

# 体教融合下高校体育教学改革策略分析

王永林

(宁夏师范学院 宁夏回族自治区固原市 756000)

**摘要:**体教融合是为了同时解决体育系统和教育系统“学训矛盾”问题提出的理论观点,其目的是发挥体育系统与教育系统优质教育资源和教学优势,实现1+1>2的整合效果,为当时高校体育改革及素质教育开展指明了方向。本文首先阐述体教融合下体育教学改革的重要意义,即帮助学生掌握篮球技巧、学习篮球规则及篮球文化的同时,培养学生竞争精神、团队意识、协作能力等,有效增强学生身体素质和思想品质,实现学生全面发展育人目标。然后分析当前高校体育教学困境,在这一基础上,结合教学实践,立足多年教学经验,提出有效体育教学改革策略,以期提升高校体育教学质量,加快高校体育改革步伐,促进高校体育事业健康、持续发展。

**关键词:**体教融合;高校体育;教学改革;篮球训练;教学方法

2020年9月《关于深化体教融合促进青少年健康发展的意见》的出台,为新时期青少年体育发展作出了战略性安排,为高校体育教育工作改革指明了新方向。当代大学生健康问题迫在眉睫,根据调查,我国大学生体质呈下降趋势,其中肥胖、耐力、速度、视力等健康指标下降较为明显,其中有超过60%的学生曾经为了身体健康进行运动,但是往往由于运动短期效果不明显难以坚持。同时,调查显示,最近几年,我国高等院校体育工作明显加强,但是学校体育教育与人才培养之间的壁垒仍然存在,“体”“教”割裂状态较为突出,导致体育教学改革效果不佳。对此,高校应当积极探索体教融合之路,树立“健康第一”教育理念,从教学思想观念、顶层设计、教学体系、教学手段等方面着手,推动实现体育与教育的深度融合,激发高校体育育人能效,促进大学生身心健康发展。

## 1 高校体教融合重要意义

### 1.1 提高学生综合素质,健全学生人格

体教融合背景下,高校体育教学原有“重技能训练轻理论讲解、重身体锻炼轻素质教育”教学模式弊端逐渐凸显,逐渐落后于新时期体教融合和体育课程改革要求。高校体育教师积极转变教学思想,在原有身体锻炼的浅层教学上,增加大学生综合素质教育,不断磨炼大学生意识,培养学生集体意识、爱国意识、拼搏意识、竞赛意识、责任意识、团队意识等,注重大学生价值观培育,使其逐渐成长为社会需要的高素质人才<sup>[1]</sup>。以篮球为例,是深受学生喜爱的体育项目,在体教融合下,教师在进行篮球教学的过程中,不仅对篮球规则、篮球技巧等进行教学,还增加篮球文化知识方面的教育,包括篮球历史发展、著名篮球明星及其成长历程等,使学生在篮球学习中,得到体育、智育、德育的同步提升,实现学生全面发展,达到体教融合目标。

### 1.2 实现体教资源互补,促进教学改革

体教融合,从字面上可以分解为“体”“教”“融合”,就是在高校顶层规划设计下,遵循一体化设计和推进原则,对体育资源和教育资源进行统筹规划,打破部门合作壁垒,实现资源有机融合和共生,构建协同发力机制,最大限度集合教材、人才、教学、训练、竞赛、基地、设备等优质资源要素,全面深化改革具有中国特色的高校体育新常态。现阶段,我国高校体育教学还面临诸多问题,如体育教学观念落后、教学方式不科学、学生体质逐年下降等,导致

体育教学无法适应新时期学生体育学习需求<sup>[2]</sup>。体教融合的全面落实,从体育和教育两方面发力,促进了教学模式的变革,推动了理论与实践的有机融合,促进体育教学多元化发展。

### 1.3 凸显体育育人价值,提升竞技水平

体教融合下,高校体育教学改革必须从体育基础性领域开展,包括课程教学、体育训练、体育竞赛,结合学情,对学生开展全面、系统化教学训练。在此基础上,高校要不断扩大大学生课余训练和竞赛活动覆盖面,提高学生在校内体育竞赛和校际体育比赛方面的参与度,组织学生参与各种体育竞赛活动,提升学生体育综合实力和竞技水平,从而培养出一批批优秀竞技体育人才,充实我国体育竞技后备人才,提升我国体育竞技整体水平,为实现体育强国提供源源不断的人才。

