

高校体育教育中学生体育素养的有效培育

卢睿

(贵州财经大学 贵州贵阳 550000)

【摘要】 社会的变化与发展对综合素质人才的需求不断增加,对教育领域提出了新的育人要求,要求侧重学生综合能力及素质的培育。面对新时期教育工作的要求,“核心素养”已经成为当今教育领域的热门词汇,而培育学生核心素养更是广大教育工作者的任务。在高校教育工作方面,体育学科作为重要的构成部分,培育学生的体育素养则是当前体育教学工作开展的一项重要任务与目标,所以作为高校体育教育工作者必须关注学生各项能力的发展。对此,文章中分析了高校培育大学生体育素养的意义以及现状,并提出几点建议。

【关键词】 高校; 体育教育; 大学生; 体育素养; 有效培育

站在大学生的角度来说,培育体育素养不仅需要有着先天的优势,还与后天的环境及教育有着密切的联系。因为每个大学生在运动能力、体育观念、身体素质等方面都存在着一定的差异,所以在学生体育素养培育方面存在着诸多的差异。纵观我国高校体育教学现状,大学生的体育素养依旧有待提升,这主要是因为高校对于提升大学生的身体素质不够重视,部分学生尚没有形成良好的体育锻炼习惯,这就在一定程度上限制了大学生体育素养的提升。所以,现阶段研究高校体育中学生体育素养的培育具有极强的现实意义。

1 高校体育教育中学生体育素养的意义

1.1 有助于学生拥有强健体魄,保持健康心理

通过体育锻炼可以改善人的心肺功能,对学生的骨骼肌功能发展有着很大的益处,尤其是在塑造学生强健体魄和保持学生心理健康方面有着较大的优势,这对于大学生身心健康发展十分的有利。

1.2 有助于学生形成运动习惯,享受健康生活

高校体育教育工作的开展,既需要传授学生体育运动技巧和方法,还需要关注大学生运动习惯的培育,享受体育锻炼带来的益处。所以,大学生坚持体育锻炼自然可以获得成就感,形成健康的生活方式。

1.3 有助于培养学生优良品质,塑造健全人格

目前,对于高校体育教学工作的开展,其既可以通过科学的运动项目锻炼学生的体魄,还能够使学生在参与的过程中形成团队意识,引导学生在体育锻炼的过程中尊重规则,理性对待输赢,使得大学生形成优良品质,塑造健全的人格。

2 高校体育教育中学生体育素养的培育现状

2.1 高校缺少重视,学生意识不足

目前,我国一些高校对于体育教学工作的开展还不够重视,在相应的制度建设上也不够关注。且现阶段高校的大学生正面临着课业压力和就业压力,自然难以有多余的心思放到体育学习和锻炼上面。同时,高校比较侧重学生文化课的教学,对于体育教学活动的安排比较随意,体育

教师在考核和管理方面也比较松懈,这就导致学生的积极性不够,自然不利于学生体育素养的培育。站在高校大学生的角度分析来看,体育课时常被人们看作一门释放压力的活动,尚没有意识到体育学科的教育价值。

2.2 教学模式单一,体育设施不全

从高校体育教学工作开展的角度分析来看,课堂上比较侧重理论知识的初传授,对于实践教学方面的投入比较少,一般情况下是先讲解知识和动作技巧,然后学生自由进行活动,这就在一定程度上限制了学生对体育知识的拓展。同时,高校体育教学方面的设施不够完善,一些学校尚没有独立的体育馆和练习场所,且在体育设施方面的建设不够重视,很多体育设施应用多年后已经失去原本的性能,自然难以保证体育教学工作的顺利开展。

3 高校体育教育中学生体育素养的有效培育策略

3.1 强化教师专业素养,构建专业师资队伍

体育这门学科属于文化教育工作,在课堂上为学生普及优秀体育文化,既可以使得学生主动参与体育锻炼,还能够使得学生展示朝气蓬勃的形象。所以,现阶段高校在体育教学工作之中培育学生的体育素养,通过体育文化来熏陶学生,使学生不断提高自身的人文精神。新时期的教育事业正处于改革的深化阶段,师生的角色实现了转变,此时教师已经发展成为大学生学习的辅助者和引导者,且教师的任务不单纯的只是知识传授,可见教师在学生在学习之中依旧发挥着重要的作用。因此,在高校体育教学工作开展期间,教师则需要关注学生体育素养的培育,运用自身的专业知识及技能优化体育教学课堂,促进学生体育素养的发展。首先,不断的提升自身的思想品质,为学生做出表率,以自身优秀的品德来熏陶学生;其次,不断地丰富自身的知识储备,以专业的理论知识与技能武装自己,并将这些技能应用到体育教学之中,从而以现代化的思想理念来指导体育教学活动;最后,对于体育教学活动的开展,教师需要结合大学生身心发展特点有针对性的组织教学工作,更好地完成体育教学目标。

