

高校羽毛球课“课内外一体化”建设

吴瑞巍

(哈尔滨剑桥学院 黑龙江哈尔滨 150069)

【摘要】 高校的课程改革对培养核心素养提出进一步的要求,在此需求下高校体育课的建设也随之进行改革,羽毛球是体育课程中一项重要的内容,传统的羽毛球教学无论是在教学手段、课程设置等内容上都有一系列的问题,无法很好适应新时代人才培养的需求。为解决这些问题,“课内外一体化”的模式被提出,实现羽毛球课程的课内课外有效融合,提高教学水平,激发学生的运动兴趣,促进学生身体素质和心理健康的发展,让学生成为符合新时代要求的青年。

【关键词】 高校; 羽毛球教学; 课内外一体化

很多高校在羽毛球课程的设置上面都存在着课程时间短、周期间隔长的问题,大学生们缺乏系统性的训练直接影响着训练的效果。想要改善羽毛球课程的教学现状,需要保证足够的羽毛球课时,帮助学生们建立系统性的训练,在充足运动时间中完成提升。还可以对羽毛球课堂做适当延伸,保证课堂效果的同时在课外活动上也可以做好拓展,形成新的教学模式,推动羽毛球课内外一体化趋于社会化发展,助力高校大学生身心健康发展。

1 高校羽毛球课“课内外一体化”教学模式内涵

所谓羽毛球课内外一体化,首先要保证课内教学实现了最优化,形成良好的课堂氛围,其次是要在终身体育的理念下,将羽毛球相关的运动技能和运动精神等相关内容与课外训练和竞赛等联系在一起,即在原有教学基础上对课外的羽毛球活动进行延伸,激发学生课余锻炼的热情,实现理论和实践的融合,丰富学生的课外活动内容。构建羽毛球“课内外一体化”的模式,可以充分调动学生在课堂上的参与度,实现课内到课外积极运动的转换,最终实现体育教育和素质教育的有机融合。

2 高校大学生羽毛球课现状分析

2.1 课时数量不足

虽然大学阶段已经不同于高中阶段学生和学校将更多的注意力放在考试学科上面,对体育课有所忽视,但是从目前来看,很多高校依然存在体育课时设置上面有所不足,一个星期普遍只有一节体育课,学生的上课积极性也不是很高,这也就意味着学生进行羽毛球训练只能保证一周一次,对于想提升羽毛球技能的学生来说,这样的训练频率是无法达到的。虽然有些热爱羽毛球运动的学生在课余时间也有参与到羽毛球的运动中,但是缺少专业人士的指导很难在羽毛球技能上面有所突破且容易受伤。

2.2 羽毛球运动场地不足

想要更好的进行运动离不开标准的运动场地,羽毛球虽然对场地的要求不高,但是基本的场地需要保证具有专业的地面材料、合格的灯光条件等。目前很多高校都有运动场地不足或是运动场地不达标的情况,十几个学生共用一块场地的现象时常出现,这对学生进行有效的羽毛球训练产生了很大的限制和约束,一旦发生运动意外就得不偿

失了,场地不足和场地不达标也影响了羽毛球的教学进度。

2.3 技术教学观念仍占主导

羽毛球这项运动很多学生在上大学之前都有过接触,平时也常常会在课余时间进行羽毛球运动,很多高校的羽毛球教师在进行羽毛球课程教学的时候考虑到大多数学生平时基本都进行过羽毛球运动,所以将更多的课堂内容放在了实践训练上面,缺少了理论知识的教学,这就导致很多学生对羽毛球运动技术重复地进行机械的训练,并没有真正的把握住理论基础,有些技巧虽然已经可以熟练使出,但是不懂其中的科学依据,长此以往不利于学生提高羽毛球运动文化素养。

3 高校羽毛球课“课内外一体化”教学模式的构建策略

3.1 及时转变羽毛球课教学理念

先进的教学理念是高校教育持续发展的基础,教学理念贯穿整个教学活动,无论是知识类学科还是体育学科,都需要引进先进的教学理念,“课内外一体化”的羽毛球教学模式是在先进的教学理念下应时而生的,为体育教育行业改革做出了贡献。高校在进行羽毛球教学的时候,需要逐步渗透教学的中心思想,改变过去“唯成绩论”的观念,树立“以人为本”“以学生为本”的教育理念,充分尊重学生的主导地位,促进实现学生心理和生理的健康发展。同时,在进行羽毛球理论和实践的教学中,鼓励学生养成终身运动的意识,培养长期进行羽毛球训练的习惯。同时,高校组织羽毛球竞技比赛也要对学生进行正确的引导,树立正确的运动价值观念,让学生从心底里喜爱羽毛球运动而非为了拿到奖项,才能为“课内外一体化”教学模式的构建奠定坚实的基础。同时还要重视对学生在主体意识方面的培养,主动意识是奠定学生终身爱好体育的前提。在羽毛球的教学活动中,羽毛球教师要尽量激发学生的运动思维以及羽毛球运动的热情,促进学生养成独立能力,充分发挥自身的主动性。

3.2 科学组建羽毛球活动社团

社团和俱乐部是高校中很常见的组织,想要实现羽毛球“课内外一体化”的教学模式,组建羽毛球活动社团、活动俱乐部是十分必要的,让更多的羽毛球爱好者参与进来。对

高校的课外教学资源要进行充分的挖掘以及利用,是保证校外羽毛球教学活动有序进行的关键。羽毛球社团在成立之后,需要对社团内的日常运营、活动安排等进行完善,让社团活动逐步步入正轨,保证羽毛球社团的每一项活动和策划都可以顺利进行,让羽毛球社团朝着规范化的方向发展。同时,在进行羽毛球社团管理的时候,可以利用信息技术发展下的新工具,组建羽毛球社团的QQ群和微信群,重要信息可以发布到群内,羽毛球教师也可以将一些羽毛球相关的技术视频发到群内,供群内同学浏览,同学有任何不懂的地方也可以及时向教师提问,同学和教师之间进行友好交流,让社员对社团形成认同感。不仅保证了羽毛球社团活动的有序进行,也形成了良好的课外羽毛球活动氛围,让越来越多的学生愿意参与到羽毛球活动中,为羽毛球“课内外一体化”教学模式的构建提供重要助力。

