

# 新时期高校体育教学模式创新与实施策略研究

孙长顺

(长春财经学院, 吉林 长春 130122)

**摘要:** 随着教学改革在我国如火如荼地展开, 高校的体育教学改革势在必行。然而, 不得不承认的是高校体育由于长期受到传统教学观念与模式的影响, 始终无法根据高校体育自身的发展规律与教学特点进行变革与创新。基于此, 本文围绕高校体育教学现状, 深入探讨了高校体育教学如今存在的主要问题, 并且以问题为切入点, 详细阐述了高校体育教学模式创新与实践的有效策略, 以期能够促进高校体育教学改革的有序推进, 切实提升体育教学的质量。

**关键词:** 新时期; 高校体育; 教学模式; 创新; 实施策略

健康第一已经成为人民群众长期坚持体育锻炼的强大动力, 尤其是在新时期的大环境中, 人民群众除了期望拥有强健的体魄之外, 还对体育锻炼的内涵进行了升华, 将体育锻炼、品德塑造、身心发展都放在了同等重要的位置之上。因此, 研究新时期高校体育教学模式创新与实施策略具有深远的现实意义。

## 一、新时期高校体育教学模式创新与改革应遵循的主要原则

### (一) 坚持以人为本的教育理念

当前, 以人为本教学理念在各个不同学科当中深入与渗透, 高校体育教学模式的改革与创新仍旧不例外, 需要教师切实坚持以学生为课堂主体的教育教学思想, 来开展有序的教学工作, 为提升高校体育课程的教学质量奠定良好的基础。首先, 不管是在体育理论知识的讲解过程中还是在教学实践的过程之中, 教师都应充分尊重学生在体育课堂上的主体地位, 以学生为中心尽可能更多的组织开展体育综合实践活动, 来进一步调动学生参与课堂教学过程的积极性与主动性, 继而为真正提高高校体育教学的有效性、实效性奠定坚实的基础。其次, 教师坚持以人为本的教学理念, 还表现在与学生建立更为频繁的沟通交流关系, 只有强化师生密切的沟通交流, 才能更有效地拉近教师与学生之间的关系。同时, 教师应善于听取学生的意见, 并且每隔一段时间应进行一次与学生心灵深处的沟通交流, 教师善于挖掘并总结在此过程中学生所表达出来的对体育学习的需求或者对体育教学模式改革的意见等等, 以便教师在接下来制定更具有针对性的教学计划, 为真正实现体育教学模式的全面改革与创新奠定坚实的基础。

### (二) 坚持实事求是的工作原则

在新时期的背景之下, 高校体育教学目标发生了根本性的变革。传统的体育教学目标, 更侧重于传授给学生与体育相关的知识与技能, 这样, 教师便完成了教学任务。然而, 随着素质教育理念的提出并且不断渗透于各个学科的教育教学过程之中, 尤其是在健康中国的大环境下, 高校体育教学内容与教学模式的创新与变革势必紧密围绕素质这一关键词而展开。也就是说教师在现今的教学过程之中, 除了要将知识与技能传授给学生之外, 还应多多关注对学生体育素质的培养与学生综合素质的提升, 这就要求教师要始终遵守“实事求是”的教学原则, 将强健体魄、素质培养与学生综合体育能力提升作为高校体育教学模式创新的重中之重, 进而促进高校体育教学效果有突飞猛进的提升。

### (三) 坚持全面发展的培养目标

新时期, 高校体育教学模式的创新, 应立足于促进学生全面发展的教学目标来开展。此外, 我们都知道体育是实现我国素质教育与终身教育的重要途径。由此看来, 在强化学生身体素质、素质培养与学生综合体育能力提升作为高校体育教学模式创新的重中之重, 进而促进高校体育教学效果有突飞猛进的提升。

