

# 高校体育教学管理探析

于洪涛 徐振军 吴美霖 彭成 李迪玲

(长春工程学院 130000)

**摘要:**当前高校体育教育的发展状况主要有教育观念不够成熟,教学制度不健全;缺乏对思政的引导,需要强化对要素的发掘与融合;教学场所条件差,教师队伍建设需要加强等问题。新时期的大学体育教学改革要以“健康中国”为核心,真正实现“以人为本”的“强身健体”,为实现国家体育强国的目标,深化体教融合。提出了一系列的改革建议:落实新时期的体育教育思想,健全体育教学体制;以“教、练、赛”为重点,深入推进体育与教育的融合;加强场地设施和教师队伍的建设。

**关键词:**高校体育;体育教学;策略探析

## 引言:

随着时代的发展,大学体育作为终生体育活动的承上启下,是实现家庭教育和社会教育的纽带。在这个时期,大学生的身体和心理都处在一个关键时期,学校应该在这一时期对学生进行正确的教育,培养他们的体育积极性和兴趣。正确、科学地开展大学生的终身体育教育,对于增强大学生的体质、增强全民健身能力具有现实的现实意义。

### 一、高校体育教学管理工作的现状

#### (一)教育理念落后,教学体系有待完善

长期以来,我国高校在传统的体育教育观念下,存在着重视竞技而忽视健康、重视技术而忽视培养人才等问题,教育观念相对落后,教学体制有待进一步健全。第一,学校的体育教育模式比较单一。目前多数高校仍然只注重课堂教学而忽略了课外体育活动,没有真正做到课堂内外结合。第二,体育教育的内容已经过时。“大多数高校的教学大纲都是小学和中学的体育课和健身课的延伸,教学内容和学校的体育课、健身课有很大的重叠。”第三,体育教学手段单一、孤立。第四,对高校体育教育的评估存在缺陷。目前,我国大学体育教学评价制度尚不健全,评价方法较为单一。缺乏对行为、健康等方面的过程性评估,使其难以反映出教育评价的多样性、综合性。

#### (二)缺乏对思想政治的引导,需要强化要素的发掘与融合

就当前的形势来看,我国高校体育学科的思政引导能力还很薄弱,还处于初级阶段。“在实施思政的过程中,如何发掘、融合思政要素是一个非常重要的问题。目前,我国高校体育教学中存在着大量的知识、技能等方面的问题。如何将思政要素与教学相结合,是目前高校体育教育急需解决的问题。

### 二、高校体育教学改革措施

#### (一)全面落实新时期的体育教育思想,健全学校体育教学制度

在教学方式上,高校应根据国家有关文件的规定,逐步扩大体育课时,实行四年一贯制、课内外结合的体育教育,扩大体育教育的覆盖面和深度。在本科三、四年级开设体育必修课、选修课、第二课堂,扩大了体育教育的覆盖面。在小学、中学的基础体育教学中,大学生的基础动作能力应已达到相当高的水平。为此,大学体育基础技能教学应在训练方法和难度上有所突破,以防止机械重复。在专业体育技能上,防止“蜻蜓点水”、“浅尝辄止”,使学生掌握1-2种体育技能。目前,我国高校学生体质状况呈逐年下滑的态势,教育部2017-2018年度调查显示,全国高中毕业生的体质健康水平仅为77.47%,远低于国家规定的95%。为了改变这种现状,我国体育教学中三分之一的课程都要进行与心肺功能相关的训练。为此,

高校在体育教学中应该增加一些运动项目,如长跑等运动,以确保运动的强度。

教学方法的有效性是实现教学目的的关键,新时期的大学体育教学必须更新教学理念,转变教育观念。首先,通过对传统的讲解、示范和练习的合理应用,把“参与式”、“体验式”、“比赛法”、“游戏法”等教学手段引入到课堂中,提高了学生的参与性。教学评价是一种有效的测试手段。在体育教学评价中,应转变过去单一的“终结性”评估模式,注重学生的发展,以提高学生的综合素质为评判标准。在评价中,既要综合评价成绩、教师的考评,又要从培养学生的态度、兴趣、习惯、素养等方面评价。在教学评价中,教师应该从学生的理论考试、运动技巧、实践能力、身体素质等各方面都有不同程度的评价。

