

高校体育教学实施课内外一体化改革的思考

◆潘红霞

(兰州城市学院 甘肃兰州 730070)

摘要:体育虽然不是高校里的重要课程,但却是学生的必修课程。传统的体育教学方式,比较枯燥,导致很多学生对体育的课程失去了兴趣。体育是学生能够有一个健康身心的基础课程,教师在教学过程中要创新教学方式,激发学生对体育的热情。课内外一体化教学在高校体育中运用越来越广泛。本文主要研究了高校体育实施课内外一体化的教学方式,旨在提高高校体育教学质量。

关键词:高校;体育;课内外一体化

前言

体育在高校教学中具有重要的作用,不仅能够塑造学生的身心健康,还有助于学生性格的塑造。高校里要重视学生的体育课程,改变传统的体育教学方式,激发学生对体育的兴趣。实施课内外一体化的教学方式,能够弥补传统教学的不足之处,从而有效促进学生身心健康的全面发展。高校是培养人才的重要阵地,不仅要关注学生的学习成绩,更要重视学生的身体健康。

一、课内外一体化改革的含义

随着社会的发展,社会对人才的要求越来越高,学生的学习压力越来越大。学生的全部精力都放在了文化课程的学习上,而且,熬夜已经成为了家常便饭,从而使学生的身体素质越来越差。而且,传统的体育教学方式也是机械式地教学方式,教师主要是以课堂教学为主,而忽视了学生的实践。课内外一体化主要是指在体育教学中不仅实施课内教学,还要引入课外的教学。课内教学与课外教学相结合,从而提高学生的实践能力。最重要的是,教师在对学生进行评定时,也不能仅仅以学生的课内成绩,也要结合学生在课外实践过程中的表现。课内外一体化的教学方式,才能够有效提高体育课程的教学质量。

二、课内外一体化教学方式在体育教学中的作用

传统的课堂教学方式使学生感受不到体育教学的乐趣。课内外一体化的教学方式不仅能够使学生学习到体育的知识,还能够提高学生的体育技能。学生在课外的体育活动中,锻炼自己的身体,释放自己的天性。从而能够有效提高学生的体育素养。课内外结合的方式与传统的课堂教学相比较能够营造一种愉悦的课堂氛围,调动学生学习的积极性,让学生参与到体育的教学中。在体育教学中学生是课堂的主体,只有学生参与到了教学中,才能提高体育教学的有效性。而且,教师要充当好体育教学中的组织者和指导者,让体育教学充分发挥作用,促进学生的身心健康。而且,课内外一体化的教学方式也能够增进教师与学生之间的沟通,使教师能够及时了解学生在体育中的学习状态,从而根据学生的学习效果,调整自己的教学方案,提高高校的教学质量。

三、课内外一体化教学在体育教学中的应用措施

1.教师要改变教学观念

在体育教学中教师的观念对学生的教育具有重要的影响。在课程改革的大趋势下,教师要改变自己传统的教学观念,认识到传统教学的不足之处。传统的教学不仅使学生对体育失去了兴趣,使学生不能保持一个健康的身体,也间接地影响到了学生其他课程的成绩。所以,教师首先要改变传统的教学关键。教师不能仅仅将体育当做是一门课程,而是应该将体育当做一门实践的课程。体育就是要让学生参与到活动中,若是仅仅在课堂上学习体育知识,体育教学也就失去了意义。所以,教师必须改变教学观念。而且,教师在教学过程中也要引导学生对体育的重视。有些学生对体育教学存在误区,认为体育教学耽误了学习的时间。教师要引导学生对体育有正确的认识,从而让学生在体育的学习中能够增强自己的身体健康。

2.充分发挥学生的主体地位

课内外一体化教学主要指将室内的知识教学与课外的实践教学结合起来。课内外一体化实践教学部分,必须要学生参与其中。传统的教学方式教师主要以讲课为主,将完成自己的教学任务放在了首位,从而忽视了学生的主体地位。教师在教学过程中

要充分认识到学生的主体地位,教师在教学过程中要充当好组织者与引导者,让学生充分参与到体育的实践课程中。当学生在课程中遇到问题时,教师要及时为学生解决问题。为了激发学生的主体地位,教师也要与学生之间建立一个良好的关系。教师与学生之间良好的关系有助于教师体育实践活动的开展。教师要放下自己教师的架子,与学生进行良好的沟通,了解学生的学习状态与学生的日常生活,及时帮学生解决问题,让学生感受到来自教师的关心。从而教师与学生之间能够形成良好的关系,教师也能够充分发挥学生的主体地位。

3.小组式的教学方式

在体育教学中小组式的学习方式更有助于学生的学习。教师将班级里的学生根据学生的身体状况和学生的意愿进行合理的分组。在课内教学中教师可以提出问题,让学生在小组之间进行讨论。学生在讨论的过程即是学习知识的过程。而且,学生之间进行讨论也能够形成一个良好的课堂氛围。在课外实践部分,小组之间能够互帮互助共同进行锻炼。而且,教师也可以举办一些体育活动,调动学生学习的积极性。学生在小组之间的活动不仅能够提高学生之间的关系,而且还能够培养学生的团队精神。教师在布置相关的作业时,也适当包含一些团队作业,从而能够使小组之间相互监督,共同完成体育作业,提高体育教学质量。

4.改进评价方式

评价在教学过程中是必不可少的一部分,教师在教学过程中要制定合理的评价方式。传统的评价方式主要是以学生的课内体育成绩为主。这种评价方式比较片面,从而导致学生在体育的学习中将重心放在了课内成绩上,学生学习主要是为了考试成绩。为了提高体育教学质量,教师在教学过程中要改进传统的评价方式。体育评价中教师应该综合学生的课内成绩和课外成绩,对学生的进行学习全面的考核。教师的评价方式也会影响到学生在课程中的参与程度。合理的评价方式能够有效促进学生对课程的态度。最重要的是,在教学过程中教师也要使学生对教师进行评价,让教师能够了解到自己在教学过程中存在的问题,有效改进教学措施,提高体育教学质量。评价的时间也应该有所改进,尽量一学期保持两次的评价,从而才能使教师真正地了解到学生的学习情况。

总结

体育教学对学生身心的锻炼具有重要的作用,高校要将体育教学放在重要的位置。课内外一体化教学不仅能够提高学生的体育知识,也能够有效促进学生身心健康成长。教师在教学过程中要转变自己传统教学观念,认识到传统教学的不足之处。充分发挥学生的主体地位,让学生参与到体育的教学中。而且,教师也可以采用小组式的学习方式,提高学生的积极性。最重要的是,教师要改进评价的方式,综合课内和课外的成绩,全面评价学生,从而有效提高体育教学质量。

参考文献:

- [1]陈天霞,余钊,高建宇,等.高校体育教学实施课内外一体化改革的思考[J].广州体育学院学报,2001,21(3):98-101.
- [2]姚春清.高校体育教学实施课内外一体化改革的思考[J].山西青年,2017(5).
- [3]黄世光,焦岭平.浅谈高校体育教学中实施课内外一体化改革的思考[J].当代体育科技,2016,6(16):5-6.
- [4]文红斌.高校体育教学中实施课内外一体化改革的思考[J].文理导航,2016(9).
- [5]徐军艳.高校体育课内外一体化教学研究——江苏科技大学体育教学改革思考[J].体育世界:学术版,2008(10):70-72.

作者简介:潘红霞,女,汉族,籍贯:甘肃庆阳,生于:1966-7-02,职称:副教授,大学本科学历,研究方向:体育教育。