展奠定良好基础。

## 二、新时期高校体育教学现状分析

### (一) 体育课程内容的设置与大学生需求存在差异性

实际调查数据显示, 如今我国大多数的高校体育课程教学主要以室外课为主, 开设体育理论课的高校非常少, 即便是开设了, 其课堂教学内容也是主要围绕体育运动技能技巧的讲解而展开, 特别是在遇到天气不好的情况时, 很多高校的体育课便自动转变为了自习课。这种教学模式, 一方面并没有引起学生对体育课程的重视, 在他们的思想观念中, 只是将体育课程作为放松心情、休闲时光的重要载体, 没有真正认识到体育锻炼的重要性与必要性, 继而会直接影响今后体育教学活动的有序进行。另一方面, 教师与学生的不重视, 使得学生对体育课程乃至体育教师的评价一般, 尤其是在对学生实际开展以“学生最想在体育课堂上进行的项目”为主题的调查活动时, 多数学生的回答与传统体育运动项目有着较大的差距。这就意味着体育课程内容已经不能有效满足高校大学生的体育锻炼所需, 导致学生对体育活动的参与积极性与兴趣不足, 进而将直接影响体育课堂的教学效果。

但是这也并不是意味着只要是学生热衷的项目, 就一定要在高校的体育课程中开设。其实更为重要的是需要高校合理配置与优化资源, 立足自身的实际情况, 最好是增加一些切实具备锻炼价值的、健身娱乐性较强的并且可以满足不同类型学生学习兴趣的形式多样的运动项目, 以最大限度的激发学生参与的积极主动性。

### (二) 班级授课制仍是教学组织形式的主流

班级授课制, 简而言之, 就是以班级为单位开展体育活动, 甚至有的时候不仅仅是一个班。这种授课模式虽然从宏观出发降低了教师管理的难度, 同时组织起来也比较方便, 学生沟通交流起来没有多大的障碍。但是其有一个最大的不足之处就是由于上课人数过多, 已经超出了教师可以有效指导的范围, 使得部分学生的真实需求被忽视, 从整体出发, 教学效果将始终不能尽如人意。此外, 由于学生数量远远大于教师数量, 很多时候, 不仅体育设施器材无法有效满足每一位学生的实际体育锻炼目的, 就连教师也无法关注到每一位学生的运动程度, 体育项目运动进度, 学生很容易产生被忽略的消极心理, 学生的积极性很难被充分调动起来, 进而会直接影响教学效果。

### (三) 教学方法存在单一性

教学方法, 是整个教学过程整体结构的重要组成部分, 教学方法的选择直接关系着教学工作的成败, 同时还将对教学效率的高低产生直接影响。实际调查数据显示, 现如今我国的高校普遍采用的教学方法都比较单一、传统, 主要还是以技巧讲解、动作示范以及教学辅导为主。虽然从学生的角度出发, 由于对体育课

程不重视,因此教师采用怎样的教学方法可能对学生来讲都意义不大。但是随着教学改革的不断深入,新时期要求高校体育课程的教学目标应集中于培养学生的终身体育意识,并且以学生为本。在充分尊重学生个性化发展的同时,通过创新教学模式,来充分激发学生的学习兴趣与学习积极主动性,进而提升学生的综合体育素质。然而纵观如今的教学模式,可能最为缺乏的就是对学生进行有效启发与引导,也没有考虑到学生自主探究能力的培养与提升,这是今后体育教学改革应重点关注的问题。

### 三、新时期高校体育教学模式创新与实施的有效策略

#### (一) 树立健康第一指导思想,培养终身体育观念

新时期高等教育的教学目标,应集中于培养德智体美劳各方面综合发展的社会主义现代化建设人才,其中体育便是为实现这一总目标而服务的。学校体育教学观念正确与否,将直接关系到高校体育教学改革的成败,同时还将直接影响着体育教学目标是否能顺利实现。传统的体育教学,主要内容是以竞赛、运动为主,新时代的体育教学课堂应更倾向于学生体育综合素质的培养,促进学生的个性化发展。由此看来,要想切实完成体育教学改革的目标,势必需要教师从根本上转变教学理念,应将健康第一的教育教学思想贯穿于体育课堂的全过程。