(二)充分挖掘高校思政要素,充分发挥高校体育人才培养的独特价值

“思政要素以思想为核心,以政治为定位,以育人为根本”,其中蕴藏着大量思政要素,体育在“立德树人”中有着特殊的意义。在教学过程中,既要重视培养学生的体育能力,又要加强对学生的道德教育,使其达到良好的效果。加强对体育理论的研究,提高爱国热情。在体育教学中,要注意锻炼学生的意志,培养良好的道德品质。要学会一门技能,学生需要付出体力、汗水、克服重重困难、一次次的失败,最终获得成功。通过讲述先进榜样的故事,使同学们了解团队精神和追求卓越的动人故事;遵守比赛规则,尊重对手;法官公正公正,恪尽职守的精神品质。

体育比赛中经常会有激烈的冲突和竞争,集体运动如足球、篮球、排球等,则能使同学们在竞争与合作、个人与集体中感受到集体的合作与合作,进而形成集体的凝聚力。而在团队竞争中,每一个人都必须要做好自己的本职工作,这样才能为团队做出更大的贡献。

#### (三)聚焦“教、练、赛”,进一步推进体育与教育的结合

长期以来,我国大学体育课程的课程内容过多。但许多学生经过十余年的体育学习,却无法熟练掌握一种运动技巧,使其终生体育活动难以得到有效的实施。要改变教学理念,充分把握“教会、勤练、常赛”的内容和要求,形成常态化、规范化、系统化的教学组织形式。以综合提高大学生体育素质为目标,选拔和培育体育后备人才,为体育教学一体化打下坚实的基础。“教会”是“勤练”与“常赛”之根本。

“教会”首先需要教师明确其教学目的和任务,并从教学内容、教学过程等方面进行探讨,从而使教学内容更具针对性,教学过程更具趣味性。其次,体育教学要真正地以学生为本,从老师“教了

多少”变成了学生“会了多少”，要把所学到的运动技巧运用到比赛中，才算是真正的“教会”，而学生要做到这一点，就可以称之为“教会”。所以，对于“教会”而言，学以致用是最重要的。

“勤练”是锻炼身体素质的一条途径。“勤练”的根本在于兴趣与技巧，两者缺一不可，教师对“勤练”的掌握非常重要，只有强度合适、密度合适，学生们才能在训练中磨砺自己的技术锻炼自己的意志。

“常赛”是发挥教育职能的一个重要途径。比赛是对运动技术与身体素质的全面考验。教师要突破传统的竞赛方式，针对学生的特点，设计一些简化的、游戏的竞赛，使每个人都能从中得到快乐和成长。学校的体育竞赛是针对每个学生的，所以，大学体育应拓宽竞赛的领域，以全民参加为目标，通过多层次、常态化的竞赛，培养优秀的运动员，培养优秀的体育后备人才，促进体教融合。

#### （四）改进教学场所和增强教师队伍

要培养既有体育实践性又有理论知识的教师，必须从以下几个方面着手。一是要深入了解大学体育理论教育所具备的知识、技能和专业素质。通过对高校体育教师工作能力和工作状态的认识，明确其工作经验、工作成果和经验，明确其培养目标和规律，为今后进一步提高其体育理论教学知识和能力储备提供现实依据。二是借鉴国外体育师资培养的实践经验，为进一步完善我国体育师资队伍建设提供借鉴。美国的体育师资培训既要培养具备一定素质的体育实践者，又要有能力进行理论指导的教师，两者之间存在着互补、各有侧重的特点。三是建立体育理论课教师资格认证体系，各培训机构开设了体育理论课，在校的体育学员通过相应的课程和考试，达到一定的学分标准，即可取得相应的体育理论教学资格。五是加强对在职大学体育教师的培养，调整现行的训练目标和训练方式，及时地将其纳入到体育理论教学中，使其能够迅速提高其教学水平和能力，进而提高其整体素质，提高其教学质量，提高教师的教学效果。

#### （五）基于体育热点项目，充分渗透终身体育意识

在体育教学改革的实践中，体育教师必须适时地进行课程内容的更新，引入体育热点，并利用体育热点来增强学生的体育参与感。目前，我国高校体育热点项目的比赛制度比较成熟，有利于提高大学生参加体育运动的兴趣，促进学生长期参加这项运动。体育老师可以号召学生成立羽毛球、篮球协会，并在新的教学方式中渗透运动俱乐部，与当地的运动俱乐部开展联谊，使学生在运动中得到专业的指导，使其终身体育意识得到持续发展。在体育教学实践中，应放弃某些比赛专项动作和技术，在改进项目动作教学的基础上，将实践性和普适性的运动动作传授给学生，真正地减少了体育项目的教学和训练难度，有效地提高了学生的运动体验，提高了学生的持久性。例如，篮球是一项广受大众欢迎和欢迎的热门体育项目，因此，各社区和大学可以根据篮球的特点来修建体育场馆。在大学体育教学中，教师可以引导喜欢篮球的大学生进行比赛，利用体育比赛提高学生的体育参与热情。同时，在课余时间，老师还可以指导学生进行小组活动。通过“课堂教学”和“课外体育”相结合的教学模式，全面地培养大学生的终身体育意识，使其形成良好的体育行为习惯，使其真正成为大学生的日常生活中不可缺少的一部分。

