

# 终身体育视野下大学体育教育问题的思考

肖春明

(内蒙古警察职业学院 内蒙古呼和浩特市 010051)

**摘要:** 本文对终身体育视野下大学体育教育问题进行研究,重点分析了教学政策、学生热情等因素影响体育教学效果的因素,并提出了相应解决措施,以提高教学效果。由此,学生能够在教师的指导下形成良好的锻炼意识,并养成终身体育的锻炼习惯。这不仅可以推动体育教学效果的提高,还能为后续教学工作的开展提供助力,对其他教师也有着一定的参考作用。

**关键词:** 终身体育; 大学体育; 教育问题

## 引言

随着社会节奏的加快,人们的运动时间被进一步压缩。而社会的发展又需要人们具备足够健康的身体。这使得人们需要不断投身于体育锻炼中。因此,在终身体育视野下,大学体育教师需要加强对学生身体健康的重视,对日常教学中存在的问题进行研究,并制定完善的处理措施,从而提高体育教学的效果,为大学生的身心健康提供保障。

### 一、大学体育教育中存在的问题

#### (一) 缺乏针对性的教学政策

从当前社会发展现状来看,高考招生政策的导向问题是引发学生体质下降的重要原因。近些年,不断有学者呼吁对高考政策进行调整,但始终未能得到落实。在这种环境下,政策导向的缺乏使得多数家长仅关注学生的成绩变化,教师在日常教学中也常有占用体育课的现象存在。同时,由于高中生的课业比较重,使得其在日常生活中很少有机会进行长时间的体育锻炼,进而使其身体素质不断下降,给大学体育教学的开展造成了影响。另外,也有的学生自身心理素质较差,常因考试成绩不理想而产生负面心理。因此,如何利用体育教学强化学生的心理素质,已成为大学体育教学的重点内容。

#### (二) 学生的锻炼热情不高

从当前大学生的实际表现来看,其对体育锻炼缺乏足够的热情,很少主动参与到锻炼过程中。究其原因,首先,高中阶段的应试教学使学生对体育锻炼的兴趣被限制,在大学中重新培养运动兴趣需要一定的时间;其次,部分教师的教学方法相对落后,无法充分吸引学生的注意力。另外,学生本身的锻炼热情也会在教师的不当教学方法下发生下降。在大学阶段,体育教学的主要目标在于推广健康的锻炼知识,并使学生养成终身体育的意识,这使得教师更应当明确学生的学习需要,对原有的教学方式方法进行改革,为提高学生参与体育运动的热情提供保障;最后,部分教师的教学理念与学生的性格特点发生脱节,给学生体育意识的培养造成了阻碍,不利于其运动水平的提高。此外,也有的教师由于自身并不是体育专业的从业人员,而是由其他学科的教师兼职,使得其选用的教学方法无法满足体育教学的需要,且不利于学生学习兴趣的激发。

#### (三) 教师的示范不足

在授课过程中,多数教师会要求学生自觉进行锻炼,但其本身却有着不良的生活习惯,也没有切实践行终身体育的要求,使得学生很难在教师上感受到体育教学的魅力。因此,体育教师若想提高教学效果,自身必须是终身体育的践行者,给学生带来榜样的作用,从而使学生能够感受到体育运动给人们生活带来的正面影响,进而激发其自主性。另外,学校也应当为学生营造良好的运动氛围,这是培养其终身体育意识的重要途径。对大学体育文化建设而言,其需要构建专业的体育教师团队,利用教师的引领作用,为学校整体的体育文化建设提供助力。但在一般的体育比赛中,教师团队很少有展现自己的机会。对专业的体育教师而言,其不仅是裁判规则的传达员,也是项目参与者的指导教师。若教师无法参加到学校的比赛中,会使学校的体育文化缺乏内涵。且由于学生在练习时也需要教师的技术指导,改正自身的错误,使得学校需要以专业的体育教

师为核心,打造适宜的体育文化品牌。从而推动学校体育教学水平的提高。

## 二、解决体育教育问题的措施

### (一) 注重对学生终身体育意识的培养

与中小学教育模式不同,大学阶段的体育教学更注重体育教育与社会间的联系。在大学体育教学中,教师的主要目标在于为学生未来的发展奠定良好的基础,且使其养成终身体育的习惯。同时,教师还需从思想方面出发,使其在学习过程中养成终身体育的思想,从而让将运动变成生活的一部分。在这种教学模式下,学生的体育意识得到强化,大学体育教育目标也得以实行,有助于提高自己的体育锻炼能力。

### (二) 强化大学生自觉参与的积极性

在大学教学过程中,教师应当以学生作为教学主体,培养其对体育学习的自觉性,从而使其能够掌握更多的体育技能,以提高体育知识学习的基础上,帮助其养成充分的体育坚持目标。同时,由于终身教育在空间及时间上均具有一定的延续性,这就需要学生主动需践行学习目标,不能在出现“不在学校就失去体育运动意识”这一现象。在终身体育视野下,大学体育教育不仅仅只是教导学生掌握体育知识,更要培养其对于体育运动的积极性,强化其对体育运动的参与热情,只有这样,学生才能对终身体育观念产生认同感,并能养成良好的运动习惯。另外,在大学体育教学中,教师还可以通过监督学生的锻炼情况来促进其运动习惯的培养,也可以利用体育活动及竞赛的方式,增进其对体育魅力的感悟。由此,通过体育锻炼,大学生能够有效缓解自身的压力,彻底释放内心,激发其体育兴趣,这对其终身体育意识的培养有着重要的促进作用。

### (三) 注重学习观念的转变

在大学体育教学中,教师需要加强对大学生专业素养及实践能力的培养。随着新课程标准的实施,大学体育也需要进行相应的改革,培养教师的终身体育教学观念。同时,对大学生而言,终身体育仅是学校的教学目标,而健康则是最终的目标。为此,学生需要养成健康的生活观念,将体育锻炼看作乐趣,并培养一项运动爱好。通过这种方式,学生的身体素质得到提升,能够为社会的发展作出自己的贡献,并能充分发挥自身的价值,为以后的全面发展奠定基础。

## 结束语

对大学体育教学而言,教师切实推行终身体育的教学目标,并使学生养成良好的运动习惯。只有这样,其才能具备足够的身体素质,为社会的发展贡献力量。由此,本文对终身体育视野下大学体育教育问题进行研究,提出了注重对学生终身体育意识的培养、强化大学生自觉参与的积极性、注重学习观念的转变等措施,以提高体育教学效果。

## 参考文献:

- [1] 邓勇.终身体育理念指导下的大学体育教学改革研究[J]. 科教文汇(下旬刊),2020(09):119-120.
- [2] 张娜.基于终身体育思想视角的我国大学体育教学改革分析[J]. 科教文汇(下旬刊),2020(22):37-38.
- [3] 张志琳.基于终身运动视域下大学体育健美操实践活动的组织策略[J]. 文体用品与科技,2020(14):127-128.