

# 体育教学与运动训练协调发展路径分析

郑新刚 张晓波

齐鲁医药学院公共教学部, 中国·山东 淄博 255000

**【摘要】**随着全球经济一体化的快速发展,世界范围内举办的体育赛事越来越多。为了促进国内体育的发展,政府和学校正在大力改革体育课程。部分学校在体育教学和运动训练方面出现了理念错乱现象,不利于培养学生的体育素质。针对这一现象,本文首先介绍了体育和运动训练,然后深入研究了目前体育教学存在的一些问题以及改善对策,以期为我国体育的发展做出贡献。

**【关键词】**体育教学; 运动训练; 课程改革

## 引言

随着国民生活水平的不断提高和电子产品不断的革新,学生的饮食生活越来越丰富,而且多数学生沉迷于网络。在学校的时间段里多是在教室里学习,不愿意参加体育活动,造成学生们虚胖的体格,不利于学生的健康成长。在这种情况下,学校应该加强学生对于锻炼身体重要性的理解,通过体育和体育训练提高学生的身体素质,保障学生们的成长过程是绿色健康的。

### 1 体育课程教学与体育运动简介

首先,体育课程教学是我国教育部制定的基本课程,从小学到大学,一直出现在学生的求学过程中,可见其重要性。体育教学是学校教师根据国家教材和课程标准设计的一系列体育教学活动。在课程期间,教师会向学生普及体育活动的基础知识,包括体育规则和技巧,通过系统的教学,培养学生树立终身体育的目标,加强学生们的体育核心素养。

其次,体育运动不同于体育教学的地方在于体育运动是一个动态的过程,一个具有竞赛精神的活动。体育教师结合学生的状态,根据训练目标调整训练方案,指导和管理学生开展科学合理的训练活动。主要包括体能训练和运动技巧训练。教师往往更关注学生的体育成绩,着重提高学生突破自己,有效提高自身身体素质。

### 2 目前体育课程与体育训练协调发展中的不足

我国的国家运动员在近些年经常突破自我,在世界各大比赛中获得胜利,使得我国政府和学校越来越重视到体育教学工作的重要性。大多数学校已经逐步开展系列的体育教学工作,但是在具体实施的过程中,学校依旧受到了限制。主要表现在以下几个方面。

#### 2.1 师资力量有待加强

一方面,部分教师只掌握了专业知识,没有育人理念,在教学过程中只能加强学生的体育训练,没有将国家要求的正确的体育课程目标融入体育教学,影响教学效果。另一方面,随着学校招生人数的不断增加,学校师资力量不足,优秀教师数量也就有限,导致学校的体育教学内容和教学方法不能跟上现代体育的发展。这也大大降低了教学质量。

#### 2.2 缺乏科学合理的评价机制

多数教师在教学过程中只注重教学目标是否达成,学生的成绩是否及格,完全忽略了培养学生的体育核心素养。体育教师在进行评价时,因为没有科学合理的评价机制,所以不能对学生进行客观全面的分析和评价,不利于学生发现自身的问题。

#### 2.3 体育运动项目单一

目前为止,大部分学校的训练场地较少,再加上学生过多,无法提供足够的运动场和装备,学生们无法充分参加跑步活动。另外,文化课教师会占用体育课堂,大大缩减了学生体育训练的时间,无法满足学生摄入正常的运动量,导致学生缺乏体育素养,不利于学生全面发展,

### 3 体育课程教学与体育运动训练协调发展的有效措施

#### 3.1 明确体育内涵,转变教学思维

为了落实国家和社会要求,体育教师应该坚定的意志,设置正确的思想和身体协同发展的体育课程训练。吸引学生积极参加体育活动,提倡学生的身体质量的提高。例如,阴天或下雨不能开展户外活动时,教师可以让学生观看乒乓球、篮球、足球、网球等视频。发挥多媒体的优势,详细的向学生讲解比赛规则,如如何部署和控球等技巧,将学生们的兴趣大大发挥作用。

#### 3.2 加强体育教学师资力量投入

教师是一个学校的中坚力量,高素质的教师更利于学生的发展。对此,各大学校需要建立优秀的专业教师队伍,比如聘请专业能力较高的人才,定期培训教师等,力求提高教师的整体专业水平。另一方面,学校领导者需要严格要求教师,并定期进行专业评估和教师培训,让教师也处于不断学习的状态。除此之外,每个高校都是定期交流工作和心得的平台,加强相互的关系,同时共享教育资源和信息,共同发展并提高体育教育与运动训练的整体水平。

#### 3.3 丰富体育运动项目

随着素质教育的深入,学校要加大资本投入,改善体育设施,满足学生日常体能训练的需要。比如,根据学校实际情况和学生调查引入项目,让学生们学习体育知识,并根据自己的兴趣,有选择地参加体育活动。此外,丰富的体育活动有助于学生理解各种体育知识和技能,还可以缓解学生枯燥的学校生活,增强学生的体质和运动技能,培养学生的运动精神。

#### 3.4 完善体育教学方法

在以前的课堂中,学校的师资质量有限,在教学时教育手段单一且多以教师为主,而现在,新课标强调在课堂教学中把过去学生不敢大胆表达、“打一下动一下”的学习习惯丢弃,养成学生畅所欲言、自主探索的好习惯,提升学生的主体地位。教师可以安排学生自由讨论体育知识和运动项目,鼓励学生课后自主练习,培养学生的自主思考能力,加强对体育训练的理解。

### 4 结语

总而言之,学校和教师要提高对体育教学的重视,通过有效的措施,协调发展体育教学和运动训练,帮助学生完善综合素养。

### 参考文献

- [1] 李献军. 高校体育教学和运动训练的协调发展[J]. 商丘职业技术学院学报, 2017, (4). 106-108.
- [2] 程少宇. 浅谈高校体育教学和运动训练协调发展[J]. 新西部(下旬刊), 2015, (6). 154-155.
- [3] 金海伟. 对高职院校体育教学与运动训练协调发展的研究[J]. 运动, 2015, (10). 113-114.
- [4] 龚成旭. 对高职院校体育教学与运动训练协调发展的研究[J]. 当代体育科技, 2014, (12). 48-48, 50.