

高校体育教学和运动训练的协调发展

李淑元 范晓伟

青岛滨海学院 山东青岛 266555

摘要:随着国家经济实力的提升,人们更加重视教育的作用,并且在教育改革的要求下,促使教育行业的教学工作以素质教育为主,培养学生的综合素质和能力,满足社会进步和国家发展的需求。本文以高校体育教育和运动训练的协调发展为例,分析二者之间的关系,发现协调发展过程中存在的问题,采取相对应的措施,保障体育教学和运动训练的协调发展情况,促使高校的体育教学水平得到显著提高,可以更好地提高学生的身体素质。希望本文的分析,可以为同行工作者提供借鉴经验。

关键词:运动训练;体育教学;高校;协调发展

在教育改革工作的影响,促使高校体育教学也开始进行优化和创新,尤其是在体育教育和运动训练这两方面的关系上。因为在实际的教学过程中,存在两种观点,一体育教学活动进行的目的是提升学生身体素质的目标需要运动训练的支持;二学生的身体通过体育教学来培养,因为体育教学可以帮助学生领悟体育精神,可以更好地保障体育运动的效果,促使学生的身体素质得到显著提高。这二者都是可以促使学生身体素质提高的,但是单一使用,对学生的助力作用有限。因此,就要促使二者协调发展,以此为学生身体素质的提高奠定基础。

一、体育教学与运动训练的关系

1. 体育教学与运动训练的联系

体育教学和运动训练在内容是相同的,都是把体育学科作为基础,借助场地和器材进行的。同时对场地和器材的要求是极其严格的,并且最终的训练效果都是以测试结果来呈现的。这二者都有一定的针对性和目的性^[1]。

2. 体育教学与运动训练的差别

运动训练是对运动员进行针对性地训练,目的是让运动员可以通过训练,在未来的竞技活动中取得优异成绩,在训练的过程中,会重点讲解训练和对抗以及战术乃至技术等多个方面的内容,以此保障最终的比赛结果;而体育教学是借助多个角度和层次来开展教学活动,它的目的是促使高校大学生的身体素质得到显著提高,同时培养学生的道德意识和人文素养。

二、高校体育教学与运动训练协调发展的的问题

1. 缺乏体育教育的观念

现在实际的教学活动中,部分高校是处于体育教学观念缺失的现象。在这个现象的影响下,也就导致体育老师不能正确的看待体育教学活动的开展,进而使得高校大学生的身体素质难以达到国家要求的标准。同时,因为高校领导者长期受到应试教育思维的影响,促使其在安排教学活动的时候,过度重视理论教学的存在,忽视体育教学活动的安全。并且部分高校虽然开展了相应的体育教学活动,但是体育教学的内容和方式以及观念都是处于陈旧落后的状态。最终在这些因素影响下,促使学生和老师都忽视体育教育的开展,影响教学效果不说,还会导致学生在进行运动训练的过程中,呈现配合程度较差等问题,难以满足社会和国家对学生身体素质和心理健康方面的要求,阻碍学生的进一步发展^[2]。

2. 体育老师能力有限

学生在进入高校学习之后,体育教学的内容也随之发生变化,促使高校体育教学逐渐呈现复杂性。并且在这个过程中,更加重视理论知识和实践教学的融合,以此实现培养学生综合素质和能力的目标。但是在实际的教学过程中,高校并没有把理论知识和实践结合放在首要的位置,导致高校在开展体育教学的时候,经常出现片面化的问题,不是开展了体育教学活动,没有理论的支持,就是学习了理论知识,没有进行相应的实践,导致学生的体育素质和身体素质有限。在这种氛围的影响下,导致体育老师的教学能力也是呈现片面化的目的。而导致体育老师素质有限的原因,老师一毕业就直接进入岗位之中,没有相关的教学经验,不能把学习到的知识应用到教学之中,最终促使学生的学习效果不理想,

作者简介:李淑元,女,汉族,1981-11,山东省青岛市人,青岛滨海学院,讲师职称,教研室主任,本科学历,硕士学位,研究方向:主要从事体育教学研究。

同时也不能促使体育教学和运动训练进行协调发展。

3. 体育教学中没有安全教育

无论是在体育教学的过程中,还是运动训练的过程中,都要重视安全问题。体育教学活动的开展,可以有效地培养学生运动安全的意识,还可以促使学生的团队意识和协作意识得到激发和加强,为学生的未来发展提供助力。但是在实际的教学活动中,体育老师在开展体育教学的时候,采用陈旧落后的教学方式和教学内容,导致学生的体育学习和运动训练的兴趣缺失不说,还导致体育教学的内容处于不全面的状态,尤其是导致安全教育缺失,给学生的人身安全造成严重地威胁。在这种体育教学氛围的影响下,促使学生的体育素质和身体素质严重与社会要求脱节,不能满足国家体育教学的要求。

4. 体育教学资源匮乏

随着国家经济实力的提高,促使我国的体育种类也在不断地优化和创新,并且体育活动的要求也是在不断地进步。但是在高校体育教学的过程中,并没有设置相应的体育器材,或者在进行创新体育活动教学的时候,使用陈旧的体育教材,影响体育教学和运动训练的结果。同时,在体育教学活动开展的过程中,因为学校的忽视,导致体育老师难以引进新鲜血液,使得体育教学的效果难以保障。最终在这些因素的影响,促使学生养成忽视体育教学的理念,进而也就下意识地忽视运动训练的开展,进而也就导致体育教学和运动训练的协调发展出现问题,阻碍高校体育教学水平地提高,难以为学生综合的培养提供助力^[3]。

