

高校运动训练和体育教学的融洽发展研究

◆王秋成

(黑龙江大学 黑龙江哈尔滨 150000)

摘要: 体育运动锻炼与体育运动教育是高等学校体育运动的重要组成部分。只有妥善处理他们的关系, 才能通过一定的学习采用体育运动锻炼与体育运动的方法, 来掌握体育发扬的趋势, 少走弯路。

关键词: 高等学校; 体育运动; 锻炼; 发扬趋势

从当前高等学校体育运动的角度来看, 体育运动教育与体育运动锻炼在整个体育运动中的作用与地位非常明显。因此, 在实际教育过程中, 教师必须处理两者之间的关系, 然后根据实际情况选择合适的教育方案, 目的是保证体育运动教育的稳定发扬, 从而提高教育质量。

1. 体育运动锻炼与体育运动教育的区别

竞技体育运动的形式是体育运动锻炼, 它反映了身体方面的整体发扬, 并在体力与智力方面最大化挖掘学生的潜能。通过竞争实现特定目标, 充分展示差异, 使潜力得以最大化, 克服困难。但体育运动教育是可以表达一些体育特征的, 如整体性与全面性。体育运动的具体内容可以分为两个方面: 第一, 全面提高学生的身体素质, 既提高了身体素质, 又提高了终身体育运动意识, 提高了心理素质。其次, 在提高学生身体素质的同时, 其他方面也有所提高, 如思想道德方面与生活劳动。

2. 当前高等学校体育运动锻炼与体育运动发扬的分析

(1) 高等学校体育运动锻炼发扬现状分析。从目前的情况来看, 高等学校体育运动锻炼实际教育过程中仍存在许多问题, 主要体现在以下几个方面: 第一, 竞争机制不完善。从竞技体育运动的角度看, 体育运动实际上是竞技体育运动的核心, 但很多高等学校并不重视体育运动竞赛, 即主动性较弱等问题。其次, 部分高等学校活动员选拔标准不统一, 导致许多活动员基础水平差距较大。其次, 体育运动教育与体育运动锻炼之间存在一定的矛盾。在实际教育过程中, 如果教师无法处理两者之间的关系, 那么两者之间就会存在矛盾。

(2) 对当前高等学校体育运动发扬的分析。通过比较, 可以发现传统的体育运动教育模式非常简单, 整体教育内容不是很清晰, 所以也不可能调动学生的学习兴趣与热情。其次, 体育运动评价体系缺乏相应的针对性与科学性, 导致其无法发挥教育的最大作用与意义, 直接影响教育效果。目前, 随着中国教育事业的不断创新与改革, 教育中的一些问题逐渐得到改善, 高等学校体育运动教育的重要性也越来越高, 尽管现阶段仍有一定的教育问题存在, 但总体发扬方向非常合理, 也为中国体育运动产业奠定了良好的基础。

3. 网络环境下高等学校体育运动自主学习与对策钻研

3.1 鉴于互联网+背景下大学体育运动自主探究与学习的重要性, 以及对独立探究的要求与影响因素的分析, 首先是高等学校体育运动教育的发扬, 为了促进自主探究的发扬, 有必要在教学设计方面进行教育。与学校一起推广, 同时有效地展示。在高等学校体育运动教育中, 教育与学习作为两个同步活动, 只能实现教师教育与学生学习的统一, 以确保同步推广与有效整合, 从而达到更好的体育运动教育质量与效果。结合当前高等学校体育运动教育, 主要表现为以教师为中心的传统教育结构与以学生为中心的片面追求学生教育的主观地位, 忽视了教师教育的教育结构。这两种教育结构在实现学生的自我探索与学习能力, 提高体育运动教育质量方面, 他们无法取得良好的效果。其中, 以教师为中心的传统教育模式容易忽视学生自主性与教育创新能力的培养, 使学生被动接受教育, 学习积极性不高, 教育效果不明显。以学生为中心的教育模式是在教育改革的指导下运用的一种教育模式, 旨在提高学生在教育中发扬自主性与创造性的能力, 充分发挥其在教育中的主体地位。

