

# 新形势下高校体育教育教学改革探讨

王海霞 刘 洋

北京科技大学体育部 北京 100083

**摘要:** 随着教育改革在我国的不断深入,一些新型的教育理念不断融入在高校的教学生活当中。体育课程能够很好增强学生的体质,促进学生德智体美劳发展,所以教师要重视体育学科的作用。这就要求高校的体育教师要改革传统的教学方法,根据学生的身心发展适当调整课程内容,加入新的教育理念,提高高校的体育教学水平。

**关键词:** 新形势; 高校体育; 教育教学; 改革

## Discussion on the reform of physical education in colleges and universities under the new situation

Haixia Wang, Yang Liu

Department of physical education, Beijing University of science and technology, Beijing 100083

**Abstract:** With the deepening of educational reform in China, some new educational ideas are constantly integrated into the teaching life of colleges and universities. The physical education curriculum can enhance students' physique and promote students' moral, intellectual, physical, artistic, and labor development, so teachers should pay attention to the role of physical education. This requires physical education teachers in colleges and universities to reform the traditional teaching methods, appropriately adjust the curriculum content according to the physical and mental development of students, add new educational ideas, and improve the level of physical education in colleges and universities.

**Keywords:** new situation; physical education in colleges and universities; Education and teaching; reform

### 引言:

各大高校面临的重要任务是如何有效地推动体育教学改革工作的落实,提高体育教学的整体水平。在新的工作环境下,教师应该根据学生的身心发展状况,了解体育教学开展的需求,对传统的教学内容不断优化和调整。高校的体育教师应该围绕学生的心理素质、体育运动、锻炼意识、身体素质、道德品质等多方面来制定体育教学的目标,并设计相关的教学内容,来进一步发挥体育的实际价值,提高高校体育教学的整体水平。

### 作者简介:

王海霞,出生年月:1982.11.18,性别:女,汉族,籍贯:山东,硕士学历,职称:讲师,研究体育教育方向;刘洋,出生年月:1983.10.5,性别:男,汉族,籍贯:黑龙江齐齐哈尔市,硕士学历,职称:讲师,研究跆拳道方向。

### 1 新形势下高校体育教学改革的意义

我国高校在不断扩招,学校的负担也会越来越大,为了保证所有学生都可以德智体美劳全面发展,学校就要结合体育教学来完善体育的拓展知识,而这已经成为高校体育课程教学的改革重点。但是根据调查研究发现,体育教学处于公共课程的地位,在教学活动当中也只是对学生进行简单的体育训练,但是没有使学生的综合素质得到发展。我国当前的社会工作压力越来越大,学生走出校门步入社会之后,会需要独立去面对这些工作上的压力。所以在学校当中,教师要培养学生的心理承受能力和良好的身体素质,这样才能使学生在以后的工作当中发挥出自身的效果。

在传统的体育教学当中,教师更多的是培养学生的体育相关知识,并没有提高学生的心理素质和身体素质。由于教师的不重视,导致学生也没有过度去关注体育的重要性。随着新课改的不断发展,高校越来越重视培养学生的综合素质,所以在体育教学当中体育教师要设置

科学的教学内容, 提高学生的身体和心理素质, 帮助学生发展社会适应能力。

## 2 高校体育教育教学的发展现状

随着新课改的不断深入, 高校各个专业的教育理念都在不断改变, 体育教学也不例外。高校的体育课程, 从传统的培养学生技能型的体育教育转变为现今的全面发展的体育教育。在当前的形势下, 传统的教育理念已经并不适合现在的发展, 所以体育教师要对体育课程进行有效的探索, 并且在实际的教学当中展开尝试。但是根据调查发现, 高校的体育教师在体育教学方面没有足够的创新能力, 大部分的原因是体育教师对体育的认识还没有到达终身体育的高度, 没有意识到体育的学习对学生身体健康的影响力。学生的学习思维也只是按照教师的要求完成体育学习, 并没有对参加体育锻炼有深刻的认识, 终身运动的意识能力也不强, 也没有形成良好的体育锻炼的习惯。这就说明体育教师与学生的体育思想认识都是存在一定误差的, 这体现在体育教学的管理体系不够合理, 体育教学的模式并不适应学生的发展需求, 体育教师的教学内容比较单一不能吸引学生的兴趣, 教师的教学方法难以调动学生的积极性, 体育评价体系较为落后。在这样的背景下, 高校的体育教师需要打破传统的教学理念, 提高体育教育的思想认识, 让学生在在校期间能够主动参与到体育锻炼当中, 增加体育的学习经验, 让学生认识到体育对身心健康发展的重大意义, 从而树立终身体育的意识, 养成良好的体育习惯。

