

关于高校体育教育与终身体育教育的分析

张洪信

(广西科技师范学院 广西来宾 546199)

摘要:伴随着近年来我国素质教育改革工作的稳步推进,人们对于体育这门课程的教育重要。也形成了全新的思想认知,为进一步适应我国教育领域新环境下的教育改革工作,培养出更多德智体美劳综合性全面发展的高水平人才,需要高等教育针对其中的体育教学工作展开不断地调整和完善。尤其是在终身体育教育理念出现和普及之后,为我国高等教育体育教育工作的改革工作指明了未来的发展方向,须在实践教学过程中通过科学合理的教学方法,激发学生参与到体育活动中的积极性和主观能动性,提升课堂教学趣味性,这也成为未来我国高等教育中体育教学工作的核心途径。基于此,文章对高校体育教学和终身体育教育思想展开相应的探索和研究,并提出教学改革策略,供参考。

关键词:高校体育;体育教育;终身体育

引言:终身体育思想的出现和发展,主要是基于终身教育理念,更加侧重于个体的德智体美劳全面发展,这一教育思想已成为全球多个国家教育改革的重要指导方针,对于学生体育思想的形成、发展有着非常重要的现实作用,更是代表着对我国高等教育中终身教育内容的全面拓展。体育与人的一生相伴,作为终身教育项目,更是人们生活过程中保障身体机能健康无法缺少的重点组成要素。而在高等教育的终身体育思想中,不仅是学生在校园活动过程中的体育教育活动,更在于通过终身体育教育理念进行体育活动,改革教学策略,以帮助學生形成终身体育思想意识,确保可通过这一阶段的教育,让学生终身受益,贯穿在学生后续的人生成长过程中。

1. 终身体育教育的相关理论概述

1.1 终身体育教育的形成和发展

我国终身教育理念早已有之,例如人们常说的“活到老,学到老”,就是一种具有原始形态的终身教育理念,正如著名教育教育家、思想家孔子在《论语》中曾言“有教无类”,后续国内外相关研究学者也相继提出与终身教育理念相关的思想。除此之外,西方教育理念最早由亚里士多德提出,产生于亚里士多德的闲暇时间教育思想,后续经过历代研究学者的研究、发展,直到1965年,保朗朗在《论终身教育》中正式提出了终身教育这一概念,由此,在全球教育体系中终身教育思想已初步形成雏形,并在这样的基础条件下产生了终身体育教育理念。终身体育教育理念的出现、发展及普及,代表着现代人类社会及文明不断进步的终极结果,在各个国家的普及程度和深入程度有所不同。在我国,终身体育教育理念是基于素质教育不断改革、教育事业不断创新,同时融合以人为本的理念下所衍生而来的,其中可体现社会主义的核心思想,更加关注通过体育教育改善学生能力以及对于学生德智体美劳可发挥出的价值。在我国的终身体育教育理念中,应该包括两个层面,首先是实现体育教育活动和人类生命成长过程在全面贯穿,并将身心发展作为育人的终极目标,在人出生开始一直到生命结束,实现和各个阶段的全面渗透,并将其看作为人类发展过程中无法切割的重点内容。其次是进一步坚持和坚定体育终身教育思想,强化对其思想认知,并设置出针对性的终身体育学习目标、育人目标、训练目标,以保障育人模式的整体性和系统化,推动体育教育社会价值发挥到最大化。

1.2 我国高校终身体育教育发展目标

在我国高等教育事业中,体育教育活动是对终身体育教育理念进行落实的最后阶段,也是教育活动的最高层次,应该保障企业育

人方向的正确性,因为这除了与终身体育教育目标是否能够得到精准落实密不可分,更是与学生体育技能的巩固、提升和完善有着紧密内在联系。因此在这一阶段,需要进一步强化对终身教育思想的合理认知,明确其未来的发展趋势。高校在终身体育教育工作上,需着眼于未来,综合长远发展效益,关注体育教育活动的完整性以及育人目标的系统性,综合已有体育教育资源,改变传统的教学理念,加强对教学模式的改革和创新,以促使学生养成、巩固体育技能,形成更为扎实的体育意识,并在大学这一阶段形成体育运动习惯,将其作为育人的根本目标。并在这些目标的指导之下,帮助学生奠定体育技能基础,为后续体育能力的改善、提升提供保障,并形成健康的生活习惯,养成良好的体魄。

