完成任务。

求生电网	典型的穿越障碍的团队合作项目, 要求全体参与者全力以赴, 以免某一成员的松懈导致其他成员陷入更深的困境, 甚至使之前的努力付诸东流。	1、培育学生具备合理安排、高效组织, 协同行动、紧密协作的观念。 2、明白分工合理、服从组织安排的要义。 3、优化团队决策过程与严谨务实的工作态度。
毕业墙	求生墙也称毕业墙, 墙面前开阔地面上放置海绵垫两块, 所有学生在4米高的墙面前全部翻越过去。	1、提高危机时刻的生存技能 2、培养团队内部及团队之间的凝聚力

3 结语

创新式体验教学在激发学生兴趣、提高学习效率、培养学生综合能力等方面具有显著优势。同时, 这种教学模式也为教师提供了更多的教学资源 and 手段, 有助于提升教师的专业素养和教育创新能力, 广大师生能够充分利用创新式体验教学带来的机遇和挑战, 不断提升自身素质和能力水平, 共同构建更加和谐、高效的教育环境。总之, 创新式体验教学素质拓展师生共同体是教育改革的重要方向之一, 其对于提升教育质量和促进师生共同发展具有重要意义。

参考文献:

- [1] 朱松梅. 论大学生素质拓展训练与高校体育教师素质的拓展[J]. 教育与职业, 2007(33): 155-156.
- [2] 葛续华. 论“师生共同体”全面发展的内在逻辑[J]. 聊城大学学报(社会科学版), 2020, (06): 111-115.
- [3] 张振伟. 我国部分高校拓展训练教学大纲研究[D]. 北京: 北京体育大学, 2016.
- [4] 罗加冰. 影响中国大学生身心健康若干因素的分析[J]. 北京体育大学学报, 2004, (10): 1343-1344+1347.