

# 新时期高校体育教育专业田径教学改革分析

李超

(广州应用科技学院 广东肇庆 526000)

**摘要:** 本文主要从新时期高校体育教育专业田径教学进行阐述说明。田径是一切运动的基础,汇集人类运动中的走、跑、跳、投等,不仅是人类身心素质锻炼的重要依据,同时衡量一个国家整体运动水平的高低就是其在田径运动中的综合水平。当前我国素质教育不断发展,要求学校体育教育中注重学生生理健康素质、心理健康素质,为确保高校体育教育专业田径教学的高质量发展,应培养学生兴趣,完善田径教育机制,不断创新教学内容与手段。

**关键词:** 新时期; 高校; 体育教育专业; 田径教学

**引言:** 高校体育教学中,主要就是达成身体练习与思维活动的紧密结合,以户外活动为场所,增强学生自身的自控掌握能力。当前田径项目深受学生喜爱,为学生的“跑、走、跳”等其他运动奠定了基础。为达成“育人、育心”目标,需要高校体育教育结合不同教育阶段、不同年龄特点,组建多元化体育教育形式,激发学生学习动力,久而久之,学生的综合素质能力也会有所提升,从而确保适应复合型体育教育人才所需。

## 1. 田径教学内涵

田径教学内涵是为了提高学生的身体素质、增强体质、培养运动技能而进行的一种体育教育。它主要包括以下几个方面:  
(1) 跑: 跑是田径运动中最基本的项目之一,包括短跑、中跑、长跑等。跑不仅可以提高学生的速度、耐力、力量等身体素质,还可以锻炼他们的意志品质和竞争意识[1]。  
(2) 跳: 跳是田径运动中的另一个基本项目,包括跳高、跳远、三级跳等。跳可以锻炼学生的弹跳力、爆发力、协调性等身体素质,以及他们的空间感知能力和勇气。  
(3) 投: 投是田径运动中的第三个基本项目,包括铅球、铁饼、标枪等。投可以锻炼学生的力量、爆发力、协调性等身体素质,以及他们的动作技巧和准确性。  
(4) 综合能力: 田径教学不仅要培养学生的专项运动技能,还要提高他们的综合运动能力,如速度、耐力、力量、敏捷性、协调性等。

## 2. 高校体育教育专业田径教学意义

高校体育教育专业田径教学具有重要意义,主要包括以下几点:  
(1) 增强学生体质: 田径教学可以帮助学生增强身体素质,提高心肺功能、速度、力量、耐力、灵活性和协调性等方面的能力,从而增强体质,减少患病风险。  
(2) 传授运动技能: 田径教学可以向学生传授各种田径项目的技术要领,如短跑、长跑、跳远、跳高、铅球、接力等,为学生提供丰富的运动技能储备,提高他们的运动能力[2]。  
(3) 培养体育精神: 田径教学可以培养学生坚持不懈、不畏艰难、勇于挑战自我的体育精神,这对于他们的成长和发展具有重要意义。  
(4) 增强团队协作能力: 田径教学可以培养学生的团队协作能力,如接力赛、团体项目等,有助于提高他们的沟通、协作和解决问题的能力。  
(5) 提高体育教育质量: 田径教学是体育教育专业的重要组成部分,通过提高田径教学质量,有助于培养出更高素质的体育

教育专业人才,从而提高整个体育教育行业的质量。  
(6) 促进全面发展: 田径教学不仅可以提高学生的身体素质,还有助于提高他们的心理素质、社交能力、认知能力等多方面的发展,从而促进学生的全面发展。

## 3. 新时期高校体育教育专业田径教学对策

高下体育教育专业田径教学目的,主要是为了培养具备田径运动基本知识和技能、能够从事田径运动教学、训练、竞赛组织与管理工作的专业人才。在教学中应引导学生掌握田径运动的基本理论和技能,包括跑、跳、投等各项的技术原理、训练方法、比赛规则等,提高学生的身体素质,包括力量、速度、耐力、灵敏、协调等各个方面,培养学生对田径运动的兴趣和热情,提高学生的体育文化素养[3]。

### 3.1 重新定位田径课程教学目标

新时期高校体育教育专业田径教学目标的确定,应结合社会发展需求、学生兴趣和实际能力等因素进行。使学生了解田径运动的起源、发展、规则和项目特点,掌握跑、跳、投等基本技能。通过田径训练,提高学生的力量、速度、耐力、灵敏性和协调性,增强体质,预防疾病。教育学生树立积极进取、顽强拼搏、团结协作的体育精神,提高心理素质,增强自信心。鼓励学生积极参与田径运动的创新实践,培养他们的创新意识和能力。通过田径教学,介绍其他体育运动项目和知识,拓宽学生的体育知识面。通过田径训练和比赛,培养学生的团队协作能力和人际交往能力。针对体育教育专业的学生,培养他们的田径教学能力,为将来从事体育教育工作打下基础。

### 3.2 改进田径课程教学方式

为了提高学生的兴趣和参与度,可以使用不同的教学方法,如讲解、示范、练习、讨论、视频演示等。让学生在实际的田径运动中进行练习,以提高他们的技能和技巧。利用现代科技手段,如智能穿戴设备、运动分析软件等,帮助学生更准确地了解自己的运动情况,并给出针对性的建议。针对不同学生的身体素质和需求,制定个性化的训练计划,以提高他们的运动成绩和兴趣[4]。举办校内外的田径比赛,提高学生的竞争意识和团队合作精神。在田径课程中强调运动安全的重要性,传授正确的运动技巧和防护措施,以降低运动损伤的风险。强调田径运动中坚持不懈、勇于挑战自我的体育精神,提高学生的心

