

终身体育思想视角下我国大学体育教学改革研究

◆曹建承¹ 尚君² 于波³ 韩立富³

(1 中央美术学院体育部 100102; 2 北京城市学院; 3 北京精诚实验学校)

摘要: 我国的经济不断向前发展,人们的生活节奏也相对增快,与此同时人们的压力也越来越大,加之现代社会环境的不断恶劣,导致各种流行疾病出现,这些都使人们的生命健康受到威胁,对于这种现象的出现,身体健康问题在人们心中的位置越来越重要。在工作和生活的双重压力下,人们更渴望有健康而轻松的生活,俗话说得好“身体是革命的本钱”,锻炼身体也越来越成为一种趋势。当下新课改政策不只针对知识性学科进行的,体育教学也在课改范围中,基于上述种种原因大学体育教学更要放眼未来,从长远的角度考虑,以终身体育思想为主导开展教学,能够促进大学体育教育的不断发展和壮大。在终身体育思想的视角下,开展大学体育教学,对学生各方面能力的提升都有很大帮助。

关键词: 终身体育思想; 大学体育; 教学改革

有意义、正确的举行体育活动能够使人们的身体更加健康强壮,提高人们的免疫力。在当今各种疾病层出不穷、环境不断恶化的背景下,进行体育锻炼,提高身体抵抗力是防止疾病发生的关键。通过体育运动达到强身健体的目的,并不是一朝一夕就能够完成的,要有顽强的毅力和持之以恒的精神,因此终身体育也成为现代发展中的趋势和潮流。在终身体育思想的背景下,我国大学体育始终向前发展和创新,与此同时体育教学也出现新的教学方式和教学模式。

一、终身体育思想的含义

只有身体健康人们才能开展生命中的其他活动,在健康受到威胁的严峻形势下,体育运动越来越受到人们的关注,人们对身体健康以及体育运动的要求不断提升,在经济条件优越的背景下,人们开始追求身体的健康,体育运动成为人们思想中的重要组成部分,终身体育思想由此形成。越来越发达的社会催生了各种高科技的产生,很多工作和劳动都能够被高科技所代替,人工操作的逐渐被取代,这也给人们提供了更多时间,能够通过各种活动满足自身对生活的追求,终身体育思想也渐渐的走进了人们的心中并且有着重要的位置。任何时候健康对一个人的重要性都不能被忽视,在终身体育思想的影响下,人们能够通过坚持不懈的体育锻炼来达到强身健体的目的,没有任何顾虑投入到工作和生活中。同时这种良好的循环现象也是促进国家发展建设的重要保障。

二、终身体育思想视角下开展大学体育教学的重要性

1. 提高了大学体育教学的价值

通过学校教育来培养人才是我国人才培养的主要途径,学生本身对社会的价值能够直接反应出一所学校的内在价值。20世纪初期,人们并没有对体育运动提起重视,也没有足够的体育意识,但是社会在不断发展,人们经济水平和生活水平都在提高,各种健康问题也越来越突出,体育思想和举行体育活动就在人们的头脑中出现,现如今体育思想在全社会开始普及,人们也越来越意识到体育运动的重要性,体育思想也在人们的心中根深蒂固。调查显示,脑力劳动者和普通人相比,平均寿命要短10年左右,这项研究结果说明脑力的消耗对健康的影响非常重要。所以为了更好从事脑力活动,人们有必要开展一定的体育活动。

2. 完善大学体育教学的理论体系

国家施行新课改政策就是要促进教育的革新和良性发展,在课改的影响下,我国的体育教学模式和体系有了很大的改变,但是仍然存在很多问题,这就要求我们不断探究,解决教学中的问题,进一步完善教学理论体系,由此可见终身体育思想的普及是大势所趋。长久以来,各大高校只注重知识类学科的教学,而忽视体育教学,体育教学也向知识性教学方向发展,更多的教授理论知识,而没有真正落实到体育运动。这种教学模式不利于学生的全面发展,同时也会阻碍社会的发展进步。终身体育思想的产

生和发展让高校认识到体育教育的重要性,让人们从思想方面开始转变,将体育思想逐渐渗透到精神层面,进而落实到实践中,充分将学校体育与社会体育相结合,建立和完善体育教学理论体系。

三、终身体育思想视角下我国大学体育教学的应用途径

1. 加强终身体育思想的宣传力度

为了达到体育教学的目的,就要加大终身体育思想的宣传力度,使体育教育能够进入到每个学生的心中并影响他们的生活,如今的大学体育已经不再单单局限于理论知识的学习,而是全方位全面的向前发展与进步。加强终身体育思想的宣传力度,能够让全体师生乃至家长和社会人员更深层次地认识体育教育,并且发现我国现阶段体育教育存在的问题,并找到突破性的解决方法,由此推动我国体育教学的发展与进步。宣传终身体育思想要有持之以恒的精神,在潜移默化中影响人们对体育的认识,宣传终身体育的思想可以通过多种形式进行,如邀请体育专家进行知识讲座、组织体育竞赛等。

2. 增加经费投入

活动的开展离不开资金的支持,在终身体育思想视角下举行大学体育教学活动需要有足够的钱财来支撑,为学生准备必要的体育器械和设备,建立学生体育活动的场所,并对各种设备进行保养和维修,这些都需要经费的支持。在这样的体育环境中,学生才能逐渐形成终身体育的思想,并更好的投入到体育运动中。

3. 让学生养成体育锻炼的习惯

有足够的终身体育思想意识,才能促使人们养成良好的体育锻炼习惯。在大学体育教学中,教师应该不断改变教学模式,调动学生的积极性,应用多种方式相结合的教学方式来提高学生对体育锻炼的兴趣,让学生认识到开展体育活动对自身健康的重要性,将终身体育的思想灌输给学生。除此之外,教师还要充分考虑学生个体的情况,结合大学体育教学的现状,举行有意义的体育运动。

4. 建立良好的师生关系

教师在大学体育教育中是组织者和引导者,但并不是学习的主体,教师要让学生主动学习知识,不能把学生当做装知识的“瓶子”,只有把学生作为学习的主体才能提高学生的兴趣。老师与学生之间应该形成良师益友般的关系,作为教师,更应该积极地引导学生参与到体育活动中来。根据自身情况适度进行体育活动才能真正做到强身健体,有助于学生终身体育思想的形成。

结束语

终身体育思想在我国逐渐深入人心,在国外也渐渐地形成了一种潮流和趋势。为了与国外的发展持平甚至超过国外,我们更要努力的加大终身体育思想的宣传力度,做到在每一个学生的心中都有终身体育思想的位置,将思想转化成行动,真正达到体育教学的目的。

参考文献:

- [1]章剑舞.终身体育理念下的大学体育教学改革策略[J].当代体育科技,2018,8(07):4-5.
- [2]马炳章.以终身体育为目标的大学体育教学改革初探[J].当代体育科技,2017,7(35):7-8.
- [3]张罗克.浅析大学生终身体育意识的培养途径[J].西部皮革,2016,38(06):278+280.
- [4]申全.大学体育教学中的终身篮球体育教育[J].当代体育科技,2015,5(03):134+136.

作者简介: 曹建承,男,1975.8,汉,湖南,副教授,本科,中央美术学院体育部。