## 2 体教融合下高校体育教学现状

### 2.1 高校体育课定位模糊

体育全球化趋势下,社会对人才的要求越来越高,不仅要具备一定科学文化知识,还要拥有能够适应现代化快速发展的强健身体和心理素质,这也是体教融合下高校体育教学改革目标<sup>[3-4]</sup>。大学生与高中生相比,学习压力低、自由时间多,应该有更多时间参与体育活动,开展体育训练,然而高校体育课一般只有大一和大二有选修课,可选项目有限,课时较短,难以满足学生体育锻炼需求;课程教学也以选修的项目为主,如篮球、排球、田径、体育舞蹈等,多以技能和体育技术教学为主,对于学生体育专项能力的培养往往超过了身体素质锻炼。体育学科的基础是身体素质训练,如何平衡身体素质训练和专项能力训练是高校体育应当思考的问题。再加上,部分高校体育教师对体教融合认识不足,忽视学生文化素质教育,在教学过程中存在一刀切、照本宣科等情况,没有从根本上改变体育教学情况,进而对学生健康发展造成阻碍。

### 2.2 课程建设有待加强

根据大学生体质调查情况可以发现,我国大学生体质情况不容乐观,很多学生心肺功能、力量、耐力、运动能力等整体处于下降趋势,这种不良体质现象为高校体育教学敲响了警钟。这是因为高校体育教学没有充分发挥自身教育价值,课程建设缺陷,导致体育教学质量和效率不佳。以篮球教学为例,篮球运动受众面广,是学生普遍喜爱的一种球类运动,篮球课程是体教融合开展的重要立

足,只有做好课程建设,培养学生运动兴趣和基础技能,才能促进学生更深层次的发展。然而,实践发现高校篮球体育课程建设存在一定问题,教学缺乏系统性和科学性,导致整体教学质量不佳。分析问题原因发现,传统应试教育影响下,家长和学校一直是推动学生教育的重要动力,促使学生在长期高压下进入高校生活,这导致多数学生、家长和教师认为体育学科不是重要学科,不用花费大量时间和精力<sup>[5]</sup>。在进行体育学习和训练时,经常出现走过场、应付的现象,导致学生无法真正掌握体育技能和知识。

### 2.3 缺乏全面成果反馈体系

成果反馈是衡量学生学习质量和教师教学水平的重要环节,也是促进教学提升的有效途径。我国传统教育理念下,学习和考试成绩一直是考核学生在校学习情况的主要评价指标,体育教学处于薄弱环节,缺乏一个明确目标要求。高校体育课程缺少课前和课后运动的习惯,体育考核缺乏难度,大部分学生都能根据自身理解通过考试,无法全面客观反映学生成果和教师授课水平,不利于学生长远发展。

### 2.4 体育课程师资力量不足

在我国积极发展体育强国大背景下,体教融合频繁被人们提起,取得了一定成绩。但是,在实际应用中,体育与教育割裂问题仍未得到有效解决,体育课程在长期教育发展中处于陪跑者身份,处于“说起来重要、忙起来次要、考起来不要”的尴尬局面,没有真正发挥体教融合作用<sup>[6-7]</sup>。这种情况下,很多高校都没有配备足够体育学科师资力量,缺乏真正懂篮球并能进行篮球教学的优秀教师,无法让所有学生都能进行篮球学习,制约我国篮球教学事业发展。

## 3 体教融合下高校体育教学改革策略

### 3.1 重视顶层建设,构建立体化体育教学体系

体教融合涵盖了体育系统和教育系统大量优质教育资源,如教师队伍、教学素材、教学设备、教学体制等。为更好地发挥这些资源优势,高校作为学校教育顶层,应当积极组织相关部门和教职工,积极学习相关意见、政策及讲话精神,领悟体教融合下高校体育改革本质,着力构建面向全体学生的教学机制,在增强学生体质的同时,深入挖掘优秀体育后备人才,为体育强国建设提供充实力量。首先,高校要严格落实“健康第一”教育理念,开齐开足体育课程,在保证原有教学质量的基础上,不断变革教学方法,确保更多大学生均能通过体育课程磨练个人意志、健全人格、提升个人综合素质<sup>[8]</sup>。

其次,搭建开放性体育赛事平台体系,在课余时间大力组织各个层次的校内赛事,囊括各个体育项目,为学生搭建开放性赛事平台,形成常态化体育赛事,通过丰富多样的体育赛事,激发学生参与体育运动热情,提升学生体育运动水平,也为优秀人才选拔创建完善体系。同时,高校要积极鼓励学生参与区域性体育赛事,鼓励学生在更高平台上展示自我,利用自身特长取得一定教学成果,从而养成终身体育锻炼的良好意识。以篮球赛事为例,教师可以依据学校情况制定详细篮球比赛活动内容,包括比赛流程、比赛时间、比赛地点、比赛规则等,如比赛时间为下午3点,比赛地点为学校篮球场,比赛方式为5V5,以班级为单位选拔出参赛队伍;按照参

