

拓展训练理念下高校体育教学改革思考

陈欢

(无锡机电高等职业技术学校 江苏无锡 214000)

摘要:拓展训练本身就存在团队合作精神的理念,也拥有对健全人格进行培养的理念,属于一种新兴体育训练方法,为此,获得高校教师和学生的广泛关注。在高校体育教学中,需要注重对学生团队合作意识培养,这和拓展训练核心思想具有一致性,推动学生身体素质和综合素质的提高。本文主要分析拓展训练中的两大理论,结合基于拓展训练理念的高校体育教学改革价值,当前高校体育教学中存在的问题,提出拓展训练理念和体育教学目标融合、优化体育教学形式和考核评价制度、拓展训练内容和体育教学紧密结合等策略。

关键词:拓展训练理念;高校体育教学;方法

引言

拓展训练理念下,高校体育教学改革应用拓展训练可以增强学生团队合作意识,也可以助力学生构建更加完善的人格。高校体育教学在进行改革过程中,教学目标也与此相契合,需要充分运用拓展训练进行体育教学模式改革。同时,基于拓展训练理念进行高校体育教学改革,顺应体育课程改革趋势、符合素质教育应有之义。所以,加强拓展训练理念、拓展训练和体育教学融合问题的充分研究具有重要作用,可以促进教学全面发展。

一、拓展训练中的两大理论

拓展训练中包含自由主义的价值观。拓展训练的特征是体验式教学,主要基于个人发展,对个人的心理、认知等方面的培养比较重视,功效十分显著,也与我国“以人为本”的教育理念相契合。在实施拓展训练活动过程中,关注自身潜力的开发,心理惰性的克服,对培养个人创造力和提高团队意识有足够的重视,对社会适应能力发展具有重要意义。拓展训练对自由十分尊崇,引导人和自然和谐发展,古典自由主义在其中淋漓尽致地体现出来,对高校体育教学改革和创新发展来说,具有值得借鉴的重要价值。拓展训练中,包含知识的建构主义理论。通过对拓展训练历史的追溯发现,拓展训练将参与者自身工作性质摆脱的弊端打破,又打破了追逐功利性的弊端,在拓展训练参与过程中,可以对参与者和社会协作意识进行开发和培养,也可以将个人潜能激发出来。拓展训练逐渐将参与者自身工作中常用技能弱化,又将工作中的常规思维模式打破,从而让参与者通过拓展训练可以获得与自身工作熟练程度不相关的个人能力,还有进行创新发展的思维方式。拓展训练促进参与者体验对问题进行解决的过程,调动参与者通过自己已经拥有的知识,构建解决问题程序的兴趣和主观能动性,可以在很大程度上使参与者将理论知识运用在实践。在这种情况下,需要重新认识知识概念,充分发挥拓展训练中的理论优势,进而对拓展训练参与者展开全面培养。

二、拓展训练理念下高校体育教学改革价值

(一) 顺应体育课程改革趋势

拓展训练重视被训练者在室外大自然环境下的训练,通过室外大自然环境运用合理的训练项目促使训练者进行体验式活动,进而更好帮助训练者开发和训练团队意识、个人潜能等。在全国高校体育课程教学指导纲要中,提出高校体育教学需要加强空气、森林、阳光等自然条件的利用,有效训练学生在户外生存和生活方面的能力,促进体育教学和校外、课外体育活动融合起来,构成种类

不同的体育教学课程体系,增强体育教学时效性。关于高校体育教学改革的纲要要求和拓展训练理念有着很大的一致性,对此,在改革高校体育教学过程中,结合拓展训练理念改革高校体育教学,无论是基于拓展训练优势方面出发,还是基于纲要要求出发,都是高校体育教学发展的重要方向和趋势之一。

(二) 符合素质教育应有之意

为学生终身发展奠定坚实基础是素质教育目标,在学生终身教育方面十分倡导,素质教育开展中高校体育教学是关键环节,有着推动学生身心健康发展,承担着奠定学生终身发展良好身心基础的重任。所以,在高校体育教学中,需要先对学生身心健康发展进行分析,然后立足学生身心健康全面发展,多方面开展学生身体素质训练,还有对学生心理品格的锻炼,这些是高校体育教学将素质教育要求充分贯彻落实的必要选择。拓展训练过程中,不仅可以对学生主体地位给予尊重,也会在此基础上引导学生通过拓展项目为自身获得积极体验。通过该训练理念,可以将学生积极性更好发挥出来,比较吻合素质教育的要求,对此,拓展训练融入高校体育教学中是素质教育的重要要求、应有之意。

