

高校运动训练和体育教学的发展策略研究

王 兵

四川信息职业技术学院 四川 广元 628017

摘要: 高校体育是现代教育体系下相当关键的组成部分,已经受到现代高校的长期关注,之所以会出现这种情况,是因为高校体育能够有效增强学生的体质,从而为学生其他方面的学习奠定良好的支撑作用。在体育教学中,教师需要经常性的引导学生参与运动训练,现有教育对学生素质全面发展的重视程度相对较高,因而这就要求高校的体育教师能够有意识的优化创新教育教学方法,以此来提升课堂教学质量。将高校运动训练和体育教学进行有机融合能够在相当大的程度上加深学生对体育学科以及运动训练的了解与区分,为现代高校教育的长远建设提供相应的帮助。

关键词: 高校体育; 运动训练; 体育教学; 发展策略

在现代高校体育教学中,运动训练和体育教学是处于相辅相成的关系中的,二者具备相应的相似性特征,但是实际仍旧存在相应的差异性,直观来讲,高校体育课的本质就是体育训练^[1]。通过深入分析探究后可以发现,二者就宛如是点和面的关系,运动训练以及体育教学均是高校体育课程的重要组成部分,有效区分二者的差异,同时精准处理二者的关系具有极为重要的意义,能够促使学生更好地掌握运动训练以及体育学习的方法,为学生体质的增强带来更为充实的帮助。

一、运动训练和体育教学间的异同

1. 运动训练和体育教学的差异

运动训练从属于体育竞技的直观呈现,是高校为帮助学生形成良好的体质,提升自身身体素养的重要手段,能够在相当大的程度上促进学生的成长,使其能够共同成长发展,激发学生的潜能,充分体现并遵从个体差异化的训练方式^[2]。体育教学是高校教育内容的基础组成部分,是学校内部的教育活动,能够促进学生想象力和创造力的高度的提升,使其能够拥有更为广阔的知识视野,相当于某种体育锻炼,可以说是高校体育教学的重要理念支撑。从运动训练和体育教学的发展情况来看,二者最为本质的差异就是运动训练的重心为竞技,而体育训练的重心则是锻炼身体。

2. 运动训练和体育教学的相同点

体育教学和运动训练并不只存在差异性,同时也存在着相似性。二者的面对对象均是学生群体,要求通过各种各样的形式来开展对学生的体育教学活动,但是教师始终为教学过程中的引导者^[3]。共同目标均是促进学生身体素质的增强,让学生能够在运动训练中保持自己的身体健康。二者的教学过程均需要按照相应的规律和计划来执行,在部分情况下,二者的训练模式是相互均衡互动的。

二、高校体育教学和运动训练的教学现状

1. 教学资金和师资力量缺乏

现有高校体育教学与运动训练的普遍教学现状表现为

教学资金和师资力量的缺乏。具体来讲,教师通常只擅长某项体育运动,自身综合素养方面存在欠缺,在教育引导学生过程中,很有可能导致学生水平单一。教师日常更加关注训练自身特长,在实际教育引导学生的过程中,还存在相应的经验欠缺的问题,相应教育技能也并不良好^[4]。教师并未针对性地开展体育专业学习,缺乏充足的理论知识储备,在培养学生专业技能上存在明显的不足。此外,教师所采取的体育教学方案过分枯燥乏味,导致学生并不具备充足的学习兴趣,此种体育训练和体育教学模式将会极大地降低学生的参与兴趣,甚至会导致学生产生厌学情绪,对今后的体育教学和运动训练来讲,显然是存在诸多不利的。此外,部分高校体育设施缺乏,其本应该是学生参与到运动训练的基础支撑,但由于设备缺乏,导致教学活动难以正常展开。

2. 教学方式落后陈旧

现在高校体育教学仍旧采用着传统且不科学的教育方式。就目前来看,我国高校体育教师在开展教学活动的过程中普遍缺乏针对性,教学内容枯燥乏味、教学模式传统单一^[5],因而导致学生参与到体育活动中的积极性严重降低,体育教学成效在此种情况下受到巨大影响。伴随现代经济的飞速发展,我国对体育事业的重视程度越发提高,高校现有体育教学模式正在积极地改变并且正在形成崭新的体育教学体系,其整体表现为完善科学,体育教学在此种情况下的地位也正在不断提升,成为了促进学生综合素养成长的重要支撑。但即便已经获得巨大的进步,我国高校体育教学在飞速发展的过程中却仍旧存在着诸多问题以及需要完善的地方,高校体育教师需要积极的创新体育教学模式,全面促进体育教学和运动训练的均衡发展,这样才能够满足学生群体的成长需要,为其体育理论知识储备的增加以及实践应用能力的成长带来帮助。

三、高校体育教学和运动训练均衡发展策略

1. 创新优化发展理念

为切实有效地推进高校体育教学与运动训练的均衡发

展, 体育教师有必要积极地改变自己现有的教育思想观念, 将实现二者的均衡发展作为核心教育思想, 用于为高校体育教学活动的有效开展提供支撑^[6]。体育教师需要充分提高对学生体能训练的重视程度, 承担起自己应尽的责任, 充分展现出自己在体育课堂中的引导者以及活动实行者的角色功能, 需要明确自身所具备的教育职能, 坚定不移地持有主学思想, 为学生创造出体育教学与运动训练相互融合发展的教育课堂。体育教师需要做好课堂引导工作, 保证每位学生都能够有效提升对体育课程的重视程度, 真正意识到体育学习能够为自己身体素质的成长带来相应的帮助, 还能够促使自己形成坚韧不拔的学习品质。当学生能够在思想上充分认可体育训练, 便能够积极主动地参与其中, 进而便能够达到锻炼身体、增强体质的重要目标。