赛队伍划分小组,每组参赛学生5名,2名替补和1名裁判;比赛规则为积分制,小组赛结束后选出八强,随后开展淘汰赛,选出前三名。最终通过校内篮球比赛的方式,选拔出代表学校出征的篮球队队伍,参与区域篮球比赛。高校还应当建立相应奖励机制,对表现优异的运动员及参赛小组,给予相应荣誉和奖励,进一步激发学生参与体育赛事,提高体育竞技水平的积极性。

最后,高校要积极鼓励学生参与体育社团,大力推广俱乐部教学模式,以学生为主体,满足学生个性发扬和参与体育锻炼的迫切需求;还能借助竞赛资源,打造体育赛事品牌,从社团或者俱乐部中选拔优秀体育人才,形成良好体教融合新局面。

### 3.2 强化教学认知,明确体教融合下的课程建设

体教融合背景下,高校体育教学改革的落实,要从教师传统教学观念改变入手,树立增强学生身体素质、提升学生智力水平、磨练学生意志的全面育人理念,“以赛促健康,以赛促发展”的改革目标,处理好“学训”矛盾,从而完善原有体育教学模式,加快体教融合步伐。一方面,高校要制定科学体育教学目标,深入开展调研工作,增加与学生之间的交流沟通,充分掌握校内大学生身心特征、体育兴趣等,制定科学体育教学目标,打造具有学校特色的体教融合体系<sup>[9]</sup>。

例如,在篮球教学中,教师可以从学生体育理论知识、篮球能力(基本能力和专项能力)、品德和健康行为三方面入手,建立科学系统化的篮球教学体系。从学生篮球理论知识看,教师可以借助调查问卷、网上或活动测试、一对一问答等形式,了解学生相关知识掌握情况。结合篮球教学进程,适当开展主题教育活动,如“讲述篮球运动健儿赛场故事”,引导学生自主查阅大量资料,进行分析总结,并制作成个人成品进行课堂展示,增加学生对相关知识和文化背景的了解程度。

从篮球能力看,包括:(1)基础能力,分为力量素质、速度素质、速度耐力等,其中,力量素质训练包含最大力量、速度力量、力量耐力等,在进行训练时,需要根据学生身体情况和训练目标科学设定训练内容、强度,如可以利用抓举、挺举杠铃、负重高抬腿、卧推等进行力量耐力训练,一般控制在个人最大力量80%左右;或者在进行速度耐力训练时,可以开展四百米、八百米间歇跑,不同距离长跑或越野跑,将训练强度控制在最大跑速75%~90%,持续时间1~2min;还可以利用篮球比赛节数进行训练,按照每节10分钟进行强度训练,以提升学生身体素质。(2)专项能力,如运球、投篮、传球、技术组合、战术配合及实际运用等,基于学生实际情况,采取对应专项训练,如运球训练,划定半个篮球场作为比赛场地,将学生划分为多个小组,2组为一队。比赛开始后,2组选出3~4人进入场内,每人1球,在场内运球的同时,打掉别人的篮球,一旦篮球被拍停或者出圈,立即离开场地,由场外小组成员补充,继续比赛。

从学生品德和健康行为看,可以创建体育运动情境,在课堂中设置教学任务情境,通过学生在情境教学中亲身体验道德品质生成,感悟优良品德和健康行为养成逻辑。例如,可以组织开展篮球战术训练,建立升降级制度,从个人对抗到3V3、5V5等多人对抗,使学生充分体验不同对手时自身心理和身体变化,也感受到团队协

作的重要性,更让学生认识到赛场没有常胜将军,无须害怕成长,成长也是一种成长,积极发挥篮球育人效能。通过对生理理论及健康知识、运动能力和品德行为内容的建设,构建科学、系统化的体育教学体系,促进学生全面健康成长。

### 3.3 深化体教融合,建立完善课程考核评价机制

体教融合理念下,高校体育课程改革应当遵循其发展目标和教育需求,建立完善的考核评价机制。一方面,重视教学成果考核,根据不同体育项目研究对应评价标准和考核指标,如学分评价和成绩评定,成绩评定以学生实践成绩为主,包括身体素质、运动技能、理论知识、交往合作和情意表现、学习态度及行为,通过学生自评、学生互评、教师评价等方式,对学生平时表现、中期末表现等进行综合评价。其中,理论知识评价内容有文化知识、基本竞赛规则、技术原理、生理卫生保健等;身体素质评价内容有800/1000m跑、立定跳远、米字移动、助跑摸高、实心球掷远等,学生只要达到项目合格标准,就能获得相应评价。另一方面,重视课堂教学考核,了解学生技能掌握情况,教师可根据学生评价反馈调整教学内容,完善教学设计,继而提升课堂教学质量<sup>[9]</sup>。例如,在篮球课程技术动作训练中,如全场变向运球、往返上篮、原地单手肩上投篮等技,教师可以利用视频反馈教学法,也就是在课堂教学中,利用录像设备记录教学内容,便于教师进行自我纠正,或者学生将自己的练习情况录制为视频反馈给教师,教师根据视频对学生作出指导。