2. 高校体育教育在终身体育中的重要意义

高校是培养我国社会主义合格接班人的重要摇篮,除通识教育之外,需要展开针对性的体育教育,是对人才进行培养的基础。对我国现代社会发展来说,一个合格的人才除了需要保障知识渊博,还需要拥有一个健康的体魄。人才作为对知识进行传播的重要载体,需要将身体健康作为知识传播的物质基础。通过高校的体育教育,可以进一步优化人体健康情况,确保身体保持长期健康。需要通过持续不断的体育锻炼以及完善的体育习惯,形成体育意识,才可促使相关目标得以落实。通过终身体育行为,在了解人体知识和有效建设方法的基础条件下,促使学生自主投入到体育锻炼行为中。

其次是高校为我国当代大学生接受教育的核心阵地,育人内容是否合理,会对学生带来直接影响。体育教育工作应该有计划、有目标、有目的,在适当时机学生培养一定的体育意识,并通过育人这一主阵地的有效运用,改善学生独立锻炼身体的能力,优化其理念,了解正确的身体知识以及锻炼身体的正确办法,确保高校可以成为学生养成终身体育行为习惯的练习场所。

最后,终身体育思想为我国现代教育工作对体育教育工作提出的全新标准及要求。在我国现代社会高速发展的社会背景下,终身体育思想其重要性日渐突出,除了可以保障人才培养德智体美劳全面发展之外,还可为我国华夏儿女的体质提高和培养奠定有利基础,培养出大批量的优质体育人才,对我国整个体育事业的发展有着非常重要的时代意义。

3. 将终身体育融入高校体育教育中的策略

3.1 投资配置应有的体育运动器材设备

想要保障当代大学生终身体育意识得到有效培养,形成终身体

育锻炼习惯,首先就要从根源进行着手,优化体育设施的建设水平,确保运动器材配置的完善性,并建设满足学生进行活动的运动场地,为学生终身体育意识的培养、体育锻炼习惯的养成,提供更为完善的发展空间,营造出更为合理的现代化体育学习环境。在体育活动设备的购置过程中,除了需要满足基础的体育活动需求,如跳绳、篮球、足球、羽毛球之外,还需要满足一些特殊学生的体育锻炼需求,方便学生展开个性化体育项目锻炼。举例来说,若有大量学生喜欢健美操、啦啦操,可开设一定的健美操、啦啦操选修课,并设置专业教师,以满足学生的体育锻炼爱好需求,改善学生在体育运动上的积极性和主观能动性,让所有学生至少可以熟知一项体育活动,并在该项体育活动中形成终身体育意识。对于建设完成的体育场地、设施和购置的相关设备,应该定期展开维修检查,确保学生运动过程的高度安全,确保教学过程可靠。另外,还可在这些建设的场地中,利用设备举办各类体育文化活动,实现体育文化宣传和体育教学工作二者之间的有机融合,并通过选拔一些体育社团积极分子,为课堂教学辅助,在进一步分担教师教学压力的条件下,还可促使课堂趣味性十足,缩短教师和学生之间的距离,使得教学覆盖性和专业性得到增强。而若是高校财政资金不足,也可面向社会群体,募捐体育设施的建设资金,并通过设置专项资金,为经济条件不足的学生主动出资,为其购置运动器材,以进一步降低在体育教学活动上的经费压力,为大学生体育活动的推进提供一个更为完善的外部条件,改善学生的终身体育意识。

3.2 重视课前理论教学和体育项目活动示范

若是学生未能了解体育项目的技术理论知识以及专业技能,就无法确保教学活动的规范性、教学过程的合理性,培养学生的终身体育锻炼行为也无从谈起。更加容易因为这些不规范的体育行为,对学生的身体机能带来损害,也会对学生的体育意识培养带来误导。为进一步规避由于理论知识掌握不够完善,导致学生体育锻炼行为误入歧途等问题,教师需要遵循教学指导科学合理的原则,严格依照相关标准及要求展开体育教学活动,在传授体育技能的同时,还需讲解标准化的理论知识。例如在长跑和其他活动中,如何对自身的身体反应进行调节、如何对自我健康状态进行评估,改善学生对体育活动开展过程中对周边环境的适应水平,并让学生了解到参加体育活动必须掌握的体育理论知识,明确器材的正确使用办法。在体育活动开展之前,教师需要亲身进行示范,同时详细讲述,明确体育运动开展过程中的注意事项,以及各类体育活动的开展技巧,改善学生的体育理论知识掌握水平,优化大学生的体育素质,让学生通过教师讲解,学会如何规避运动过程中的风险和安全隐患,时刻关注个人身体状况,在出现体育活动的紧急状况时,能够通过自救和抢救,避免损伤。另外,还需要在课余时间加强身体锻炼,有效规避体育活动的剧烈锻炼对身体带来的机能影响。因此,需要任课教师在课堂教学过程中,对学生进行精心指导,以帮助大学生学会对身体机能进行有效调节,改善其体育成绩,了解正确的锻炼办法,并综合个人身心特征,制定出符合个人发展需求的锻炼计划。