(三) 补充传统体育教育教学

现如今,我国高校体育教学内容相对单一,其中就包含足球、篮球、体操等一些比较常见的竞技体育项目,虽然在增强学生身体素质,发展学生体育成绩方面,这些项目具有很大的作用,但是在培养学生合作意识、社会适应性等方面却存在很大不足。与此同时,学校运动场和室内训练场所是教学的主阵地,在高校不断扩招过程中,体育教学中的体育器材、市场也很难更好地使体育教学需要得以满足,对此,导致高校体育教学质量在客观方面出现负面影响,对素质教育的实施也产生不利影响。但在拓展训练理念下,通过拓展训练可以将场地的限制打破,也可以有效运用外部自然环境,不断丰富和完善教学中的项目和内容,也可以提升学生参与训练活动的自主性,减少对器材的依赖,从而最大限度地规避传统体育教学弊端,在补充传统体育教学方面具有较大作用,是补充传统体育教育教学的重要方式。

三、高校体育教学中存在的问题

(一) 缺乏明确的教育价值观

一直以来,政治形势都对我国教育目标产生深远影响,未能有效重视教育本身固有特点和规律。通过我国教育发展历程的分析可以发现,教育一直沿用传统教育模式,对教学系统性十分重视,关注学校课堂教育功能,在体育课程教学方面亦是如此。同时,虽然

为满足国家建设需要,提出了增强体质的口号,但是高校体育教学价值观依然受到政治的严重影响,未能加强整个体育发展理念和方法的优化,进而违背了教育本身的发展规律,无法提高实际教学效果和水平。

(二) 体育教学模式功能落后

目前我国高校在体育教学中,虽然通过对西方成功经验的学习与借鉴,进行了多次地变革,但是高校体育教学还是将目标放在体育基本知识和动作技能的传授方面,未能足够关注体育教学中学生体育能力方面的发展,以及个性发展。在教学中,片面地促进学习知识和发展能力等同发展,并且认为学生掌握知识就会获得相应的能力。但值得注意的是,学生所掌握的知识可以促进自身认知的发展,但是单纯的知识教学在培养学生情感意志、社会品格方面就存在很大不足,在增强学生心理健康水平方面发挥的作用更是微不足道。当前,现有的体育教学模式在培养和发展学生各项方面的作用不明显,存在许多不足。

(三) 未能优化体育教学内容

目前,高校体育教学在教学内容方面的针对性不足,许多教学内容不够丰富,相对单一。几乎是沿用以往的体育教学内容,虽然也有很多种创新的教学内容,但是特征区分度不高。在实际教学中,教学内容指向性不够明确,其原因是将教学的主要内容放在体育理论和实践方面,将理论和实践分开教学,未能促进体育理论和实践的融合。不少教师在教学中未能积极使用拓展训练理念,加强教学内容的优化,未能有效通过教学促进学生知识、技能、情感、行为等多方面发展,进而导致教学作用无法发挥出来,影响学生学习效果。

四、拓展训练理念下高校体育教学改革策略

(一) 拓展训练理念和体育教学目标融合

高校体育教学现存教育价值观不明确的问题,为解决这一问题,需要促进拓展训练理念的运用,并且将这方面的理念和体育教学目标融合,进而通过更加完善的教育价值观,对学生展开能力、素质的全面培养。高校体育教学需要将重点放在学生实践操作技能培养方面,并且必须对教学模式进行创新,教师也需要第一时间将教学理念优化。在实际教学中,将拓展训练期间学生的主体功能展现出来,对学生团队合作精神的培养提高重视。首先,应该多从学生角度思考问题,教师应该在教学中只发挥学生学习引导者作用,结合学生兴趣爱好进行学习内容选择,激励学生积极参与,从而使教学获得理想效果。其次,先对学生实际情况展开分析,然后根据具体情况打造更为轻松的学习环境,调动学生主动表现自己的意识和能力。在开展体育教学,以及对学生展开拓展训练中,都需要有大量的实践活动作为支撑。但是不同项目中都包含相应的风险,不能因为担心安全问题发生而对相关体育教学活动和拓展训练活动的开展缺乏重视,回避风险。比如,摔跤等,需要在为学生安全提供保障的基础上,积极运用吸引力较强的项目,促使学生通过项目训练进行自主成长,有效突破自我,将自己的能力展现出来。

