

试析高校体操教学的改革途径与策略

范剑锋

(吉林农业大学 吉林 长春 130118)

【摘要】伴随着社会的不断发展国家,对于人才的定义也在不断的完善与提高。为了培养合格的社会主义接班人,我国的教育制度以及教学模式也在持续的改革与完善。当前,高校体操教学的改革已经是迫在眉睫。本文中笔者将通过调研的数据对高校体操教学的改革途径与策略进行简要的分析与探讨,以期为提高高校体操的教学质量贡献一份力量。

【关键词】高校体操; 体操教学; 教学改革; 途径策略

新时代下的人才更注重核心素养以及综合素养的培养,要求学生不仅是知识方面的学习,而是注重德智体美劳的全面发展。高校体操是培养学生身体素质的重要课程,让学生锻炼身体同时保障学生的身体健康。但我国的高校体操教学起步较晚,在整个教学过程中缺乏经验,传统的普通的教学模式已经无法满足社会对于培养学生核心素养的要求。

一、高校体操教学的重要性

(一) 体操的概念

体操,是所有体操项目的总称,包含竞技体操、艺术体操、竞技健美操以及技巧运动等各种体操项目。其中有的项目需要对应的器械来完成基本动作,比如比较常见的单杠、双杠、跳马、平衡木等。这些体操项目的基本动作包括动力性动作以及静力性动作,学生在完成这些动作的过程中不仅可以锻炼身体,同时还可以提高学生身体的柔韧性、灵活度以及力量强度等。

(二) 培养学生的姿态气质

高校的体操运动大多是一些基本的体操动作,而学生要想熟练掌握这些动作要领就需要不断的重复练习,在一次次的练习中不仅可以塑造学生良好的身体姿态更可以培养学生的内在的气质。而对于体操运动长期的坚持与锻炼也可以增强学生不怕苦不怕累的优秀体育精神。此外,学生通过不断的练习掌握动作要领还可以增强学生的自信心,提高学生对于体操运动的热情与积极性。

(三) 全面提高学生综合素质

新课改的不断推进,社会对于人才的要求也越来越高,而高校体操运动不仅可以培养学生的身体素质保障学生的身体健康,同时还可以提高学生精神面貌、培养学生优秀的体育精神等,让学生成为一名符合新时代社会需求的具有全面的综合素质的社会主义接班人。

二、高校体操教学的现状

(一) 师生意识不够重视

笔者在调查过程中发现,高校中无论是教师还是学生对于高校体操这项运动都没有给予足够的重视。体育教师大多将教学重点放在了足球、篮球等各类具有明显竞争性的球类运动中,然后是各项田径运动,却忽略了对于学生体操运动的教学。令高校的体操教学受到了严重的束缚,学生没有足够的时间去了解与掌握各种体操运动的基本动作。而大多数学生也对体操运动缺乏兴趣,将更多的精力集中在各种球类运动中。

(二) 教学设施不够完善

体操运动是一项依靠器械来完成基本动作的运动,比如单杠、双杠、吊环、平衡木等。笔者在调查走访中发现大多数学校将更多的经费用在了对于操场的重建与维护保养中,而体操运动所需要的很多配套器械并不完善,导致教师与学生即使想要进行教学也因为缺乏辅助器材而不得不放弃。

(三) 教学模式单一

由于教师教学意识的不重视以及教学辅助器材的缺失导致高校体操的教学模式比较单一,教学内容也显的枯燥乏味。比如笔者在某高校体操课上所看到的教师对于双杠的教学,只是

教师做了几个示范动作,然后学生排队进行学习练习。师生之间缺乏沟通与互动,整个教学过程感觉沉闷与压抑,无法激发学生对于体操运动的学习热情与积极性。

三、高校体操教学的改革途径与策略

(一) 重视高校体操的教学,完善教学设施。

要想让高校体操迅速发展首先便需要师生共同给予高度的重视。教师首先要以身作则,积极为高校体操安排更多的教学课程与教学内容,再由校方制定针对于高校体操的各种考核奖惩制度,让学生对高校体操运动有最基本的兴趣与学习积极性。同时,校方应为高校体操的教学提供足够的配套器械及辅助设施,让学生无论是课上还是课下都有足够的设施进行学习与实践。

(二) 完善教学模式,优化教学内容

高校体操运动的教学模式需要教师进行改进与完善,让课堂的教学内容丰富多彩,才能吸引学生的学习兴趣,从而更主动的积极参与到高校体操的运动中。教师在安排教学内容时应多与学生进行沟通与交流,根据不同学生的实际情况安排不同的体操项目,有针对性的合理化安排教学内容可以保障学生的学习兴趣,进而保障学生的学习效率。同时,在教学过程中应多与学生进行互动,并适时的对学生正在进行的各种动作给予正确的指导。

(三) 安全第一,自由发挥

由于体操运动大多是需要器械辅助进行,因此安全问题尤为重要。教师在安排教学内容的过程中首先要考虑到学生的安全问题,排除安全隐患,规避风险。比如平衡木,虽然平衡木下都会摆放软垫,但学生在平衡木上进行体操运动时教师仍需安排同学在旁边进行安全守护,以学生安全为首位。高校的体操运动种类繁多,不同的学生有不同的喜好,教师应在保障学生安全的首要前提下让学生根据自己的喜好自由发挥,从而提高学生对于体操运动的热情以及学习积极性。

四、结语

综上所述,伴随新时代下对于人才的全新定位,学校对于学生的培养也不再单单止于书面的理论知识。高校体操的教学不仅可以提高学生的身体素质,同时还可以培养学生的体育精神、姿态气质等,让学生真正意义上成为一名合格的社会主义接班人。因此,如何更有效的提高高校体操的教学质量还需要各体育教师在今后的实际教学过程中不断的摸索与完善。

参考文献:

- [1] 叶晓阳. 高校专业体操教学内容体系的改革路径研究[J]. 哈尔滨体育学院学报, 2020, 38(01): 56-59.
- [2] 王可. 探讨高校体操教学改革途径与策略[J]. 湖北函授大学学报, 2014, 27(12): 137-138.
- [3] 于笑迪. 高校艺术体操教学的现存问题分析及改革策略研究[J]. 赤峰学院学报(自然科学版), 2011, 27(09): 132-133.

作者简介:

范剑锋,男,汉族,1974年3月生,长春市人,本科,吉林农业大学,副教授,研究方向:体育教育。