#### （六）创设体育文化环境，提高终身体育长远效益

校园文化对学校的体育教学起到了一种潜移默化的作用。在高校体育教学改革中，积极引导大学生积极参与体育锻炼。高校要切实落实立德树人工作，在体育教学改革的进程中，要积极营造校园体育文化氛围，通过课堂和课外实践相结合，学生在学习体育的同时，能够获得良好的身体素质。教师将课堂体育和课外实践活动结

合起来，对学生进行有针对性的强化训练，通过学习、复习、巩固，可以增强学生的体育参与意愿，提高他们的终身体育意识。

#### （七）构建体育活动小组，优化终身体育活动内容

教师通过课堂教学，使学生能够掌握与终身体育相关的技术技能，将自己的兴趣和兴趣相结合，从而有效地培养自己的能力和学习习惯。教师可以组织学生的运动团体，使他们的终生体育锻炼方式得到优化。同时，根据活动课的程式化，对每年秋季的运动会、趣味运动会进行了细致的规划，并组织了多种体育课余活动社团，使学生能够更好的参与到各种活动中去，比如田径、篮球队、啦啦队、羽毛球俱乐部等。在学校的体育活动及活动中，各团体可以清楚自己的活动时间和地点，并制定出有针对性的活动方案，使学生的身体素质得到提高，从而使他们的身体素质得到提高。

#### （八）强化体育教学乐趣，提升体育运动参与意识

体育教学中的兴趣缺失是制约大学生终身体育意识的重要制约因素，而体育教育改革则是以终身体育意识为依托，加强体育教育的趣味性，激发学生参与体育的积极性，为学生终身体育观念和意识奠定基础。比如，在篮球教学和训练中，老师要根据学生的基本篮球技术，将喜欢篮球的人分成不同的小组，进行篮球比赛。以此为基础，针对不同水平的大学生进行有针对性的训练，既能充分尊重学生的差异，又能突出他们的主体性，又能满足他们对体育活动的兴趣。在体育教学中，学生是主要的体育活动，教师要通过加强体育活动的兴趣，让学生认识到体育活动的重要意义，让他们认识到参加体育活动不仅能增强体质，还能促进心理健康的发展。加强体育教育的兴趣能使学生从心底里热爱体育，提高体育的参与意识，为终身体育意识的养成打下坚实的基础。

#### （九）建设体育信息化教学设施和平台

学校的信息化教学设备与平台是学校体育教育信息化建设和管理的重要依据。首先，要加强信息化体育场馆的建设，如信息化体育馆、多媒体场馆等。在这种场所，教师可以充分利用多媒体和信息技术进行教学，从而达到提高教学效果的目的。比如，在篮球课上，老师的动作往往很快，学生往往无法看到动作要害，此时老师就可以通过现场的多媒体来播放标准的篮球动作，通过慢放、定格、重复播放等方法，使学生掌握动作要领，提高教学质量。其次，建立学校体育教育的信息资源，建立一个体育教学资源的共享平台，使师生能够通过该平台查询、下载体育教学资源；最后，是学校为师生提供了一个网上的体育学习交流的平台，可以使师生或学生能够在网上进行体育学习与运动问题的沟通。

#### 结语：

《“健康中国 2030”规划纲要》明确提出，要把卫生教育融入到教育系统，并在学校开展健康教育。针对当前我国大学生体质健康状况较差的现状，提出了强化体育理论教育的对策。“健康中国”战略给大学体育理论教学提出了新的要求，只有创新大学体育理论教学，优化大学体育理论教学模式，健全大学体育理论教学体系，增强大学体育师资队伍，才能将其最大限度地发挥其作用，真正把国家健康战略落实到大学体育理论教学的具体改革和发展中，真正实现“健康中国”赋予大学体育教学的时代责任。

#### 参考文献：

- [1]张继贵.我国高校体育教学管理的困境及解决措施[J].黑龙江工业学院学报(综合版), 2022, 22(09):148-152
- [2]宋昭昭.高校体育教学管理现存问题及应对策略分析[J].当代体育科技, 2021, 11(17):119-121