

# 新时期教育环境下高校体育教学的改革探究

逯海洋

兰州石化职业技术大学 甘肃兰州 730000

**摘要:** 国家从未停止发展体育教育,更在体育教育领域逐渐投入更多人力、物力来保驾护航,促进体育教育更加契合新时期的教育要求。体育科目作为高考体系的考核指标之一,被纳入终身体育计划、以及《体育教学改革指导意见》等规范和举措的颁布实施,这些都充分表明体育教育教学改革是国家在教育领域一以贯之重点关注的问题。为了更好地适应新时期的教育要求,国家曾多次强调要对高校体育教育教学进行改革。但就高校在体育改革领域的现状来看,学校在满足学生体育需求、落实素质教育理念、贯彻体育教育改革指导意见方面还存在许多不足。此次研究在充分考察新时期我国教育环境的基础之上,分析了当前我国高校体育教学改革存在的不足之处,提出了一些改进的方法和策略,以进一步提高高校体育教学的成效。

**关键词:** 高校; 体育教学; 改革; 新时期

一直以来,我国始终以提高学生的体质健康水平作为自己开展体育教学改革工作的最终目标,并以此考察高校进行体育教学改革的成效。在新时代环境下,传统的体育教学模式置学生个体需求于不顾、忽视体育活动的趣味性,不同体育活动类型的教学之间缺乏连贯性和互动性,而在新时期的体育教学要求下,这样的教学模式已经逐渐脱离时代要求,脱离学生个体发展的需要。因此,高校体育课程实行趣味化、系统化与科学化改革,在教育教学中引导学生牢固树立起终身体育意识是合理且完全有必要的。另外,在体育教学的相关软硬件条件上,各高校也必须进行改革:加强各项基础设施建设,培养并增进学生体育锻炼的积极性;打造宽广优质的运动场地,配置先进安全的运动器材,提高教师队伍的专业能力等。只有把基础工作做得扎实且落到实处,为高校体育教育教学改革之路夯实保障,高校体育教学改革工作才能更加顺利地展开。

## 一、我国高校体育改革的主要思想领域及演变

(一) 体育教学指导思想:从“三基教育”到“全面发展”

任何工作的有序开展都离不开指导思想的引领,体育教学改革也不例外。体育教学指导思想在引导教学发展、凝结教学目标等方面有着重要作用。而高校体育教学指导思想经过长期演变,已经在原本的思想样貌之下发生了较大变化,并且随着体育教学改革的深入开展,它还会持续不断地发展演变下去。为了更好地展望体育教学改革的未来方向,探究高校体育教学指导思想的演变过程必不可少。

20世纪50年代,我国因受到苏联影响,初步形成了

以传授体育技能为主的“三基”体育教学指导思想。到了20世纪70年代末,受到改革开放的影响,且基于学生身体素质下降的现实,我国针对强化学生体质问题形成了“体质论”的体育教学指导思想。20世纪80年代末,“三维体育观”初步形成,我国的体育教学指导思想仍然处于不断改进和变化的过程中,并始终与当时的社会现实紧密相连,存在较程度的不确定性。到了90年代,国家经济情况开始好转,人民生活水平提高,人们更加关注精神层面的满足和身体素质的提高,“终身体育”的观念开始流行,并逐渐发展成为各高校体育教学改革的思想基础。进入21世纪,素质教育的大旗被高高挥舞,人们更加注重学生在德、智、体、美、劳各个方面的均衡发展。因此,“促进学生的全面发展”成为学校进行体育教学的新指导思想。2018年,在全国教育大会上,总书记指出各级各类学校开展教育工作都必须坚持走中国特色社会主义发展道路,必须以培养全面发展的社会主义建设者和接班人为教育目标。发展到21世纪,结合我国国家发展的具体情况以及全球的时代发展方向,“培养全面发展的人”这一思想获得了广泛认同,直到今天还指导着各级各类学校的体育教学工作。

