

# 我国高校体育公选课的创新路径分析

唐云鹏

贵州商学院 贵州贵阳 550004

**摘要:**我国高校体育公选课由来已久,虽然已经取得了斐然的成绩,丰富了学生的体育知识,增强了学生的身体素质,也为国家栽培出海量体育人才,但也面临着一系列缺漏和困境。21世纪的高校体育公选课,要依循体育运动的渐进轨迹,要安札学生身体成长的特点,在体育教学中融入虚拟增强技术, AI智能技术、网络直播课堂等现代科技手段,探索出高校体育公选课发展的新道路。

**关键词:** 高等教育; 体育公选课; 创新路径

## Analysis on the Innovation Path of College Physical Education Public Elective Course in China

Yunpeng Tang

Guizhou Business School, Guiyang, Guizhou 550004

**Abstract:** China's college sports elective course has a long history. Although it has made remarkable achievements, enriched students' sports knowledge, strengthened students' physical quality, and cultivated a large number of sports talents for the country, it also faces a series of shortcomings and dilemmas. In the 21st century, college physical education public elective courses should follow the gradual track of sports, take into account the characteristics of students' physical growth, and integrate modern scientific and technological means such as virtual enhancement technology, AI intelligent technology, and online live classroom into physical education teaching, so as to explore a new way for the development of college physical education public elective courses.

**Keywords:** higher education; Public elective course; Innovation path

### 引言:

“少年强则中国强”,青少年富于春秋,关系到国家的未来,民族的希冀,是一个民族生机勃勃、生生不息的体现,是社会进步、国家综合实力提升的重要表现。不开展素质教育会产生很多反作用,违碍青少年身体健康、心理健康地发展。体育教育对于培养青少年上佳的身体素质和内涵修养、构造健全的人性和品格起着非同小可的作用,因此,应围绕着“以人为本”的指导思想,积极探索我国高校体育公选课的创新路径。

### 1、我国高校体育公选课现状分析

随着2008年奥运会以及2022东奥会的完美落幕,加之国务院不断出台关于加强学校体育教育的相关指

示,目前高校对学生的体育教育已逐步开展和完善。2014年,国家教育部制定《高等学校体育工作基本标准》,为我国高校体育教授工作授予了可以依据的基准以及对教学品质的要求。通过对这些文件精神领悟,我们对高校公共体育课程体系的开设与实践、校园外体育活动、社会体育竞技比赛、学生身体素质的测试、评估以及相关基础配备的要求等提出了更为清晰的需求。通过一段时间的实施,目前我国高校体育公选课建设主要存在以下问题:

#### 1.1 教学目标认知

目前,大家对体育公选课的认知和目标定位基本达成四项一致:“身体健康放在首位”、“终身体育”、“多元化教学”、“拒绝应试教育”。高校的体育公选课的教师对体育的重视程度依次为:发展学生对体育运动的兴趣爱好,逐渐形成“终身体育”意识;提高学生运动技术和能力,增强学生身体素质;传播体育知识与文化,拓

---

**作者简介:**唐云鹏(1976-3-),男,彝族,贵州威宁人,硕士,单位:贵州商学院,教授,研究方向:体育人文社会学。

宽学生的知识面、提升学生的进入社会后的适应性。

## 1.2 课程体系设置现状

### 1.2.1 课程科目设置现状

据统计,高校体育公开课中,大部分是沿袭传统的体育运动项目,比如:游泳、羽毛球、田径、啦啦操等;加入了部分学生喜欢的电竞类项目,比如:LOL、王者荣耀、CF等;塑身健身类的项目,比如:国标、恰恰、瑜伽、空中瑜伽等;个别高校还开设了偏体育基础知识的课程,如球类比赛规则,奥运发展史;具有民族风情的项目,如八段锦、划龙舟、峨眉剑法等。

总体说来,课程设置体现了适应学生兴趣要求,结合地方特色,丰富多样的特征。但是高校每学期只开设一定数量的体育公选课,课程的开课时间、地点也可能有冲突,热门课程选课人数和实际容纳的人数冲突,使学生在选择公选课的时候没有充足的选择余地,比较难选择道自己喜欢或者热衷的体育公选课。

### 1.2.2 课程内容设置现状

一是教学体系缺少系统性,教学分为两个非常重要的部分,一方面是理论为实践提供依据;一方面是实践检验理论。通常,老师对于基础知识的讲解偏少,而让学生大部分时间用于联系技术技巧,从而使学生对技巧的度能有提高。但这样的教学方式会减少学生对于体育运动的认知及内涵的体会,忽略基础理论的重要性,降低学生对于体育运动学习的兴趣。

