

素质教育视野下的大学体育教学改革实践研究

王 慧

河南农业大学体育学院 河南 郑州 450002

摘要:随着我国社会生产力和经济水平的飞速提升,我国的教育事业也在蓬勃发展,新兴的教育理念和教育模式层出不穷,提高了各个阶段的教育成效。对于大学体育教师而言,有必要在素质教育理念的向导下对教学模式进行改革,以期全方位地提高教学质量。本文将就此展开论述,探讨在素质教育视野下大学体育教学改革的实践路径,并简述其意义,以及大学体育教学中的现存问题,以供参考。

关键词: 素质教育; 大学体育; 教学改革; 实践研究

Research on the practice of college physical education teaching reform from the perspective of quality education

Wang Hui

School of Physical Education, Henan Agricultural University, Zhengzhou, Henan, 450002

Abstract: With the rapid improvement of my country's social productivity and economic level, my country's education is also booming, and new educational concepts and models emerge in an endless stream, which improves the effectiveness of education at all stages. For college physical education teachers, it is necessary to reform the teaching mode under the guidance of the concept of quality education, in order to improve the quality of teaching in an all-round way. This article will discuss this point, discuss the practical path of college physical education teaching reform from the perspective of quality education, and briefly describe its significance, as well as the existing problems in college physical education teaching for reference.

Key words: quality education; college physical education; teaching reform; practice research

一、引言

体育教学对于大学生而言是极为重要的。通过体育训练,学生的体魄会逐渐增强,心境会越来越开敞,同时还能够帮助学生宣泄不良情绪,释放内心的不满,推动学生的心理健康。此外,如果教师能够善加引导,学生的思想政治观念也会在体育训练中取得进步。基于此,大学体育教师应当践行素质教育理念,将体育课程的价值开发到极致,从而促进学生综合素质水平的提升,推动学生的个性化发展,使体育课程的教学实效得到显著提升。

二、大学体育教学中的现存问题刍议

首先,部分大学体育教师在开展体育训练时总是忽视学生的个人感受,不尊重学生的个体性差异及其主观能动性,致使学生的创造才能和体育潜质被逐渐埋没,阻碍了学生的个性化发展。其次,部分大学体育教师的教学理念过于传统,将体育训练与学生的心理健康和思想政治观念割裂开来,忽视了事物与事物之间的紧密联系,阻碍了学生的全面发展。最后,部分大学没能为学生准备优质的体育设施,也没有定期检修体育设备,从而影响了学生的上课体验,阻碍了教学效率的提升。

三、素质教育视野下推动大学体育教学改革的意义

在素质教育视野下,大学体育教师如果能够践行素质教育理念,推动教学改革,那么首先,学生的思想政治观念会更加成熟,分辨不良信息的能力会得到加强,民族自信和爱国情怀会得到强化,从而有助于推进爱国主义教育,提高大学生的民族凝聚力,为中华民族伟大复兴培养出更多的有志

之士。其次,学生对体育运动的兴趣会明显提升,终身体育的意识会得到强化,从而有助于强健学生的体魄,并促使其起到良好的带头作用,营造出全面健身的社会氛围。再次,学生在体育上的潜质会得到挖掘和发扬,从而有助于推动学生的个性化发展,显著提高学生的体育能力。最后,学生的心理健康状况会明显改善,在学习生活中更加阳光、积极和热情,从而有助于完善学生的品格,推动学生的全面成长。

四、素质教育视野下大学体育教学改革的实践路径探析

(一) 在教学中渗透思想政治教育

对于大学生而言,拥有端正的、进步的政治观念是必备素质之一。然而,尽管大学都开设有思政课程,但是不少学生的思想政治观念仍然相当有局限性,表现得很不成熟,甚至有些偏激。造成这种问题的因素有很多,其中,网络舆论是重要因素之一。在相对宽松的网络环境中,经常会出现崇洋媚外、恶意贬低祖国、挑拨国家关系等言论,这些信息会在一定程度上误导学生,歪曲学生的思想政治观念,进而对学生的民族自信和爱国情怀造成负面冲击。体育教师作为教育工作者,必须努力扭转这一现象。

基于此,体育教师在教学过程中应当对学生渗透思想政治教育,引导学生的思想政治观念,给学生传述正确的价值观、民族观和社会观,帮助学生抵御不良信息的侵害。为了同时强化体育教学和思政教育的效果,教师应当将思政教育与体育活动有机结合起来,在体育训练中挖掘思政教育的素材,比如在教学生练习排球技巧时,可以给学生讲述女排精神,以此来增强学生的民族自信,使得思政教育的渗透显得

自然融洽,继而使思政教育的内容深入学生内心,发挥有效作用。

(二) 贯彻落实因材施教的教学理念

每个学生的体质、身体机能、体育天赋以及对体育运动的偏好都是各不相同的,每个学生都需要一套与自身特征相适应的体育教学方案。如果教师在教学过程中忽视了学生之间的个体性差异,不顾学生在体质上、能力上和兴趣上的差别,盲目地按照统一标准对学生进行体育训练,那么部分学生就可能会因为不恰当的训练方式而受伤,部分学生将感到体育训练难度过大而难以坚持,部分学生的潜质则会被埋没,从而造成种种不良后果,对体育教学质量形成负面冲击。

基于此,大学体育教师在开展体育教学的时候必须要勤于观察学生,记录每个学生在做体育运动时所表现出来的种种特征,然后为学生设计出有针对性的体育训练方案,推动学生的个性化发展。比方说,在田径课中,教师在带领学生练习短跑时,应当结合学生的体能特征和跑步能力来为其设计个性化的训练方案。比如对于有的长跑能力出众而短跑能力平庸的学生,教师可以发展其特长,在基本训练过后让其进行长跑训练,以此来促进其个性化发展。