3.2 优化体育教育途径,培养学生锻炼习惯

在当今这个知识经济时代中,“终身学习”已经成为

社会发展的一种新形态,越来越多的人参与到学习中,体育领域亦不例外,当前也有很多的人才自觉参与锻炼,以此来提升自身的体育素养。尤其是在新时期的教育背景之下,高校体育教学工作正面临着新的挑战,培育学生体育素养则是当务之急。因此,对于体育教学工作的开展,教师则需要关注大学生自主锻炼能力的培育,并为学生传授相应的理论及方法,从而使学生结合自己所处的环境和条件适当地进行锻炼,从而形成独立锻炼的能力和习惯。首先,自主学习。在高校体育教学工作开展期间,教师需要为学生讲明白体育锻炼的意义和价值,引导学生自主学习相关的体育知识和方法,并能够针对自身的特点来制定科学的锻炼方案,从而形成一种锻炼习惯。其次,自主锻炼。课堂教学期间,教师需要关注学生自主实践能力的培育,促使学生主动的将所学知识运用到体育训练之中,这样就可以使得体育运动成为学生生活的一部分。再次,自主调控。在体育锻炼活动之中,教师需要引导学生结合自身的条件及体制来合理安排运动强度和运动时间,并能够自我进行调控。最后,自主安排。在体育课堂教学期间,教师需要锻炼学生自我控制能力,这样学生在今后的锻炼之中会有意识地控制锻炼计划,不断地修正实施计划,提升自身体育素养。

3.3 优化教学组织方式, 构建和谐教学氛围

从某个角度分析来看,体育教育属于一种文化教育,其侧重对大学生体育文化意识的培育。培育大学生体育素养则是当前高校教育工作的核心,但是由于传统教学思维的局限性,导致体育教学工作仅仅停留在知识与技术的传授上,忽视了对大学生创造性思维和创新能力的培育,自然难以保证体育教学的效果。在高校体育教学工作开展期间,若是想确保体育教学的效果,教师既需要丰富课堂教学内容,还需要采用合理的教学方式。从之前高校体育教学的方式分析来看,通常没有关照到大学生主体的作用,甚至是打压了大学生参与体育运动的积极性,最终的教学效果也不够理想。因此,对于高校体育教学工作的开展,教师必须灵活的调整组织方式,创建一个愉快的体育学习氛围,并在此基础上选择多样化的教学方式组织体育教学活动,从而使得学生在感受学习乐趣的过程中实现自身体育文化修养的提升。体育本身就有着健康美、运动美、形体美,且体育运动的每个动作姿势都涉及到这种美感,通过坚持的体育锻炼可以促使学生主动追求美感,在体育锻炼之中提升自身的审美情趣,在体育运动之中愉悦自己的身心,在体育比赛之中感受集体主义,感受顽强拼搏、超

越自我等精神,实现自身道德情操的发展。

3.4 创新教学模式, 完善体育设施

体育新课标的推行,对当前的体育教育事业有了新的要求,原有的体育教学模式已经难以满足现阶段体育教学工作的需要,所以这就需要对教学模式进行创新,才能够改善体育教育质量。因此,在高校体育教学工作开展期间,则需要不断反思以往的教学实践,并考虑到高校体育教学工作的特点以及当代大学生发展的需求,探索新型体育教学模式,以此来满足当今社会发展对高校育人方面的要求。首先,在体能基础课程教学上,教师需要关注学生身体素质的提升,灵活地组织体育教学活动,运用新颖的手段将学生吸引到体育学习中,带给学生不一样的体育学习认知,从而为后续高难度教学工作的开展提供铺垫。其次,关注大学生体育素养的培育,锻炼学生的协调能力,通过专业化的训练来促使学生自主训练,从而全面提升学生的体能素养。另外,为了更好地保证高校大学生能够主动且顺利地参与到体育运动之中,高校既需要从体育教学角度进行改进,关注学生知识技能与体育素质的同步发展,还要从体育教学设施的完善上着手,通过加大对体育设施设备的资金投入,在硬件改善上来为学生创造良好的体育学习环境和条件,以此来促进高校体育教学工作的顺利开展,为学生的有效锻炼提供良好的环境与条件,从而进一步增强学生对体育素养的认知。

4 结语

总而言之,对于大学生体育素养的培育,并不是简单的几节体育课就可以实现的,而是需要一个长期的过程,体育教学所起到的是指导和辅助作用。在高校体育教学工作开展期间,对于大学生体育素养的培育,主要是从“教”和“学”这两个角度着手,体育教师运用自己的知识与技术来提升学生的体育能力,学生在体育工作者的指导下掌握人体生理变化规律,了解锻炼原理和方法,并在不断的训练之中形成良好的运动习惯。因此,在高校体育教育工作开展期间,作为体育教师必须关注学生体育素养的培育,灵活的运用多样化的教学手段来刺激学生主动参与体育锻炼,从而辅助学生实现体育素质及能力的提升,这样就可以促使大学生实现全面的发展,更好的满足社会发展需求。

作者简介: 卢睿(1981.4—),男,贵州贵阳市人,讲师,研究方向:运动训练,体育舞蹈,健身等。

【参考文献】

- [1] 刘从梅,潘红霞.核心素养背景下高校体育课程改革研究[J].安徽科技学院学报,2021,35(3):102-105.
- [2] 马利,王林庆,顾燕冲.普通高校公体课中提高学生综合素养的探析[J].武术研究,2021,6(3):144-145+156.
- [3] 路华.高校体育教育学生核心素养培养发展途径构建[J].山西警察学院学报,2021,29(1):125-128.
- [4] 李双铭.高校体育中培养大学生核心素养的途径[J].文体用品与科技,2020(20):179-180.
- [5] 陈维东.高校体育教育中学生体育素养的有效培育[J].青年与社会,2019(22):94-95.