

# 新时代教育理念下高校体育教学方法理论与实践研究 ——以榆林学院为例

徐振华 李卫星 钞海波

榆林学院体育学院, 中国·陕西 榆林 719000

**【摘要】**新时代教育理念下, 高校体育教育面临着新的挑战与机遇。体育教育不仅关乎学生的身体健康, 更肩负着培养学生综合素质、心理素质和社会适应能力的重要任务。本文以榆林学院为例, 通过对该校体育教学现状的分析, 探讨新时代教育理念下高校体育教学方法的创新与实践, 提出一系列切实可行的教学改革措施。研究表明, 基于新时代教育理念, 榆林学院通过实施个性化、多样化和实践导向的教学方法, 显著提高了体育教学的效果, 增强了学生的体育兴趣和参与度, 有效促进了学生身心的全面发展。

**【关键词】**新时代教育理念; 高校体育教学; 教学方法创新; 理论与实践

**【基金课题】**1. 新时代教育理念下高校体育教学方法理论与实践研究——以榆林学院为例 JG2451。2. 大型体育赛事与榆林市文化软实力耦合机理及效应研究(2023-CXY-116), 榆林市科技局。

## 引言

随着我国教育体系的不断发展, 尤其是在新时代教育理念的引导下, 教育的内涵和目标发生了深刻变化<sup>[1]</sup>。国家对高校体育教育提出了新的要求, 特别是强调体育教育应当与学生的全面发展、心理素质及社会适应能力培养紧密结合。高校体育教学面临着转型和创新的压力。作为一所地方性高校, 其体育教学面临着传统教学模式的局限性以及学生体育兴趣的减退等问题。因此, 如何在新时代教育理念的引领下, 创新体育教学方法, 提升教学质量, 培养学生的综合素质, 是当前亟待解决的课题。

本文采用文献分析法、问卷调查法、访谈法以及案例分析法等探讨新时代教育理念下高校体育教学方法的创新与实践, 特别是榆林学院体育教学的现状与改革。通过分析该校体育教学中存在的不足, 并结合新时代教育理念的要求, 提出改进措施和教学方法创新的实践路径。研究不仅有助于推动榆林学院体育教学的改革, 也为其他高校在新时代背景下进行体育教育创新提供了借鉴与参考。

## 1 新时代教育理念的内涵与特点

### 1.1 新时代教育理念的内涵

新时代教育理念的核心是以人为本、全面发展、创新驱动、终身学习。这一理念强调学生的全面素质教育, 特别是身心健康的协调发展<sup>[2]</sup>。体育教育中, 新时代教育理念要求: 全面发展: 教育目标不仅局限于学生的学术能力, 还应包括德、智、体、美、劳的全方位发展。体育教育应当融入这些元素, 培养学生的身体素质、社会责任感和团队合作精神。个性化教育: 根据每个学生的兴趣、需求与发展潜力, 进行个性化的教学设计, 以提升学生的学习动机和参与度。创新与实践: 体育教育应注重创新, 通过新的

教学手段和内容来激发学生的兴趣, 同时加强实践能力的培养, 使学生能够将体育知识与实际应用相结合。心理健康与社会适应: 体育教学不仅要提高学生的体能, 还要促进其心理健康、情感发展和社会适应能力的提升。

### 1.2 新时代教育理念对高校体育教学的影响

新时代教育理念对高校体育教学的影响深远。首先, 体育教学不再是单一的体能训练, 而是要关注学生的综合素质培养。其次, 体育教育更加注重学生的个性化需求, 强调课程设置的多样性和灵活性。再者, 体育教学方法要从传统的单一传授式教学转向互动式、体验式和实践式的教学模式, 增强学生的参与感和自主性。最后, 随着信息技术的发展, 体育教学也应借助现代科技手段, 进行线上与线下的结合, 推动教育的智能化和数字化。

## 2 榆林学院体育教学现状分析

### 2.1 榆林学院体育教学概况

体育学院在原体育系和公共体育教学部基础上组建成立, 同年开始招收社会体育指导与管理专业本科学生。办学过程中坚持以人才培养、科学研究、群体竞赛和社会服务为中心, 走内涵发展道路, 努力提高办学质量。始终以人才培养为第一要务, 不断探索体育教育专业规律, 深化教学改革。以学生发展为中心、以社会需求为导向, 为社会培养高水平体育专业人才。

### 2.2 榆林学院体育教学的优势与不足

体育教学在硬件设施和师资力量方面具有一定优势。首先, 学校拥有较为完善的体育场馆和基础设施, 为体育课程的开展提供了良好的物质保障。标准化的运动场、健身房和多功能体育馆等设施, 满足了不同项目的教学需求, 有助于提高学生的体育参与度和兴趣。其次, 榆林学院的