3.3 推动羽毛球课程教学改革

在进行羽毛球课堂教学的时候,应当始终保证学生占据的主体地位,让学生成为羽毛球课堂的主人翁。同时在实际的羽毛球课堂教学中要对各部分教学内容的占比进行合理分配,充分保证课堂内容的高效,一些阶段性的测验、健康测试等环节尽量安排在教学之外的时间。要做到羽毛球课“课内外一体化”还需要对教学大纲和教学内容进行优化和改良,在日常的教学中逐渐向学生渗透羽毛球的基础常识和训练方法等,引导学生主动进行羽毛球训练,并对羽毛球训练形成正确的认知,避免意外事故的发生。同时高校的羽毛球课程中,也可以适当引进分层教学法,分层教学法不只是用于知识类的学科,很多体育课堂也可以使用,是适应时代新趋势的教学方法,具体操作上可以将学生根据体能测试等环节分成初级、中级和高级,再根据不同的层级进行教学,因材施教、因人施教。初级的是一些基础比较薄弱的学生;中级是有一定的羽毛球基础的;高级则是运动天赋极佳的学生。在教学上更有针对性,有利于不同层次的学生提高羽毛球的运动技能,还可能培养出一些羽毛球的专业运动员,为校争光、为国争光。

3.4 打造专业化教学团队

在羽毛球课的实际教学活动中,保证学生主导地位的同时,也要将教师作为课堂引导者的作用发挥出来,学生在教师的指导下有序的进行羽毛球训练,才能保证高校羽毛球课课内外一体化的建设的顺利进行。羽毛球教师的专业性尤为重要,目前很多高校在各位体育活动的教师数量上是有保证的,但是很多高校的体育教师在专业度上面还是有所欠缺的,无法满足“课内外一体化”的教学管理要求。各大高校在进行体育教师扩招的时候,吸引专业的具

有丰富体育教学实践经验教师加入教师队伍,他们具有很强的体育理论知识,是团队的核心骨干,还要开拓创新具有活力的年轻教师加入队伍中,教师团队有互补性知识结构,打造专业化的教学团队,体育教学团队的目标和高校的体育教学目标相匹配。同时也要加深对一体化的研究,对一体化的教学管理模式进行深入的研究,为高校构建“课内化一体化”教学管理模式的建立提供充足的理论基础,并对发展发现进行有效的指导。在专业度达标的教师队伍的引领下,学生会不断提高在羽毛球上面的专业技能,综合素质也能得到提升。

3.5 设置课内外一体化教学的评价机制

羽毛球课程的评价方式是引导和鼓励学生参与到羽毛球训练的“风向标”和“指挥棒”,对羽毛球的“课内外一体化”进行评价也是保证一体化建设的基础,学生在评价的激励下积极参与到羽毛球锻炼中,建立科学合理的评价体系是关键。具体操作方式上可以将形成性评价和终结性评价相结合,发挥了体育评价的激励功能。例如,学生在一个学期内,羽毛球课程的出勤率达到了90%,而且在平时的业务羽毛球活动中的出勤率也完成了规定的次数,就可以拿到合格的成绩。再根据学生每周参与到羽毛球社团和羽毛球俱乐部的次数累计加分。一个学期内参加的羽毛球竞赛也可以成为累计加分项,不同的比赛分值有所不同。评价不仅有羽毛球教师对学生的评价,还可以建立学生对于羽毛球教师的评价体系,根据教学水平、工作作风等进行价值判断,师生之间互评更能促进双方的共同发展,形成良好的师生关系。科学的评分机制让课外教学活动发挥教学延伸的最大功效,促进学生参与到体育锻炼的积极性和自发性,养成运动的好习惯。

4 结语

综上所述,高校羽毛球“课内外一体化”的教学模式是教育改革的重要手段,也是很多高校大学生所能接受的教学方式,充分结合课内与课外的羽毛球学习资源,提高学生参与到羽毛球运动的积极性,养成终生运动的意识,从而锻炼出健康的体魄。目前的羽毛球“课内外一体化”还没有在全部高校中普及,也需要各个高校之间相互吸取先进经验,让各个高校的大学生养成运动的习惯,全面提升身体素质。

作者简介: 吴瑞巍(1986.2—),男,黑龙江哈尔滨人,副教授,研究方向:体育教学。

基金项目: 哈尔滨剑桥学院线下一流课程建设项目《大学体育(羽毛球)》。

【参考文献】

- [1] 刘红兵.体育核心素养视域下高校课内外一体化教育价值体现与实施策略[J].南京体育学院学报, 2021(20): 63-66.
- [2] 王莉.高校体育教学课内外一体化进程中全员运动会体系的构建[J].青少年体育, 2021: 87-89.
- [3] 袁丽鑫.高校体育教学课内外一体化教学模式的构建思考[J].尚舞, 2021: 110-111.
- [4] 苏笑朋,王鹏,穆培云.“课内外一体化”整体课程模式在高校体育工作中的研究与实践[C]//教育部基础教育课程改革研究中心.2021年课堂教学教育改革专题研讨会论文集, 2021: 322-323.