## 3 高校体育教育教学课程改革的原则

### 3.1 持续性原则

高校在对体育教学工作进行改革的过程中, 应该对改革的过程持续落实, 并从长远的角度来制定科学的改革计划, 这样的改革才能具备更强的时效性。在改革的过程当中也应该分析体育教学开展的实际情况, 以及学生身心发展的特点, 并提高改革工作的深度, 真正让学生参与到体育的教学活动当中。体育教学的改革并不是短时间内完成的, 而是需要长期的不断努力, 这样才能让体育的教学更加持久。教师要将改革工作落到具体实处, 这样才能见到体育改革的成效。

### 3.2 适应性原则

体育教学改革更多的应该是关注改革工作是否落实有效, 能否解决当下时期体育教学工作的实际需求。在改革的过程当中应充分了解学生的实际情况, 根据学生的兴趣爱好对体育的教学内容进行适当调整, 从而更好地使体育工作具有针对性满足当下学生的发展需求。着素质教育的不断发展, 体育教学应该充分发展学生的体育能力, 让学生对体育教学充满兴趣, 这样才能发挥学生的主观能动性, 让学生自觉对体育教学深入了解。

### 3.3 全面性原则

随着核心素养的不断发展, 高校更应该注重培养学生德智体美劳全面发展。体育教学更应该重视增加学生的体育知识, 提高学生的运动技能, 养成良好的运动习惯, 增强学生的意志品质等方面来进行发展。体育教学要有针对性的对学生培养, 这样才能满足素质发展的教育理念。

## 4 高校体育教育教学的课程改革

高校的体育课程是由教学目标、教学管理、教学内容、教学手段、教学评价等多个方面来构成的整体系统, 只有对这些各个系统实施全面的改革, 才能促使体育教师的教学改革目标得以实现。

### 4.1 改革体育教学管理

高校既想提高体育教学的质量, 就必须对体育课程实行科学有效的教学管理。所以在对体育的教学活动进行改革的过程当中, 教学管理一定要占据首位, 还要与现代化的管理理念和思维方式相结合。从高校体育教学的长远发展来看, 传统的教学管理模式与时代的发展并不相适应, 高校必须要摒弃传统的教学管理理念改革落后的思维方式。尤其是高校的管理阶层一定要学习先进的管理理论, 用现代化的信息技术为载体, 建立体育教学管理的信息系统, 促进体育教学的质量提高。教育行业的改革创新与目标管理体系是实现教学管理升级的有效助推器, 但是仅凭在学校的内部管理上实施改革, 难以达到预期的效果, 高校还应该积极协调当地的教育相关部门, 努力创设教学管理改革的外部环境, 用完善的教学管理体系武装教育教学系统。

### 4.2 改革体育教学模式

新课改的实施大多体现在教学模式的发展上, 高校的体育教学实行的是选项课制, 但是在这些教学模式当中, 很少会考虑学生对体育的兴趣, 忽略了学生的动作技能与能力形成的一般规律, 这些体育课程没有真正符合学生的学习需求。高校的体育课程改革应该建立以学生为本的教学理念, 重新构建新的教学模式, 在原有体育运动的基础上通过项目俱乐部、第二课程等诸多模式, 使学生参与到体育锻炼当中, 使体育竞技比赛能够激发学生的学习兴趣。在实际操作课程当中, 教师要树立以学生为本的教育理念, 在俱乐部和第二课程的教学模式创新上帮助学生健康成长。在俱乐部模式当中学生可以根据自己的喜好来选择不同的体育俱乐部, 参加不同的体育活动。体育俱乐部不仅能激发学生参与的兴趣, 很大程度上帮助学生养成良好的体育锻炼的习惯。大多数的体育运动会议小组竞赛的形式展开, 在竞赛当中可以激发学生的竞争意识和团队协作能力, 教师也要多引导学生注意友谊第一, 比赛第二的原则, 让学生在良性的

竞争当中不断提高自我。体育俱乐部是以兴趣为起点,能够很好的培养学生终身运动的理念。所以体育教师开展体育俱乐部或者是第二课程的教学模式都很好的促进了体育教学的改革,有利于体育教学目标的完成。

