

冬奥会背景下普通高校男生综合课程的设计与优化

金浩¹ 葛永喆² 王占江³

1 河北农业大学体育工作部 2 河北农业大学渤海学院基础课部 3 河北省保定市第一中学体育组 河北 保定 071000

摘要: 为满足和适应时代的发展,需要以人为本,将教育理念进行融合。本文认为教育需要以学生作为一切的主体,全面发挥学生自身具有的能动性和主动性,这就要求高校的教师做到与时俱进,深化和掌握体育教学当中存在的规律,全面转变传统的教育模式,冬奥会作为世界体育盛事,2022 年在我国举办,我国高校学生也应当结合冬季运动项目进行体育锻炼的全面发展,优化男生综合课程设计,为冰雪进校园的长远发展提供一定的理论依据。

关键词: 冬奥会;普通高校;男生综合课程;设计与优化

就目前,我国众多学校体育教育的指导思想仍停留在传统的教育思想模式,学生长期受应试教育的影响,使得学生对体育的渴望逐渐消去,严重阻碍了学生的全方位发展。为了更好地开展体育教育,广大高校当前的主要任务是坚持以人为本、统筹管理、质量提升及内涵发展,加大对体育教育发展的改革力度,促进结构、效益、速度和质量的结合与统一。冬奥会作为世界范围当中最大规模的冬季综合性的运动会,本文就为了响应国家的号召,提高我国大学生的运动能力,进行了冬奥会背景下普通高校男生综合课程的设计与优化。

一、冬奥背景下的综合课程研究

1、研究对象和方法

(1) 研究对象

我校 2019 级选择男生综合班的 120 名学生,使用随机分配的模式进行分配,实验组和对照组占比为 1/1,每组 60 人。

(2) 研究方法

文献研究法:整理收集了大量冬奥会背景下普通高校男生综合课程的设计与优化设计的相关资料,并且分析征集冬奥会背景下普通高校男生综合课程的设计与优化设计当中容易出现的问题等,通过对于前人的资料进行整理和分析研究,进行对比,全面的了解和总结现阶段的文献资料,清楚的认识到了我国相关研究当中存在的缺陷,提出了相应的措施分析。

问卷调查法:本次实验向本次参与实验的 120 名同学发放了相应的问卷调查,问卷的回收率超过了 95% 可以用于本次试验,本次问卷调查主要是针对学生冬奥会的了解程度以及冰上运动项目的兴趣进行分析,了解学生的冰雪运动水平以及身体情况。

(3) 综合课程开展设想

大学生体质整体偏低已成为一种校园常态,人只有具备了最基本的健康素质,才有可能在提升自我过程中获得科学文化与思想道德等其他素质。就目前,我国正在大力推行阳光体育运动,这说明大中小学生的体质健康问题已经引起了党和国家的广泛关注。对当代大学生的成长与发展而言,

开展高校校园体育有着极其关键的意义,通过形式多样、内容丰富的体育活动,培养他们的合作精神和交际能力,提高其体育意识、扩大体育知识储备以及锻炼健康体魄等^[1]。关于建立体育综合课程的构想方面,通过体育运动和冰雪运动项目相结合的体育综合课程可以帮助学生得到更加系统的相关技能。为了保证体育综合课程的顺利开展,我们对当下体育课程内容、方式和考核方式进行了相关的整理改革。

二、教学课程内容和注意事项

基于高等学校的人才培养目标,结合男生综合课程的体育教材和体育活动器材、实践课程的方式等进行筛选,增加娱乐性体育项目,注重男生综合课程和冰雪运动相结合的综合发展,引入冰雪运动赏析、轮滑、滑板、陆地冰湖等教学内容。详情可以参照下表:

1、设计规划

一方面,教学应该分为理论部分和实践部分两方面进行。理论课应该以讨论研究为主,学生应该积极向老师提问,根据老师制定的教学要求目标进行讨论并积极发言,最后再由教师组织研究解决相关的问题。实践课以教师为中心开展,通过教师发挥自己的技能特长带领学生进行学习。另一方面,关于上课班级的划分,应该选择分级别进行教学训练,以满足对综合体育目标的不同要求^[2]。课程可以由三个环节组成,比如在课程当中首先由主讲教师为班级学生授课,然后再分别进行实践课程活动,最后开展多个冰雪体育项目由不同年级班级学生自主选择,大家一起参与到自己喜欢的项目当中。这样一来,不仅达成了不同身体素质的锻炼要求,也能促进学生之间的和谐相处。