二是教学内容偏基础。任何一项体育运动都有技能的要求,在运动的学习中,反复的琢磨、练习某个动作是掌握运动技能至关重要的过程。但目前,各个高校的对选修课的排课时间较少,没有足够的时间让学生去磨练运动技巧。比如游泳的教学中,常见的游泳技能教授方式一般分为呼吸,手部动作、腿部动作等,但由于各种限制,没有办法对这些动作进行反复的练习和指正,所以导致学完后,依旧不能正常的游泳。另外,由于有考核的存在,学生着重于考试要求的技能点进行练习,教学流于表面化,久而久之就会使学生丧失对于游泳的兴趣。

### 1.3 师资队伍现状

为推进体育教学改革,高校已经在不断地提高教师队伍的教学水平和综合素质,但目前部分教师开设的体育选修课并不是其在本科学习的专项体育课程。过去,体育院校很少开设体育公选课有关的课程,所以体育教师没有机会对其他专项进行学习,大部分是因为个人喜好,自主去学习有关课程,少部分教师由于工作需要自费参加了相关教学项目的短期培训,如排球、乒乓球、国标、瑜伽等目前高校流行的运动。

培养“一专多能”的体育教师,提高体育教师的公

选课的专项教育水平,是高校体育教师队伍建设的当务之急。随着高校的扩招,体育教师的工作量越来越大,教学任务繁重,教学研究的时间得不到保证。一些学校的体育教师不仅要上课,还要负责班级管理和学校安全等行政事务,导致体育教师身心疲惫。另外,高校的教师进修深造机会也主要给到学科类教育,体育老师的进修深造机会较少,基本上只能参加教育厅或其他体育机构提供的免费或者必修课程。学院领导舍本逐末,为了教学效果,忽视了教师的再培训的必要性。

## 2、高校体育公选课创新路径

当今社会,我国体育文化产业高速发展,根据2021年10月25日,国家发展和改革委员会发布的《体育产业发展“十四五”规划》中显示,在“十三五”时期,我国体育事业突飞猛进。截至2020年底,我国每人占有的体育场馆面积达到2.2平方米,每万人保有的社会体育教练员数超过18.6名,体育运动作为一种产业,在GDP中的占比和作用显著提升。

《规划》指出,要增强体育训练和教学的融合,促使青少年体育保持良好发展的态势,加强青少年体育“尖子生”培养,遵循“一校一品”“一校多品”模式,建设体传统特色示范学校试点。深化体校改革,要因地制宜,强化体育院校作为培养后备人才的主阵地、主渠道作用。激励社会各界建立适合青少年体育锻炼的社团和队伍,建立科学的产-学-研一体的体系。整合青少年体育竞技活动架构,联合社会各界和教育部、学校整合学校比赛、全国联赛等各级各类体育比赛。注重体育教师领导班子建设,进行后备人才储备。

在此基础上,如何合理利用现有的优势和机遇,将基础体育知识和体育锻炼实践结合,有助于学生在体育学习上乐在其中,使身体素质得以增强,人品性格得以健全,意志得到磨练,培养全面发展的社会主义接力者。由于中国高校体育公选课有自己的历史渊源,设置高校体育公选课既要增设、改良部分的硬件和软件设施,又要紧跟时代发展,有一定的前瞻性。为此,我们应该从以下方面创新高校体育公选课路径:

2.1 改进公选课的教学制度,采用分级化教学方式。在教学过程中,老师应该贯彻“因材施教”的理念,进行分级化教学,根据学生身体协调性、强度和原有的体育技能的不同,准备差异化的教学内容,为教学内容设定一定的中间层,保证学生们能学有所得,学以致用。分级教学一方面能显著地提升课程品质,一方面也是擢升学生学习效能的至关重要的方式。在教学过程中,将学生划分为不同梯,并针对不同的梯队的学生设置不同的学科内容,采用不同的考核评审方式。如此分级,学生的学习和长进将有明显提升。

2.2改进体育公选课教学体系,推行跨学科融合。在我国高校体育学学科教育的发展历程中,先后结合融入了社会科学、人文科学,深度融合,从而完成了体育学学科的体系设置。但随着社会的前进,体育学科也持续的发扬光大,原有学科体系缺乏符合科学发展观的分类标准、体系不能够与一些新生学科兼容并包,难以顺应现代化的新要求,不利于学科长远发展。因此,应当重新构建高校体育公选课体系,将好体育学基础知识和技能训练统一结合,形成一个有机整体,互相促进,协同发展;积极探索体育学科交叉融合,发展符合现代社会发展方向的体育管理学、体育新闻学、体育的变现运营等。通过开展公选课的教育改革,创建符合国情、民族风情、地方特点的学科体系内容,更好地服务于社会。