4. 新媒体背景下加强高等学校体育运动教育的有效策略

培养体育运动教师运用新媒体教育的能力, 新媒体教育方法新颖, 体育运动教育内容丰富。如果他们与体育运动教师的参与与分开, 他们将是被动的水, 没有根, 就无法重建新生活。因此, 高等学校应培养体育运动教师运用新媒体的能力, 学会运用新媒体教育技术进行体育运动教育, 通过新媒体平台获得先进的教育方法, 学习新颖的教育方法。并教授学生活动知识。例如, 教师可以使用微信群, QQ群等与学生讨论体育运动知识, 并将一些体育运动信息资源传递给学生观看, 与学生交流, 了解学生的体育运动基础, 进行有针对性的教育。

5. 高等学校体育运动锻炼与体育运动教育的发扬策略

(1) 提高学生体育运动锻炼的强度。自然质量是体育运动教育中较为明显的表现形式之一, 其地位也非常明显。这里提到的自然品质是指身体健康, 即体育运动锻炼可以增强身体状况, 但为了让身体长时间受到锻炼, 它必须承受负荷。从高校学生的角度来看, 每个学生的爱好与概念都有很大差异, 所以个人锻炼的水平也会有一定的距离。针对这一问题, 教师应根据学生的实际情况, 采用合理的方法定制合理的教育计划, 使学生能够从各个方面进行健身锻炼。

(2) 重视高等学校体育运动锻炼与体育运动教育的合作发扬。为了提高体育运动教育质量, 高校必须做的第一件事就是确保体育运动教育与体育运动锻炼得到很好的整合。在体育运动教育过程中, 一旦教师退出锻炼, 整个锻炼的效果就会受到影响, 甚至直接影响学生的学习兴趣。体育运动教育在体育运动锻炼中的作用也非常明显, 因为它需要实现作为体育运动教育的基础, 所以两者的结合可以带来更高的效益与价值。其次, 在教育中, 教师还可以通过一些有趣的活动提高学生的体育运动意识, 使他们对体育运动精神有更深刻的理解, 从而保证了高等学校体育运动的发扬。

(3) 完善高等学校体育运动锻炼教材。在实际的体育运动教育过程中, 教育内容可以说是整个系统中最重要的一部分, 也是最不可或缺的部分。因此, 教师必须尽可能选择实用而简单的教育内容, 以便动员学生。学习的兴趣, 使他们自愿投入学习, 即根据学生的实际情况安排教育内容。活动锻炼需要长期降水才能被大家接受。虽然传统的培训计划可以达到锻炼的目的, 但这些项目不能长期实施。因此, 教师需要利用更成熟的活动来进行, 尽可能符合学生的发扬, 使他们能够在锻炼中提高自己。

6. 结语

综上所述, 高等学校体育运动锻炼与体育运动教育相结合, 不仅可以提高学生的心理素质, 还可以大大提高学生的身体素质。要充分发挥体育运动的优势与价值, 首先要做的是创新与改进体育运动教育, 即改变传统的教育模式, 正确处理体育运动教育与体育运动教育的关系。让教育更有针对性, 从而提高高等学校教育质量, 保证体育运动的稳定发扬。

参考文献:

- [1] 鲍静波. 新媒体环境下高等学校体育运动课程设置与教育现状分析[J]. 体育运动世界(学术版), 2018(02): 131-132.
- [2] 张伟. 浅析新媒体在高等学校体育运动舞蹈教育中的应用与价值[J]. 当代体育运动科技, 2017, 7(19): 89-90.
- [3] 王正霞. 新媒体背景下体育运动娱乐项目对体育运动教育的启示-以我国高等学校体育运动教育为例[J]. 新闻爱好者, 2017(11): 68-70.

作者简介: 王秋成(1972.5.21-), 中共党员, 黑龙江大学体育部, 副教授, 研究方向: 体育教学与训练。