2、考核方法与成绩评定

首先考核应该由理论成绩和实践成绩两部分构成。理论方面应该进行课程内容的卷面考察以及学生的平时课堂表现两部分构成,实践方面应该主要由学生平时项目参与情况以及最终考核成绩构成。具体来看,理论课程卷面成绩应该占比 80%,课堂表现占比 20%。实践课程项目参与情况成绩和最终考核成绩各占比 50%,最后两科成绩以实践占

各年级教材内容、课时分配表

级别	课的类型	教材内容	总学时	学时	百分比 (%)
一年级	必修课	理论: 体育基本知识、冰雪体育运动赏析、综合体育运动等	72	12	16.7
		田径 (短跑、铅球)、篮球、体操、游戏、陆地冰壶、轮滑		60	13.3
二年级	必修课	理论 体育审美、冰雪体育运动赏析、健康教育、体育基础知识等。	72	14	19.4
		田径 (中长跑、跳跃) 足球 (或排球)、武术、陆地冰壶、轮滑 (或滑板)		58	80.6
三年级	选修课	理论 高校体育、冰雪体育运动等相关内容的专题讲座	72	20	100
		球类、速度轮滑、花式滑板、陆地冰壶		72	100

选修课理论部分利用晚自习或其它时间, 不占用正常学时

比 60%, 理论占比 40% 共同构成体育综合课程。通过增加实践课程和平时项目参与的情况的分值占比, 不仅可以促进学生平时的积极性, 还可以真正体现男生体育综合课程时间的重要性。

3、教学注意事项分析

为了更好的保证在教学时间当中完成教学目标, 保证教学计划的实施, 这就需要教师认真备课, 了解学生的学习进步, 优化教学方法, 教学过程也需要从传统的松散式教学转化成为紧张有序的教学模式, 降低和减少学生的休息时间。在冰雪运动教学过程当中, 又增加了陆地冰壶、轮滑以及滑板等项目, 所以教师需要提高对于冰雪运动教学的水平, 满足不同程度学生的需求。但是也因为使用了分层教学的模式, 教师需要了解学生的实际情况, 加快教学进度。

三、教学总结

通过十六周的训练和教学之后, 对于实验组和对照组的学生进行体质健康标准的测试, 通过结果进行分析之后了解到实验组学生在教学前后的体质健康当中各项指标的差异较大, 具有明显的提升。对照组学生在实验前后自身的体质健康标准评价当中各组数据的差异较小。在实验组以及对对照组的体质健康标准当中, 肺活量以及台阶跳两组实验的差异较为明显, 对于立定跳远具有非常明显的差异, 但是对于其余测试项目不具备巨大的差异。

体育课教育教学过程当中, 实验组因为增加了冰雪运动的教学内容, 所以我们需要对于课程的结构进行全新的分配, 减少了开始准备以及结束这三个部分的时间, 全面增加了基本时间, 为了更好的保证在教学时间当中完成教学目标, 保证教学计划的实施, 这就需要教师认真备课, 了解学生的学习进步, 优化教学方法, 教学过程也需要从传统的松散式教学转化成为紧张有序的教学模式, 降低和减少学生

的休息时间。满足不同程度学生的需求。但是也因为始终了分层教学的模式, 教师需要了解学生的实际情况, 加快教学进度^[3]。实验组和对照组学生在学习之后体制达到良好的人数具有明显的差异, 证明了基于冬奥会为背景的普通高校男生综合课程的设计与优化具有良好的效果值得推广和使用。

结 论:

伴随现代社会的进步和人民生活水平的不断提高, 大学生参加体育活动的热情正日益高涨, 高校体育运动作为全民健身计划的重要环节, 其发展水平会直接影响到“冬奥会冰上项目”的具体实施效果。高校体育是教育阶段的组成部分, 对于提高大学生的身体素质具有关键作用。本次基于冬奥会背景下普通高校男生综合课程的设计与优化, 自身的教学效果是明显高于传统的技术教学模式。经过实施之后本次教学效果较为明显, 可以明显提高学生的身体素养, 并且全面增加了冰雪运动项目的教学内容, 让学生自主选择自己喜欢的项目进行学习, 既能满足了学生不同层次以及不同水平的需求, 全面调动了学生学习的积极性和主动性。

参考文献:

- [1] 赵一迪, 赵丹, 刘倩. “3+4+5” 体育锻炼模式对大学生综合能力素质提升的作用 [J]. 中国冶金教育, 2021, (03): 36-38.
- [2] 栾振昌, 郭良才. 高校体育社团对大学生综合素质发展的研究 [J]. 西部素质教育, 2018, 4(12): 83.
- [3] 许治华. 工科院校体育综合课教学现状及对策研究 [J]. 科技资讯, 2016, 14(14): 117-118.

2021 年度河北省社会科学发展研究青年课题 课题编号: 20210301006