2.3加强师资队伍建设,形成人才梯队。首先,高校应该定期地组织相应的会议和课程对公选课教师进行培训,这样老师可以在学习中获得的进步,掌握更多更好的教学技能,同时也能够最大限度地提升个人的专业素养,培养“一专多能”的能力;其次,应积极推进与体育类院校的合作,开展院校间的交流学习,提升教师的综合素质;另外,可以聘请校外知名运动员、专家或有专长的教师前来学校授课,加强和社会体育组织的合作,拓宽学生参与运动的空间,增加学生参与运动的时间,实现公选课和大学生体育活动有机结合起来。

2.4增加政府财政支持,提升发展机遇硬件和软件设施。新时代对健康中国提出了新的要求,体育学学科有了更多更好的发展契机,在教学体系内部一片向好的同时,外部财政支持也不可或缺。从软件方面来看,不管是国家层面,还是地方政府层面,各级体育和教育相关部门要进行科学的布局。国家层面,进行“顶层设计”,制定指向性的经管和发展政策,地方积极学习中央精神并积极推动政策落地。从教学研究、科学研究等各个角度立体思考,拓宽各层级体育学研究经费的来源,设立各层级学科研究奖励,鼓励体育教育发展,招纳贤士,培养师资,调动主观能动性;从体育公选课实践角度,将各级和各类体育公选课的产-学-研的产生的经费纳入统筹,并制定科学合理的嘉奖和惩处制度。

从硬件设施上来看,学校体育的发展离不开场馆、体育器具、设备条件的保障。场馆方面应合理规划场地、调整布局、整合改造、拓展新建、一场多用。在器材方面,为了使高校体育公选课的能进入良性循环,学校应整编体育器具配置,使其更具有针对性,器材的使用也需要提高频次,要注重丰富多彩的活动的开展,强化一物多用的运行模式的开发。设备方面,应积极与现代信息技术融合,不断丰富和更新学校体育器材和设施设备,现代的大数据,为精准测评、监控、介入发挥了重要作

用。如监测跳绳数量动作的ai设备,这些设备不仅提供了精准的计数,还能节省了人力成本,提高体育教师的工效,对公选课进行分层评价非常有益。此外运动能力等级评价中的数量、动作标准化等方面的评价,都能得到精确度更高的测评结果。所以,要强化高校体育公选课的发展,电子设备或将成为其中一枚关键的棋子。

2.5结合现代科学技术,开展疫情常态化下的公选课教育并运用到今后的公选课教学当中。在体育教学中,教师要充分关注疫情变化,遵从疫情管理规定,在体育教学中与学生充分沟通和交流,告诉学生疫情带来的危害,让学生在防护下进行体育锻炼。在疫情防控期间,教师可以利用ai技术、人工智能、云课堂等在线上模拟出该门课程基本的动作要领,对于不正确的地方,教师可录制标准动作以及错误动作示范,这样在线上,让学生也能看到形象的内容,形成画面感。

### 3、结语

综上所述,体育教学作为普通高校体育教学体系的重要组成部分,而公选课又是其中非常重要的一环。公选课的教学质量直接影响了对高校教学质量、高校教学改革成效。所以,建议高校体育教师人员因从我做起,肩负重担,从多个维度践行素质教育和新课改教学理念和要求,确保普通高校体育教改工作的顺利贯彻与落实。特别要注意,改革过程中学校与教师方应明确体育教改现状及问题,积极采取针对性的措施,深化学生体育意识。

### 参考文献:

- [1]汪宗礼.教师干预下高校体育公选课(慕课)学习成效与提升策略研究[D].曲阜师范大学,2021
- [2]杨令平.郑州市高校网球公选课现状的探究[J].运动精品,2020,39(11):6-7.
- [3]冉点.创新教学模式在高校体育篮球公选课中的应用研究[J].中国多媒体与网络教学学报(上旬刊),2018(05):25-26.
- [4]董密.吉林省普通高校公共体育选项课选课的研究[J].才智,2014(34):13+15.
- [5]廖小军,刘鸥.高校体育课程资源开发以及教学创新的研究[J].湖北体育科技,2007(04):444-445+448.
- [6]蒋自俭,刘超.安徽省高校体育公选课的现状与改革[J].科技信息(学术研究),2007(16):286-287+290.
- [7]曾静平.我国高校体育公选课的 innovation 路径[J].中国高等教育,2021(08):57-59.
- [8]廖小军,刘鸥.高校体育课程资源开发以及教学创新的研究[J].湖北体育科技,2007(04):444-445+448.
- [9]蒋自俭,刘超.安徽省高校体育公选课的现状与改革[J].科技信息(学术研究),2007(16):286-287+290.