## (二) 体育教学模式:由统一到多样

体育教学模式是体育教学系统和过程的实践形式,连接着体育教学指导思想和体育课程设置,还能够体现教师教师的教学形式和方法,在体育教学工作中发挥着重要作用,也是影响体育教学改革的重要因素。

有学者根据高校学生在体育行为和体育态度方面的不同,提出了常规、综合、开放三种类型的体育教学模式。但这种教学模式将教学重点放在培养学生的体育兴

趣上,对教育价值方面的重视程度不足。为了弥补教育价值方面的不足,许砚田等学者提出了将教学内容、教学方法、教学手段、教育思想融合贯通的一体化教学模式。但也有不少人认为这种一体化的教学模式忽视了社会经济时代我国的社会背景和人们对健康体魄的新追求。但不可否认的是,这些多元化教学模式的构建是我国高校体育教学不断繁荣发展的体现,是我国高校体育教学不断超越自身、追求进步的体现。如今,我国开展的高校体育课程在教学模式上存在着四种泾渭分明的倾向:以清华大学为代表的百年强制体育模式;以上海对外经贸大学为代表的三元一体化教学模式;以怀化学院为代表的传统体育特色教学模式;以上海大学为代表的专项技能教学模式。这四种模式重点突出,各具特色。

从这些高校的体育教学发展经验可以看出,我国的高校体育教学改革是不断根据时代发展变化而调整和改进的。各个高校独具特色的体育教学模式都是根据自身学校特色、区域特色、学生特征而形成的独特成果,一方面是对优秀历史传统的继承,另一方面也是对中学体育教学的延续和发展。总体来看,高校体育教学模式具有多元化、特色化、区域化的发展特征,而这些也更能让研究者认识到课程内容设置与教学内容的配合在推进高校体育教学改革中的重要性。

### (三) 课程设置与教学内容:从传统到个性

体育课程的内容设置和教学模式,是体现体育价值和效果的不二途径,并深刻影响和检验着高校体育教学的改革路径、方法和改革成效。20世纪50年代,我国高校的体育课程设置大致包括武术、体操、田径、游泳等传统项目,教学过程更加注重教师和课程本身,对学生的需要重视不足。到了60、70年代,高校的体育教学思想发生了细微变动,但主要教学课程依旧是基本的体育技术,对课堂规范的强调程度也并没有减弱。到了80、90年代,随着改革开放的深入开展,学者们纷纷对高校体育的课程设置、教学理念、教学模式、教学手段等内容展开了热烈讨论,高校体育教学改革进入了深入摸索探究阶段。到了21世纪,受科教兴国及教育“三个面向”的影响,高校体育教学开始更加注重培养学生的知识和素质能力,重视学生的个性需求、知识面拓展和对知识的实践运用。因此,高校开始设置更具有针对性的特色体育课程,力求在提高学生身体素质的同时培养学生在体育技能上的实践使用能力。2002年,教育部出台了《全国普通高等学校体育课程教学指导纲要》,该纲要明确了高校体育课程的公共必修课程的属性,强调了高校在进行体育课程教学时要更加注重学生的身体练习,

注重体育教学方式、方法的科学性和合理性,促进学生增强体质,提高体育素养,实现体育教学的多样化与个性化。

发展到现在,高校体育教学已经具备了比较完善的课程体系和方式方法体系,普适性的解读方式已经不适用于现在的高校体育教学,新时代的体育教学更加强调学校的特色教育和对学生的适应性教学。另外,作为高校体育教学一直以来的改革重点,在新时期,课程设置更加强调学生的主体地位,更加尊重学生的自主选择,更加重视学生的多样性和独特性。另外,在教学过程中,教师也把学生的个性化发展能力培育以及终身体育意识作为优先考虑的选项。

## 二、高校体育教学现状

### (一) 教师综合素养不足影响育人实效

除了在身体素质、个人技能方面的强化作用,体育教学在育人方面也有着重要影响力,进行高校体育教学改革要注重运用全面育人思想来提高教师个人的人格魅力和知识理论涵养。但就目前高校体育教师的综合素质来看,教师在育人方面取得的效果还不够明显。