三、促使高校体育教学与运动训练协调发展的措施

1. 树立体育教育与运动训练协调发展的观念

为了促使体育教学与运动训练可以实协调发展的目标,那么在高校开展教学活动的时候,就要转变师生的思维,重视协调发展的作用。因此,就要做到以下几方面的工作:首先,在高校的教学过程中,要发挥老师的引导和带头作用,因为在学生学习的过程中,老师的影响,对学生来说是极其重要的。所以,体育在开展体育教学活动的时候,就要养成协调发展的思维观念,然后在教学的过程中,把这种思想潜移默化地教给学生。通过这样的方式,促使学生的思维发生变化,在学习的过程中,开始正视体育教学的作用,并且把体育锻炼的意识融到学习过程中。其次,要发挥学生的主体作用,因为学生既是高校的主体,也是课堂学习的主体。所以,在教学活动开展的过程中,就要重点培养学生的观念,促使可以重视协调发展的作用,进而可以借助运动锻炼

的方式,实现体育教学的目的,促使自身的身体素质得到显著提高。通过这两方面措施的实施,使得高校师生可以养成良好的协调发展观念,进而保障体育教育与运动训练协调发展的结果,激发学生热爱体育活动的激情^[4]。

2. 加大体育教育队伍的建设力度

加大体育教师队伍的建设力度,保障体育教学的效果,为体育教育与运动训练协调发展做铺垫。因此,就要做到以下几方面:首先,引进创新性的人才,促使体育教师的思想观念得到转变;其次,对校内的体育老师进行集体培训,促使体育老师的教学方式和内容以及水平可以与时代发展的要求一致。比如,引进退役的运动来担任运动指导,或者定期举办校外体育教学交流会,要求全体体育老师要参与其中。借助这样的方式,促使教师的教学观念和水平得到显著提高,不但可以更好地保障学生的体育学习效果,还可以促使体育教育与运动训练协调发展结果得到保障,以此为学生的身体素质和身体素质的提高提供助力,促使学生向着综合并且全面的方向不断迈进^[5]。

3. 优化和创新教学内容,重视安全教育的作用

在高校体育教学的过程中,要想象保障体育教育与运动训练协调发展的结果,那么就要优化和创新教学的内容,把安全教育放在体育教育与运动训练的首要位置。同时还要根据学生的学习情况和身体素质以及学习的偏好等,重新编排体育教学的内容。通过这样的方式,调动学生进行体育活动的热情,保障体育教学的效果,还可以满足国家教育的要求。例如,在开展体育活动的时候,还可以设置素质拓展的活动,这些活动以学生的喜好为主,同时培养学生的综合能力,比如太极拳和健美操以及瑜伽等课程的设立,可以促使学生的学习情趣得以激发,进而可以为体育教育与运动训练协调发展做出贡献。

4. 丰富教学资源,保障体育和运动训练的效果

要想促使体育教育与运动训练协调发展效果得到保障,就要重视教学资源的丰富。而教学资源得以丰富的基础就是资金的支持。因此,在高校发展的过程中,就要及时更新体育教学的器材,这样既可以保障学生的安全,还可以促使学生体育素质的提升是符合国家标准的。同时还要加大对体育老师的奖励支持,通过这样的方式,吸引更多的人才,来到高校体育专业认知,为体育教学活动的开展注入新鲜的血液,促使体育教学水平得到显著提高,同时还可以采用学生喜爱的方式,开展体育教

育与运动训练协调发展的教育，以此降低体育教育与运动训练协调发展的难度。比如，在教学的过程中，要进行招标活动，以此保障学校的资金处于充足的状态，同时还可以采用网上宣传的方式，让学生更容易接受体育教育与运动训练协调发展的理念^[6]。

四、结束语

总而言之，高校大学生身体素质的提高，需要体育教学和运动训练的双重支持，这也就体现了体育教学和运动训练协调发展的重要性。因此，在教育改革工作的推动下，就要研究体育教学与运动训练协调发展的相关内容，尤其是要对发展过程中存在的问题进行解决，采取相应的措施。通过这样的方式，促使高校体育教学的效果得到保障，使得学生的身体素质得以明显提高，为学生综合素质的养成做铺垫。

参考文献：

- [1]王志刚.高校体育教学和运动训练的协调发展[J].灌篮, 2019, (12): 73-73.
- [2]俞同.分级教学法的应用——以高校体育教学与运动训练协调发展为例[J].黑龙江科学, 2020, 11(7): 92-93.
- [3]陈志华.高校体育教学和运动训练的协调发展研究[J].科教导刊-电子版(上旬), 2020, (1): 102-103.
- [4]金波.高校体育教学和运动训练协调发展探究[J].花炮科技与市场, 2019, No.101(4): 158-158.
- [5]于俊振.探究高校体育教学和运动训练的协调发展[J].陕西教育:高教版, 2019(2): 23-24.
- [6]崔艳丽.体育课程教学与体育运动训练协调发展研究[J].体育风尚, 2019, (5): 44-44.