(下转第 41 页)

结合新文科建设需求以及时代背景探索现代化的想法。从多个渠道整合优质的日语翻译教学资源,逐步提升学生的外语语言能力,坚持现代化的育人观和人才培养理念,全面提升学生的人文素养。只有这样才能够确保日语翻译教学取得新的突破,实现主次得当、任务明确。学生也能够在学习日语翻译专业知识并掌握翻译技能的同时修炼个人的道德,塑造人格并提高视野,逐步成长为具备较强跨文化能力、跨学科能力的新时代日语人才。

### 结语

综上所述,针对高校日语翻译教学中的突出问题,教师应主动拉长战线,重新梳理教学思路,从创新教学方法着手,紧跟时代发展的步伐,甄选教学内容并紧密融合翻译课和翻译史、围绕育人育才这一中心开展课内外日语翻译教学实践活动,协调和平衡理论教学及实践应用。建立健全教育体系,确保日语翻译专业的学生能够出色完成学习任务,主动实现学校人向社会人的顺利过渡,在日语翻译领域中发光发热,实现人生理想。

### 参考文献:

[1]李雪莲.高校日语翻译教学中的问题与对策研究[J].产业与科技论坛,2021(9):148-149.DOI:10.3969/j.issn.1673-5641.2021.09.067.

[2]贺佳.日语翻译教学中的常见问题与策略探讨[J].中国校外教育(美术),2017,000(0z1):417,422.

[2]李红艳.高校日语翻译教学现状及对策[J].湖北广播电视大学学报,2014,

34(12):2.DOI:10.3969/j.issn.1008-7427.2014.12.090.

[3]胡芬.高校商务日语翻译人才培养的现状与对策[J].产业与科技论坛,2013,

12(004):175-176.DOI:10.3969/j.issn.1673-5641.2013.04.095.

[4]张敏.高职科技日语翻译人才培养的现状与对策——以扬州环境资源职业技术学院为例[C]//第十四届全国科技翻译研讨会.[2023-08-08].

于丽君,男,1982年8月生,汉族,浙江绍兴人,研究生学历,职称:讲师 研究方向:日语教学

(上接第18页)

理素质。在田径课程中加入体能训练内容,提高学生的耐力、力量、速度、敏捷性等身体素质。定期邀请专业运动员、教练员或体育专家进行讲座或指导,提高田径课程的教学质量。与学生保持良好的沟通,了解他们的需求和反馈,不断调整和优化教学方式。

### 3.3 优化田径课程教学内容

田径课程教学内容选择上,需要结合田径体育课程的改革需求。高校体育教育专业田径教学内容科学选择,针对中小学学生田径体育获教学发展情况与教学实践,由此选择更为紧密的教学方式,从而保证学生的竞技运用能力、创新能力、合作能力得到提升,优化学身体素质。同时,高校还应培养出适应体育教育发展的人才教师队伍[5]。应针对高校教学内容不断整合与拓展,针对高校体育教育专业田径课程进行优化,适当增添大型户外活动,一方面可以提升学生户外生存适应能力,另一方面可以让学生的户外运动体育技能得到提升。除此之外,还需要对教学内容不断创新与改革,确保激发学生田径课程知识学习兴趣。田径活动的开展应保证多元化与多样性,增加运动教学内容的生动性,创新传统的田径教学方式,加强更新与改革,由此让田径课程充满生机与活力。

### 3.4 创建综合性评价机制

创建高校体育教育专业田径教学综合评价机制是为了提高田径教学的质量和效果,保障学生的田径水平,以及为教师提供改进教学的依据。评价教师对田径教学目标的理解和把握,以及教学内容的组织和安排是否符合教学大纲要求。邀请其他教师和专家对田径教学的综合情况进行评价和反馈。评价学校和教师提供的田径教学资源和环境,例如场地设施、器材、教学资料等。评价教师对田径教学的反思和改进情况,例如是否

定期总结教学经验,提出改进措施等[6]。收集学生对田径教学的意见和建议,了解学生的需求和期望,并以此作为改进教学的依据。根据以上指标,可以制定具体的评价标准和权重,形成综合评价机制。定期对田径教学情况进行评价和反馈,有助于提高田径教学质量和效果。

### 结束语

总而言之,高校体育教育专业中,田径教学改革是体育的重要部分,是适应现代教育发展的主要趋势。田径运动教学作为当前体育教育专业的主干,教学目标、教学内容、教学定位都会影响着体育发展水平。田径体育教学应更加适应新时代所需,时刻坚持“以人为本”,打造教学发展契机,进而为我国培养出高素质复合型人才。

### 参考文献:

[1]徐明,张晓莉,王明等.红色体育文化在民办高校体育教育中的应用探讨[J].四川体育科学,2023,42(05):110-115.

[2]王晓光.将党史学习教育与高校专业特点、学生特征相结合的方法探讨——以长治学院美术系为例[J].西部学刊,2023(16):9-12.

[3]周盛发.新时期高校体育教育专业田径课程教学改革与对策探析[J].体育风尚,2022(02):113-115.

[4]王延军.新时期高校体育教育专业实践教学体系构建策略——评《高校体育教学改革与创新与科学化训练研究》[J].教育发展研究,2020,40(05):2.

[5]于艺婕.新时期高校体育教育专业田径课程教学改革的探讨[J].青少年体育,2018(12):75-76.

[6]张驰.研究新时期高校体育教育专业田径课程的教学改革[J].文体用品与科技,2017(10):143-144.