首先,教师需要具备该教学领域相对完整的知识结构和逻辑体系,这是对某一学科进行教学和育人的根基所在。而部分高校体育教师在体育理论知识和技能实践上都表现出匮乏和不足,无法真正实现传授传通,使得体育教学的发展和改革的前行之路大受阻碍、止步不前;其次,体育教学在知识储备上缺乏预见性和前瞻性。理论知识不足,体育素养墨守陈规,坚持老一套的教育知识和体育思想,对新时代体育精神、体育项目、体育技能、体育教学了解不够,缺乏深入的教学研究,对体育教学在育人方面的作用认识不足,重视不够。另外,高校体育教师在人格魅力上对学生的吸引不足,极大地影响教师在教学活动实施过程中的育人效果。相比于中小学阶段,大学生虽然在世界观、人生观、价值观上已经初具模样,但其在社会经验上的严重缺乏会直接导致看问题不够深刻和全面、对世界的认识过于片面和理想化等问题。这时候就需要具有高度人格魅力的教师对其进行有效引导和深化,而不少高校体育教师在这方面的引领作用还严重不足。

### (二) 教学模式落后影响全面育人教学改革进程

教学模式在育人、强化教学效果方面具有重要作用。传统的体育教学模式通常以教师作为教学活动主体,且教学内容和形式死板、固定,缺乏对学生的个性适应性,未能真正发挥出体育教学的作用甚至让正向潜能消失殆尽。目前高校体育教学还存在很多教学模式上的问题。

一方面,教师仍然是教学活动和过程的主体,教学目标、内容、形式等各方面要素的确定都以教师作为标准,忽略了学生的个体需要和个体差异,严重挫伤学生参与体育活动、配合体育教学的积极性,从而影响体育教育育人作用的发挥。

另一方面,不少高校在进行体育教学活动相关安排和设置时,忽略了体育教学的时代发展特征,没有将全面育人及其他新时代教育理念与教学内容和形式进行融会贯通,从而影响全面育人的效果实现。传统的高校体育教学内容以教材和教育部门的指导为主,而教材及各种政策指导意见中对实际教学过程中如何育人的指示少之又少,以此为体育教学活动的主要参考标准势必会影响全面育人的效果。除此以外,传统的体育教学模式中,传授相关体育知识主要采用灌输方式,以及重复训练单一技能的形式,缺少优化创新,不能适应大学生的学习要求,从而影响全面育人效果。

### (三) 育人氛围不足影响育人效果发挥

良好的环境氛围能够起到优化教学效果的作用,不止于提高个体身体素质和生理健康,还能在此过程中树立正向正确的“三观”,修身养性怡情,构筑自身优于他人的思想道德体系。但就当前高校体育教学现状来看,有不少学校还没有形成浓厚的、正确的体育育人氛围,学生在进行体育活动学习时只能在身体素质上得到小程度的提高,学习效果还没有深入到思想层面。

一方面,体育学科的育人浸润作用未达成共识,对体育教学的认识仅仅停留在增强学生身体素质层面,体育教学在整个教学体系中没有获得足够的重视,教学所需的软硬件条件也向其他学科倾斜,客观上降低乃至消耗了学生的参与性。另一方面,不少大学尚未形成全民运动的环境,学生的体育活动仅仅存在于上课的几十分钟内,课外的参与机会和参与意识都略显不足。另外,部分学校还在村体育活动场地和设施不足的问题,学生在进行自主体育活动时缺乏合适的环境和设备,削减了学生的参与热情,甚至还会对体育教学活动产生抵触情绪,从而影响体育育人效果的实现。