(三) 提高学生在教学中的主体地位

在素质教育视野下,大学体育教师在教学过程中必须要学会尊重学生的主观能动性,要提高学生在教学过程中的主体地位,这样才能够有效培养学生的体育能力,促进学生的全面发展。如果教师在教学时对学生过于约束,要求学生严格遵守各式各样的动作标准和训练模式,那么学生的思想就会遭受压抑,在体育训练的过程中就会如同木偶一样机械地运转,缺乏自由的体育精神,这无疑不利于学生体育素养的提升。因此,大学体育教师在教学过程中必须要提高学生的主体地位,对学生只提出基本的要求,剩余的让学生自由发挥,鼓励学生质疑和创新,从而提高学生的综合素质水平,促进体育课程教学实效的提升。

(四) 在教学中渗透心理健康教育

随着现代信息技术的飞速发展,经济水平的快速提升,社会生活的节奏在不断加快,网络舆论的影响力也越来越大,这些因素都对大学生的心理健康造成了不可忽视的影响。一方面,社会生活节奏的加快导致竞争观念的普遍强化,内卷现象已经近乎成为常态,在这种氛围下不少大学生都会被渐渐压垮,意志逐日消沉,思想观念逐渐扭曲,心理负担越来越沉重,这对其心理健康无疑会造成极大的损害。另一方面,网络舆论中经常掺杂着许多不良信息,有刻意制造焦虑的,有挑拨两性关系的,有过多传播负能量的,这些信息都将对大学生的心理健康造成负面影响,使其变得越来越消极、阴郁和自我封闭。

基于此,在素质教育理念的向导图下,体育教师有必要在教学过程中向学生渗透心理健康教育,帮助学生合理宣泄负面情绪,引导学生表达内心的困惑、烦恼和苦痛,以期能够维护学生的心理健康。比方说,体育教师在教学生打羽毛球时,可以帮助学生掌握扣球的技巧,然后引导学生在心情烦躁的时候用扣球来宣泄情绪,释放内心所积郁的不满。再比如,由于人在运动过后的神经会更加放松,心灵会更加开敞,体育教师可以利用课前五分钟至十分钟的时间对学生进行心理健康教育,引导学生表达自己的负面情绪,并在倾听过后

给学生提出解决问题的建议,以此来促进学生的心理健康。

(五) 推动体育教学内容的多元化

在素质教育视野下,大学体育教师应当激发学生对体育运动的兴趣,使学生在体育课内课外都能够维持从事体育锻炼的热情,继而保障学生的身体健康,促使学生养成终身体育的意识。一旦学生对体育运动产生了持久的兴趣,那么学生就不需要受任何人的监督,自己就会利用空余时间进行体育锻炼,强健自己的体魄。同时,学生在上体育课的过程中也会投注更多的精力和热情,从而有利于提高体育教学的效率。基于此,大学体育教师应当推动体育教学内容的多元化,使体育课堂变得更加丰富,训练项目更加多样,从而激发学生对体育的兴趣。

具体而言,除了篮球、足球、羽毛球、乒乓球和田径等传统的体育课程,学校可以为学生增设一些新颖的、趣味化的体育课程,诸如柔力球、趣味田径以及定向运动等等,使学生在选择体育课程时能够更加灵活,挑选出符合自己兴趣偏好的课程项目。除此之外,体育教师在具体的课程教学过程中也应当尽量丰富教学内容,在教学的基础之上创造出多元化的训练项目。比方说,在给上篮球课时,为了锻炼学生的运球能力,教师可以先带学生在教室观看 NBA 球星的运球集锦,如欧文、科比和艾弗森等巨星的集锦视频,以此来激发学生对练习运球的兴趣。之后,教师就可以带学生去篮球场进行实践,不过可以以游戏的方式进行,从而化解掉学生的学习压力,使其练习时的状态更加投入。

五、结束语

综上所述,随着教育改革政策的不断推进和深化,我国大学的教育工作者应当及时跟进相关国家政策,对现行的教育机制和教学体系进行创新改进,推动教育事业的发展,增强人才培养的效果。对于大学体育教师而言,为了提高教学实效,推动学生的全面成长,应当践行素质教育理念,在教学中渗透思想政治教育,贯彻落实因材施教的教学理念,提高学生在教学中的主体地位,在教学中渗透心理健康教育,推动体育教学内容的多元化,定期检修并更新体育设施,从而全方位地提高体育教学的质量,促进学生体育素养的全面提升。

王慧,1981.08.女,汉,河南郑州,河南农业大学体育学院,河南省郑州市金水区农业路63号,450002,副教授,硕士,体育教育

【挂项目】

项目来源:2021年河南农业大学高等教育教学改革研究与实践项目“基于学习共同体理论的高校体育专业《健美操》学习模式构建研究”参考文献:

- [1] 敬龙军,周莹,赵志明.基于CNKI数据库我国大学体育教学的研究述评与展望[J].当代教育理论与实践,2019,11(04):38-45.
- [2] 侯凯.大学体育教学改革中存在的问题及对策研究[J].科教文汇(下旬刊),2019(07):111-112.
- [3] 王棣.素质教育视野下的大学体育教学改革实践路径研究[J].当代体育科技,2021,11(33):55-57.
- [4] 丁广鹏,吕振岩,邹光辉.拓展训练嵌入公共体育课中的教学实践研究——以伊犁师范大学为例[J].四川体育科学,2022,41(03):104-107.