(二) 优化体育教学形式和考核评价制度

在教学思想和教学内容的充分融合以后,要想发挥拓展训练理念,对高校体育教改稳定进行的作用,还需要重视体育教学形式和体育考核方法。体育评价结果能够将高校体育教学成果发扬出来,唯有打造更加健全的高校体育评价机制,才可以为教学改革获得很好的效果提供保障。要想促进拓展训练与体育教学的结合,也需要加强新型教学方法的运用。按照当代学生的具体情况,以及体育教

学开展的主要计划,注重户外拓展训练项目的有效选择,还要避免体育训练中发生意外情况。在体育教学时间设置中,需要设置过于分散的时间,不能让学生长时间进行项目训练,进而更好防止训练事故和问题发生。另外,在教学中,每个班级都有很多学生,所以在多组进行拓展训练的过程中,也对教师教学提出很高要求。因此,教师需要重视教学形式创新和改革,还需要注重教学评价,可以采用培训感言和培训总结的评价方法,第一时间了解学生真实感受,对学生体育学习过程进行考核。并且构建和高校实际情况相符合的教学形式、考核评价机制,从而为拓展训练和教学的融合奠定基础,但也需要对其中存在的很多困难有所关注,认真研究其中的问题解决方法。

(三) 拓展训练内容和体育教学紧密结合

拓展训练思想在进入高校体育教学以后,不仅可以助力教师改变以往的教学理念,还在教学内容的创新方面发挥巨大作用,是高校开展体育教学改革的关键武器。一方面,在拓展训练理念下,拓展训练内容需要和高校体育教学解密结合,二者在教学内容方面存在很大不同,体育教学内容的层次性和专业性较强。而拓展训练内容十分复杂和多样。但是对学生实际情况展开分析,然后基于此组织针对性训练能够获得很好的效果,尤其是在学生团队合作精神培养方面,拓展训练和体育教学内容的融合,可以弥补以往教学的不足。目前二者在融合过程中,还有很多问题需要解决,只是通过高校体育课进行拓展训练的效果明显不足,也需要对各种教学因素和教学方式关注与选择。结合体育教学实际情况,打破拓展训练,内容引入过程中的死板与固定,而是要有效探究和思考拓展训练中的教学思想,比如,团队意识训练,这方面的训练需要每一位学生参与,从而才有可能获得胜利。在教学内容的选择中,也需要对教学理论和体育教学的具体需求有所考虑。另一方面,在引入拓展训练项目中,需要提升针对性,可以通过交叉引入团队合作项目的形式有效培养学生,也可以通过个人独立项目的引进,提高教学效果。与此同时,更要注重理论知识和实践操作的结合,通过这方面的教育推动学生全面发展,进而使教学改革获得更好的效果。

结语

综上所述,体育教育中,拓展训练是新理念,是促进教学改革的主要趋势和方向,并且与素质教育理念存在很大的一致性。然而,在高校体育教学中,拓展训练理念依然未能得到合理的推广和应用,对此,学校需要结合拓展训练理念进行体育教学改革,通过有效的教育模式,增强教育效果。

参考文献:

- [1]李嘉麟.拓展训练理念下普通高校体育教学模式改革的研究[J].佳木斯职业学院学报,2016(11):381.
 - [2]吕成龙,张忠子.拓展训练理念下普通高校体育教学模式改革的探索[J].民营科技,2017(05):246.
 - [3]郭西魁.试论拓展训练理念下高校体育教学模式的发展与创新[J].陕西教育(高教),2017(10):41-42.
 - [4]周振乾.拓展训练理念下大学体育教学的改革发展与创新[J].智库时代,2018(25):228-229.
 - [5]李丽.浅谈拓展训练理念下大学体育教学的改革发展与创新[J].当代体育科技,2019,9(35):141+143.
- 作者简介:陈欢,女,汉族,1991-11,江苏溧阳人,无锡机电高等职业技术学校,讲师职称,研究生学历,硕士学位,研究方向:主要从事体育教学研究。