### 三、高校体育教学改革的有效策略

然而,不少大学生的实际体育学习状态完全没有体现出学校体育基础性地位。许多学生存在运动技能掌握不足,健身意识不够,规律的运动习惯还未养成等问题。除去学生方面的问题,在教学层面,不少高校还存在教学内容创新不足,对中小学体育教学内容简单重复的问题。当前我国正深入开展高校体育教学改革,以上列举的问题只是其中的一小部分,这些问题的存在将会极大

地影响我国高校的体育教学成效,艰难的改革之路上势必需要注入新的血液和能量。

#### (一) 改革原则

《关于全面加强和改进新时代学校体育工作的意见》中明确提出,学校体育要“以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导,全面贯彻党的教育方针,坚持社会主义办学方向,以立德树人为根本,以社会主义核心价值观为引领,以服务学生全面发展、增强综合素质为目标,坚持健康第一的教育理念,推动青少年文化学习和体育锻炼协调发展,帮助学生在体育锻炼中享受乐趣、增强体质、健全人格、锤炼意志,培养德、智、体、美、劳全面发展的社会主义建设者和接班人。”这是改革始终要遵循的宗旨与目标。

开展体育教学变革意味着原有的传统体育教学模式需要被打破,随之需要变化的还有原有的利益格局,这对习惯了原有教学模式舒适圈的一线教师来说是不小的压力。因此,高校体育教学改革除了一线教师需要绷紧神经以外,学校层面也应该高度重视并做出改变。学校需要加强顶层设计,制定更加适合新时代体育教学的规章制度以形成“高位推动的政治势能”,自上而下,自下而上同时发力,从而推动体育教学改革更加快速、顺畅的实施。

#### (二) 改革内容

##### 1. 重视立德树人,将体育与思政紧密结合

立德树人是学校教育的第一要义,体育教学也不例外。将思政元素融入体育教学就是要进一步发挥体育教学活动在塑造学生思想道德品质、引领价值观方面的作用,以德为先,树人之本。因此,高校体育教育改革要更多地吸收“五育并举”的教育思想,观览教育大格局,联系体育教育实际思考体育教育课程蕴含的思政优势,并将此优势融入进体育课程设置中以充分发挥体育课程独特的育人功效,从而实现学生“身体”和“心灵”的双重教育效果。教育部颁布实施的《高等学校课程思政建设指导纲要》中,也对体育课程体系中的思政建设作出了明确表述,“体育类课程要树立健康第一的教育理念,注重爱国主义教育和传统文化教育,培养学生顽强拼搏、奋斗有我的信念,激发学生提升全民族身体素质的责任感。”除此以外,习近平总书记在全国教育大会上关于体育“享受乐趣、增强体质、健全人格、锤炼意志”的16字方针也助力和推进了这一理念。

在体育发挥思想政治教育的实际案例中,没有什么能比中国女排更具有说服力。1981年,中国女排第一次获得世界冠军;国庆70周年前夕,中国女排第十次站上

最高点向世界展示中华民族生生不息的拼搏力量。“祖国至上、团结协作、顽强拼搏、永不言败”不仅是女排精神的真实写照，也时时如暗夜明灯一般，鞭策着体育健儿们，鞭策着所有为实现中国梦，为实现中华民族伟大复兴而锲而不舍的中国人无惧无畏、砥砺前行。

体育运动能强壮体魄、完善人格，还能够锤炼个人意志，体育精神的实质正是传递社会正能量所必须的红色血液。因此，要将思政元素融入高校体育教学改革就必须将重视对学生体育精神的培养，引导学生在运动过程中不断超越自身、顽强拼搏。