3.3 调整高校体育课教学形式

体育教师对终身体育意识的理解水平以及对于体育项目的技能掌握水平,将会直接影响学生终身体育意识的培养程度和锻炼习惯的养成情况。作为课堂教学过程中的重要引导者,需保障教师教学能力的扎实,体育技能的强大。目前高校教学过程中,很多学生不喜欢体育活动,在体育课上积极性不足,主要是由于教学模式过

度单一,学生没有充分的途径和机会对个人体育技能进行表现。新时期,需要教师积极改变传统思想认知,将终身体育意识作为育人目标,融入高校体育课堂的实践教学过程。做好课堂榜样,时刻关注学生的体育技能掌握情况,并依照学生的身心发展特征,为其规划科学合理的锻炼方案,帮助学生选择最适合自己的体育终身锻炼项目,提高对体育运动的兴趣的积极性。另外,也可以依照各个国际赛事的举办情况,为学生趣味评析这些体育赛事及其中的热门项目。另外,为进一步增强课堂趣味性,也可在讲解体育技能理论知识的同时,为学生讲解更多人体生理学研究成果,激起学生的学习兴趣,并保障课堂教学的自由而不混乱,为学生给予更多的自由活动空间,帮助学生自主形成体育锻炼计划,自主选择体育项目。另外,还需在课堂结束之后,对学生的身体素质进行客观评价,明确其体育特长及在体育活动上的优势,保障教学目标设置的合理有效性,深入挖掘学生的体育潜力。

3.4 拓展学生参与空间

首先,可以建设体育活动课外小组。在完成基础体育技能训练、理论知识讲解的基础条件下,可以通过创建体育课外兴趣小组,将具备相同体育兴趣爱好以及基础能力相当的学生组建为一个小组,展开针对性的训练活动指导工作,以这种组织形式,更为自由的课外互动,推动学生的学习兴趣得到增强,自主展开体育锻炼活动,并将课堂知识进行延伸和巩固。其次是可以定期展开体育竞赛,通过体育竞赛你追我赶,形成良性竞争氛围,是激发学生体育上上进心最为有效的方法之一。因此可以在教师完成基础项目锻炼的条件下,以良性竞争作为育人目标,将学生分为不同的小队,随后展开竞赛体育游戏。

4. 结论:

综上所述,在我国素质教育改革工作逐步推进的社会背景下,终身体育教育思想受到的关注和重视程度越来越高,成为我国教育改革工作的必然发展趋势。在终身体育教育思想中,更加关注教育工作的终身性以及育人效果的全面性,将学生作为核心重点,解决目前在体育教育中存在的缺陷和不足。因此面对这一发展趋势,高校需积极改革传统教育办法,通过融入终身体育教学思想,强化体育工作的改革效果,顺应时代发展趋势,培养出更多德智体美劳全面发展的体育人才。

参考文献:

- [1]钱立宏.“以学为中心”的高校体育教学策略研究[J].体育科技,2022,43(02):87-88+91.
- [2]郭美娟.终身体育背景下的高校体育教学改革创新研究——评《高校体育教育:终身体育背景下的改革与发展》[J].中国高校科技,2021(10):110.
- [3]和琴语.基于终身体育理念下的高校体育教学改革[J].湖北开放职业学院学报,2021,34(17):156-157+160.
- [4]金建栋,张泽平,曾庆蛟.“健康第一”理念下高校体育教育改革与实践研究[J].冰雪体育创新研究,2021(17):80-81.
- [5]刘欣政,张响芹.基于终身体育教育理念的高校体育教学改革策略分析[J].武当,2021(07):93-94.

课题:新时代广西体育精准扶贫路径研究

(GXSZ2019YB006)

作者简介:姓名:张洪信(1988年04月),性别:男籍贯:山东省费县学历:研究生目前职称:讲师主要研究方向:体育教育训练学