### 3.4 强化师资力量,提升教师教学能力和综合素养

体教融合是一项长期发展的系统性工作,教师作为落实高校体育教学改革的主体,必须做到与时俱进,根据时代发展和体教融合要求,不断完善和改进教学内容,改变以往“重体能、轻技能”教学思维定式。还要积极完善体育运动理论与健康知识、基本运动技能、思想品德等教学内容,涉猎其他专业学科知识,融入更多文化教育内容,切实将体育与教育资源整合在一起,突破体育与教育壁垒,实现体教深度融合<sup>[11]</sup>。

对此,高校体育教师要善于利用信息技术和网络资源,提高自身责任意识,主动参与学习,钻研体教融合相关知识,提升教师综合素养;在实践教学,教师也要将各种体教融合案例和实践经验应用在课程中,勇于尝试和探索,结合本校在体育教育方面的独特文化和优势,总结分析出具有实效性、操作性、灵活性的体育教学方式,提高整体体育教学水平。同时,高校也要积极发挥自身统筹作用,集合人力、物力资源优势,实现资源高效流动与共享,并积极改革原有师资聘用制度,提高市场准入门槛,采用多种师资聘用模式并存制度,吸纳专业运动员、优秀退役运动员作为高校体育师资后备力量,不断补充、补齐师资队伍,为培养出高素质、专业能力强的优秀体育人才提供强有力的支撑。

另外,教师还要加强现有教师队伍人才培养,狠抓体育教师培训和素质培养,有目的、有计划地培训教师,组织安排各种专业学术会议、组织教师参与各种中短期培训活动等,组织开展教师技能大赛,确定竞赛项目、内容和标准,就教师教学能力、职业素养、专业岗位技能等进行竞赛考核,帮助教师明确个人能力,为其未来

发展提供指引。通过持续性科学培训,逐渐提升高校体育教师水平,保障教师团队稳定性,最终实现一校一品的改革目标。

### 结束语

综上所述,在深化高校体育改革事业背景下,体教融合的全面落实,为高校体育改革提供了新方向,有效解决了体育课程顶层设计、学习矛盾问题,为学生全面成长提供有力基础条件。高校作为体教融合主战场,应当准确理解体教融合重要意义,明确高校体育改革发展现状,通过重视顶层设计,构建立体化体育教学体系;强化教学认知,明确体教融合下的课程建设;深化体教融合,建立完善课程考核评价机制;强化师资力量,提升教师教学能力和综合素养,破除高校体育与教育割裂问题,在提升学生身体素质的同时,为学生赋予更多卓越能力。

### 参考文献:

- [1]吴妹娟.高等院校实施体教融合教育发展路径研究[J].冰雪体育创新研究,2020(23):11-13.
  - [2]高建玲.我国普通高校推进“体教融合”的路径解析[J].当代体育科技,2020,10(36):138-140.
  - [3]康爱龙.我国高等体育院校体教融合策略[J].中国多媒体与网络教学学报(上旬刊),2020(12):218-221.
  - [4]王睿泽.我国高校“体教融合”的实践研究[D].南昌大学,2021.
  - [5]彭国强,高庆勇.体教融合视阈下我国体育教育专业发展研究[J].体育文化导刊,2021(02):96-102.
  - [6]张芳莲.体教融合背景下高校公共体育课改革探析[J].尚舞,2021(19):114-115.
  - [7]李兰忠.深化体教融合 推进新时代学校体育工作改革发展[J].体育风尚,2021(04):219-220.
  - [8]种青.落实教育方针 深化评价改革 提升办学质量[J].中国学校体育,2021,40(08):52-53.
  - [9]王宇.体教融合背景下高等院校体育教学改革研究[J].冰雪体育创新研究,2021(06):97-98.
  - [10]孙有平,柴广新.“体教融合”理念下的高校体育教学改革路径研究——评《新时期高校体育教学及其课程体系改革研究》[J].教育发展研究,2021,41(10):85.
  - [11]李康.体教融合视域下高校公共体育课程改革的困境与反思[J].大学,2021(43):16-18.
- 课题名称:宁夏师范学院“西部一流”学科(教育学学科)二期
- 项目名称:“体教融合”战略下新时代体育教师职业素养培养研究
- 课题成果:“宁夏高等学校一流学科建设(教育学学科)资助项目”,项目编号:NXYLXK2021B10
- 作者简介:王永林,性别:男,民族:汉,籍贯:宁夏,职务职称:副教授,学历:本科,单位:宁夏师范学院,研究方向:篮球教学及训练