## 2. 贯彻“健康第一”理念

健康第一，是高校体育教学迈出改革这一步必须奉行的关键性理念。健康第一，让学生认知到健康在体育运动中的不可替代性，增强学生体魄，健全学生的人格和意志，进而激发学生出对体育课程以及体育运动的兴趣。知易行难，高校体育教学改革应如何化这第一理念为实际行动呢？首先，健康知识、基本运动技能和专项运动技能是学生必须要掌握的最重要的知识，也是最基础的知识。在这一过程中，引导学生在体育活动过程中获得乐趣和成就感是首要任务。学生有了对体育的乐趣才会有持续参与体育活动、参加体育比赛的意愿。另外，体育运动技能的掌握与其他课程的学习相似，但体育运动更强调重复练习，更讲究熟能生巧。一方面，提高体育练习的频次能够增强学生体质；另一方面，体育课程的花样表现形式和呈现状态，能够极大丰富和创新体育教学形式，改变传统体育教学的死板、生硬状态，生动活泼的课堂氛围能促进改革的效率和成效。值得提出的是，体育教学中，充分调动“全员参与”意识尤为必要。

## 3. 提倡科学指导，实现终身体育

利用多元化的方式让学生参与进来，养日常体育习惯，实现终身体育。这是高校设计体育课程应该始终坚持的重要目标。这里所说的“终身体育”是指将体育作为自己的日常生活方式，融入自己的日常生活内容。这种终身体育的行为是个人高度重视身体健康，积极主动寻求非医疗手段来干预自身健康的正向行为，它不仅能够影响个人的生命质量，还能够对公共财产进行合理分配和有效利用。在全社会范围内形成“终身体育”的氛围能够极大程度地推动健康中国的建设。虽然大多数人不可能一直在学校进行学习，但不可否认的是，在校学习是我们每个人系统学习运动技能、培养日常运动习惯的基础。许多调查结果现显示，很多大学生在离开校园之后会大幅度降低主动参与体育锻炼的意愿，锻炼的类

型和强度相比于在校期间都大幅度下降。在高校体育教学中进行“终身体育”改革能够强化大学生对体育锻炼的重视程度，加强日常运动的主动性，调动积极参与的兴趣，让学生受益终生。因此，高校教师在进行体育教学时要重视对学生进行系统的、科学的健身指导，提高课程质量，为学生今后走向社会并形成终身体育习惯打下基础。

## 4. 全方位改善硬件配套，保障教学实施优化

课程内容、教育教学、师资水平始终是引领教育发展的三驾马车，而“师资”又是关键中的关键。目前高校体育教学面临的两大困难：师资队伍参差不齐；活动场地设置不足。

因此，解决师资问题的首要任务是数量的补给；继而是素质即教师自身修养的提升和优化，这就要求高校体育教师在教学过程中要强化自身的主导地位，融入更多的思政元素；最后，除了基础教学，教师还必须制定科学的评价机制来掌握学生的体育素养和身体素质水平，并根据评价结果合理调整后续的教学内容。前文提到，场地是实现体育教学的根本。缺少运动场地，一切教育教学就沦为无水之源，场地问题直接关系到改革能否顺利进行以及实现的成效。近年来，学者们纷纷对这一选题进行实证研究。有研究显示，由于高校扩招之势势如破竹，高校体育运动场地的绝对量增幅较快，而相对量却日趋减缩。在这样的数值背景之下，很难让人对体育教学的改革成效持乐观态度。

因此，高校及相关单位不得不正视问题的严峻性，除科学设计与规划之外，还得积极推动与各种社会资本的合作来建设更多的体育场地。另外，高校还应重视运用各种社会力量来为学校教学服务，利用社会体育场地来为学校体育提供便利。

## 参考文献：

- [1]上官福忠.普通高校体育教学改革的理论与实践研究[J].当代体育科技, 2020, 10(14): 177-178, 180.
- [2]任鹏.关于“互联网+”背景下高校体育信息化教学改革的研究[J].当代体育科技, 2020, 10(30): 181-183.
- [3]王海鑫.基于学生兴趣培养的高校体育教学改革路径探索[J].文体用品与科技, 2019(20): 99-100.
- [4]刘楠.我国高校体育教学改革的影响因素及其发展对策研究[J].文体用品与科技, 2019(22): 131-132.
- [5]陈婧.创新教育理念下的高校体育教学改革探究[J].教育观察(上旬), 2019, 8(7): 4.