体育教师团队具有较高的专业素养和丰富的教学经验,部分教师具有高水平的运动训练背景,可以为学生提供高质量的专业指导和个性化的教学支持。然而,学校的体育教学也存在一些不足之处。首先,教学内容较为单一,主要集中在传统的项目如田径、篮球、足球等,缺乏对新兴体育项目的引入和跨学科融合的尝试,难以满足不同学生的兴趣和需求。其次,教学方法较为传统,普遍采用讲授式和示范式的教学方式,互动性不足,学生的参与度较低。很多学生在课堂上缺乏主动性,体育课往往成为一种“必须完成的任务”而非兴趣所在。因此,如何在保持体育课程传统优势的基础上,引入更多创新元素,提高教学方法的多样性和学生的全面发展,是当前体育教学亟需解决的问题。

### 3 新时代背景下高校体育教学方法的创新与实践

#### 3.1 推动教学理念的转变

传统的体育教学注重技能传授和体能训练,往往以“训练为主,理论为辅”的模式为主。新时代背景下,体育教学应更加注重学生全面素质的培养,不仅仅是体能的提升,更要关注学生的身心健康、团队合作、社交能力和创新精神<sup>[3]</sup>。因此,教学理念的转变尤为重要。首先,应从“重技能”向“重素质”转变,关注学生在运动过程中培养的责任感、团队精神、坚持不懈的意志力等品质。其次,要倡导“全员参与、终身体育”的理念,强调体育的普及性和长期性,促进学生养成终身运动的习惯,提升身体素质的同时,也增强心理素质。

#### 3.2 更新教学内容和课程设计

高校体育教学内容应与时俱进,融入更多元化的体育项目<sup>[4]</sup>。要加强对新兴体育项目的引入,如瑜伽、普拉提、武术、极限运动等,不仅丰富了学生的选择,也能帮助学生在不同的活动中找到兴趣点和适合的运动形式。课程设计应结合学生的不同兴趣和需求,设立多样化的选修课程,提供更多的个性化选择。针对一些文科类专业的学生,可以开设轻松的健身操课程或户外运动课程,而对于理工科类的学生,可以开展更具挑战性的篮球、足球、田径等课程。通过多样化的课程设置,使每位学生都能找到适合自己的运动方式,激发其参与体育活动的兴趣和积极性。

#### 3.3 创新教学方法与手段

传统的体育教学方法往往注重单一的示范、讲解和训练,容易导致学生的参与感和兴趣逐渐减弱<sup>[5]</sup>。高校应采用更加灵活和互动的教学方法。可以利用科技手段,能够让学生通过虚拟场景进行体育训练,增加运动的趣味性和互动性。通过“翻转课堂”的方式,让学生在课前观看视频、学习理论知识,课堂上则通过实践和讨论进一步深化对运动技巧的理解与掌握。运动中引入游戏化教学模

式,设置奖励机制、任务挑战等方式,增强学生参与的积极性,提升他们的运动兴趣。体育课程也可以通过小组合作、竞赛等形式,培养学生的团队协作能力,提升课堂互动性。

#### 3.4 完善体育评价体系

传统的体育教学评价体系过于注重学生的体能和技能表现,忽视了学生的参与度、情感体验以及团体协作等方面的评价。新时代的体育教学评价体系应更加全面、多元化。应采取过程性评价和综合性评价相结合的方法,不仅仅评估学生的运动成绩,还要关注学生的参与积极性、团队合作能力、体育道德等素质。要注重学生的自我评价与同伴评价,鼓励学生对自己在体育活动中的表现进行反思,同时通过同伴互评提升团队合作意识。评价结果应与学生的个人成长和发展相结合,帮助学生树立正确的体育价值观。

#### 3.5 加强师资队伍建设

体育教师的专业水平和教学能力是高效体育教学的核心保障。新时代的高校体育教学要注重师资队伍建设和培训。高校应定期为体育教师提供专业培训,增强其现代教学理念、信息化教学手段以及心理辅导技能的掌握。教师还应不断更新教学内容,提升对学生个性化需求的敏感度和回应能力,确保每个学生在体育课程中都能够得到充分的关注与发展。

### 4 总结

新时代教育理念对高校体育教学提出了新的要求,创新体育教学方法是提高教学质量、培养学生综合素质的关键。榆林学院通过实施个性化、多样化的体育课程,并结合信息技术和心理素质教育,取得了较好的教学效果,显著提高了学生的参与度和体育兴趣。实践表明,体育教学方法的创新能够有效提升学生的身心健康,促进其全面发展。

#### 参考文献:

- [1] 邢崇智. 新时代背景下学校体育教育理念的“转”与“变”研究[J]. 体育视野, 2022, (11): 63-65.
- [2] 郭通通. 新媒体时代基于全人教育的高校“以体育人”内在逻辑与路径转向研究[J]. 新闻研究导刊, 2024, 15 (11): 143-146.
- [3] 张一桥, 吴雅辛. 数字化赋能体育教育专业课程改革之厘析与推进路径[J]. 襄阳职业技术学院学报, 2024, 23 (06): 85-88.
- [4] 文雄, 裘进, 尚书庆, 等. 大学体育[M]. 重庆大学出版社: 201508. 266.
- [5] 丁志英. 高校素质教育与体育教学手段创新研究[J]. 黑龙江科学, 2020, 11 (23): 96-97.