#### 4.3 改革体育教学内容

教学内容的改革是教学改革的核心部分,新课改条件下,要想落实高校体育教学改革,就应该在体育课程目标的基础上实施教学内容的创新。高校的体育课程包括理论和实践两个方面,在理论课程教学当中,教师可以通过多媒体设备用直观的图片或视频,向学生讲解积极向上的健康知识以及拼搏进取的竞技理念。在实践课程当中,高校的体育项目很难满足学生的需求,所以学校应该结合学生的兴趣爱好合理的选择体育项目,不断丰富体育的教学内容,让多元化的教学内容激发起学生主动参与体育的兴趣,有利于学生体验那些没有实践过的体育项目。经过尝试,学生可能会对体育项目产生浓厚的兴趣,并主动去增强体育锻炼,从而为良好的体育习惯打下基础。学校的体育教学内容也不应该是单一的,不同区域有着不同的文化背景,教师也应该根据不同的教育方针,因地制宜制定不同的体育项目。特别是在少数民族的地区学校可以根据民族特色制定相关体育内容,不仅能提高学生的体育兴趣,还可以继承与发扬少数民族的文化。时代在不断发展,流行的元素也在不断兴起,教师可根据学生的兴趣来吸纳这些新鲜元素,在体育课程当中加入瑜伽、街舞、流行舞等项目,让体育教学的活力尽情展现。

#### 4.4 改革体育教学方法

体育课程与其他课程不同,体育课并不是一板一眼的教学,体育课程的生动活泼也决定了教学的方法是可以多样化的。高校的学生无论是从心理上还是生理上都已经逐渐成熟,有了自己的想法和理解,随着年龄的增长,这些想法更趋于稳定。教师在进行体育教学活动时,要突出学生的主体地位,建立开放式的教学方法,这样的教学效果会远远超过传统的讲授法。所以体育教师要根据学生的心理特点,结合实际的教学方法,提高学生参与体育活动积极性。为了避免枯燥无聊的体育教学,体育教师应该在教学方法上不断创新,可以加入多媒体设备,让学生通过多媒体设备观看体育的相关比赛。教师则在一旁对学生进行引导,不断分析体育的相关技巧,让学生提高对体育项目参与热情。教师还可以在教学活动中展开游戏式的教学,促进学生的思维认知发展,也可以在游戏当中提高学生的运动潜能,锻炼学生的体育能力。

#### 4.5 改革体育教学评价

实施体育课程的教学改革,就要完善体育教学的评价机制。大部分的评价方式是师生互评,教师会把评价内容的表格发放到学生的手中,学生会根据自身的感受

去评价。但是这种评价的方式多军力于表面现象,并不能有效地反映出学生的体育素质和体育能力,更是忽略了对学生积极向上的体育意识和团队协作精神的评价。所以师生互评更加关注的是评价的结果,自然而然也就作为评价参考,这是对思想意识的一大考验,评价与实际存在偏差是在所难免的。高校要加快改革体育教学的评价机制,关注评价的全面性和科学性,教师应该指导学生尊重相互差异。例如瑜伽这个体育项目,男女生是有差别的,对于身体柔韧度较好的学生,非常轻易就能达到标准,但是不同的标准进行的结果评价会有失公允,这对学习的结果会产生不利的影 响。所以教师在改革教学评价的过程当中,还要加入更科学的方式。例如可以找到相关的专家团队,让专家团队开展一系列的评价活动,这样教师的评价就能变得更加专业化。教师在评价时不能只注重最后的结果,而应仔细观察学生在完成体育活动时的整个过程,进行综合性的评价。为激发学生对各类体运动的兴趣,教师可以按照学生的特点给予一定的加分项目。

#### 5 结语

教师要树立以学生为本的正确教育理念,在对体育教学实施改革的过程当中,以学生的实际兴趣为基础,有针对性的设计合理的教学内容。在体育教学当中,合理制定体育教学目标。根据学生的身心发展状况,设置丰富多彩的教学内容。运用多媒体设备直观的让学生感受到体育竞技的魅力,使学生能够主动参与到体育的教学活动当中。教师也要不断提高自身素养,为学生做好榜样。在教学当中将理论与实际相结合,不断培养出复合型的专业人才,促进学生全面发展。

#### 参考文献:

- [1]邢辰.郑州大学体育专业网球专项教学内容优化研究[D].郑州大学,2021.
- [2]许志良.关于高职田径课程教学现状及改进方式的研究[J].吉林省教育学院学报.2019,35(10).151-154.
- [3]江岳.上海市高校体育教育专业田径课程教学现状及影响因素研究[D].上海师范大学,2019.
- [4]许家林.体育院校田径主项班教学模式及人才培养研究[J].新校园(上旬刊).2018,(1).131.
- [5]欧阳金花,刘疆.基于“翻转课堂”理念在田径教学改革中的应用[J].湖南科技学院学报.2018,39(4).154-156.
- [6]张驰.研究新时期高校体育教育专业田径课程的教学改革[J].文体用品与科技.2017,10(10).143-144.
- [7]王建基.浅析高校体育专业田径教学改革的内容[J].体育时空.2017,(19).140.
- [8]薛宏伟.全民健身背景下的高校体育教学指导与创新思考[J].才智.2016,(29).50-50.