2. 科学设置教学内容

高校体育教师在设置课程内容的过程中, 需要重点关注学生群体的需要, 由于每位学生都具备相应的个性化意识, 因而体育教学的核心不再是知识理论的传递以及实践能力的培养, 而是对学生学习兴趣的激发, 教师如果能够激发所有学生的学习兴趣, 即便不做任何约束, 学生也能够融合在体育课堂中, 反之, 教师如果难以激发所有学生的兴趣, 那么即便采用多种约束, 也难以引导学生学习相应的体育知识^[7]。所以, 教师需要从学生群体的兴趣爱好着手, 让体育训练内容更为充实丰富, 促使学生形成在体育运动训练上的兴趣和积极性。鉴于此, 教师在选择设计体育项目的过程中, 不仅要包含常见的足球、排球和篮球等运动, 而且还需要从学生群体的实际兴趣着手, 拓宽体育课程项目范围, 为学生增设网球、攀岩、骑行和瑜伽等多样化活动。教师需要从高校体育教学的基本目标出发, 为学生设计出开放活跃的课堂氛围, 只有这样才能促使学生积极地参与到实践训练中。学生才能够在面对丰富充实的体育课程的过程中, 产生良好的学习意识, 始终保持有充足的热情。

3. 创新体育教学方法

教师如果想充分调动学生群体的参与兴趣, 不仅需要优化改革教学项目, 而且还需要采用崭新的体育教学方法, 以此来为课堂添加更多生机, 使学生的体育学习能够更为有趣活泼^[8]。因此, 教师需要充分借助现有资源成立体育社团, 同时也可以组建相应的专业化运动团队, 用于帮助学生充分认识到体育训练的重要性。当教师组建完田径队、游泳队与篮球队之后, 可以将学生群体的体能测试成绩作为参考目标, 将优秀学生招录到队伍内部, 或者也可以由学生群体相互举荐, 用以保证所有学生都能够参与到自己喜欢的运动队伍中。教师还需要充分关注对所有体育项目团队的管理工作, 安排具备良好的责任心以及优良表现的学生成为队伍的管理者, 为教师开展各项体育训练活动提供辅助作用。此外, 在高校体育教学中, 教师还需要积极地应用多媒体技术, 为学生创设开放活跃的学习情境, 使学生能够在观看多媒体

课件的时候明确相应的动作技巧, 在充实活跃课堂氛围的同时, 也能够有效提升体育教学质量和效率。

4. 强化师资队伍建设

高校体育教师需要具备相应的专业素质和教学能力, 只有这样才能确保所设计的体育课程活动满足学生群体需要, 提升教学成效。就目前来看, 我国部分高校体育教师的专业素养仍旧不高, 因而导致体育教学和运动训练的成效较低, 面对此种情况, 高校需要充分提高重视程度, 认真地展开招聘和培训工作, 提高体育教师团队的建设成效。高校需要从体育课程的实际教学角度着手, 全方位地考察应聘教师的职业素养, 保证招收的体育教师拥有良好的教育能力以及专业素养, 曾接触并通过正规训练。除此以外, 高校还需要对现有教师团队进行教育培训, 为其提供充足的成长机会, 积极地组织开展研讨会或者座谈会, 用以体育教师提供充足的交流经验以及总结技能的平台。从根本上提高体育教师团队的综合水准, 这样便能够促使高校体育运动训练教学成效显著提升。

结束语:

总之, 不管是高校体育教学还是运动训练, 都会为学生的成长带来无可忽略的积极影响, 因而教师有必要充分认识到二者的功能, 从学生群体的实际情况着手, 科学合理地设计体育教学内容、优化完善体育教学形式, 让学生能够更好地参与到运动训练中, 加强对学生群体的指导, 充分展现出学生群体在课堂中的主体地位。这样不仅能够让学生掌握更多体育知识储备以及实践技能, 而且还能够培养出更多符合我国社会需求的综合性人才, 为现代社会的长远发展建设奠定下坚实的支撑作用。

参考文献

- [1] 张军骑, 李佳莉, 李明. 信息化平台在高校体育教学中的应用实践研究——以安信工智慧运动管理平台为例 [J]. 体育科技文献通报, 2020, 28(09): 26-27+38.
 - [2] 余红盈. “阳光体育”视角下的高校体育教学与运动训练 [J]. 食品研究与开发, 2020, 41(13): 234.
 - [3] 盛颖. 高校体育教学中常见运动损伤的应对措施及其预防 [J]. 当代体育科技, 2020, 10(11): 32-33.
 - [4] 俞同. 分级教学法的应用——以高校体育教学与运动训练协调发展为例 [J]. 黑龙江科学, 2020, 11(07): 92-93.
 - [5] 冯辉. 高校体育教学和运动训练的协调发展 [J]. 中国农村教育, 2019(35): 30-31.
 - [6] 史传华, 杨桂其. 阳光体育运动背景的高校体育课内外一体化教学模式构建 [J]. 当代体育科技, 2019, 9(34): 144+146.
- 作者简介: 王兵, 1983年2月, 男, 汉, 四川广安, 四川信息职业技术学院, 教师, 本科, 讲师, 毕业院校: 绵阳师范学院, 主要研究方向: 体育教育, 邮箱 754598213@qq.com