具体表现为一方面教师应从根本上打破传统教学理念的禁锢,由原先的体育课堂教材引领、技术为主的观念向着以就业为导向,以促进学生综合素质的发展为基础设计教学活动,丰富教学内容。并且通过组织开展丰富多彩的体育综合活动,进一步培养与提升学生的实践能力与创新能力。另一方面体育课程的价值不应仅仅局限于为增强学生的身体素质而服务,更为重要的是培养学生的体育综合能力,充分激发学生对体育运动的兴趣与锻炼积极性,应引导学生建立以追求生活乐趣为宗旨的全民健身与终身体育的思想,尽可能消除高校体育传统教学存在的与社会脱节的现象,使体育成为学生学习其他学科的有效帮手。

#### (二) 完善课程设置,丰富教学内容

完善课程设置,其首要任务就是构建科学、合理的体育课程教学目标,将体育教学与人才培养紧密结合,使得体育真正为推进学生的全面素质教育而服务。在设置课程目标的时候,可以将其划分为基础目标与发展目标,其中基础目标包括常见的身体健康目标、运动技能目标等,而发展目标则更倾向于促进学生的健康长远发展,例如社会适应目标、心理健康目标等等,教学内容的延伸与教学活动的设计都应围绕新时期的体育课程教学目标而展开。

基于教学改革的体育课程设置,应重点强调学生的主体地位,也就是说由传统的教师为课堂中心逐步向着学生为中心的方向转变,任何教学活动的设计都应以学生的心理水平、兴趣爱好、社会活动为基础,更强调的是学生参与课堂的主体性、积极性与自主性,进而为发展与提高学生的身心素质奠定良好的基础。例如在运动技能技术教学方面,在保证达到一定教学效果的基础上,教师还应恰当的与学生的专业与职业发展紧密结合起来。在选择教学内容时候,也应注意结合专业与职业,选择那些能够切实有利于学生未来工作、生活的具体项目进行教学。如此,一方面能够有效激发学生在校内参与体育锻炼的积极性,为增强体质而服务。另一方面则能够很好地引导学生应用所学体育知识与锻炼手段有效指导毕业之后的各类健身活动,真正实现学以致用的教学目的,彰显体育教学的价值与意义。

在选择教学内容的时候,应尽可能立足于高校学生的实际情况,从学生比较喜欢的运动入手。例如对于女生来讲,他们更喜

欢类似瑜伽、健美操、手工制作等偏向文艺的项目。而对于男生,教学内容的选择可能更偏向于对抗性与竞争性,如武术散打、小组篮球对抗等。在实际教学的过程中,教师除了要传授给学生与项目相关的运动技巧之外,还应该在此基础上进行有效拓展,如为学生拓展健美操练习中常见的运动损伤处理办法,为学生普及健美操运动,在激发学生学习兴趣的同时,还能有效将终身体育的理念展现出来。

#### (三) 依托信息技术,构建智慧课堂

当今时代,高校大学生处于信息技术爆炸式发展的大环境中,在耳濡目染的基础之上,信息技术在潜移默化之中改变着学生的认知结构与思维方式,学生接收信息的渠道也变得更多元化。因此,体育教学模式的变革势必需要紧密结合信息技术、大数据技术或者人工智能技术,带给学生全新的课堂体验。同时以信息技术为基础的的教学模式也为学生提供了多种多样的学习条件,为体育智慧课堂的构建奠定了良好的基础。下面以体育项目—健美操为例,详细展开对健美操智慧课堂教学的阐述。

智慧课堂的构建必须依赖于网络教学平台。一方面针对实体环境学习方面,基于传统课堂,可以有效引入校园网或者4G网络,进而使得课堂教学更有趣,更丰富。另一方面针对线上学习环境方面,主要依赖于各种网络教学平台以及在线学习APP进行学习。由于高校体育课程既有理论又有实践,需要特别强调一点的是最好将理论与实践有效融合起来进行教学,为学生构建理实一体化的教学环境。

例如在讲到健美操的动作要领时,教师可以应用基于微课的混合式教学模式,首先将与教学内容相关的技术动作要领以及教师示范提前发布到网络平台供学生完成自主预习与学习,并且对本节课的重难点进行全面了解。到了正式课堂教学中,则可以大大节省教师讲解这部分内容的时间用来学生实际练习,教师给予针对性的指导建议,纠正学生错误的动作。当然,教师还可以通过设计一系列相关的综合实践活动来帮助学生有效巩固预习的内容,小组友谊赛就是不错的选择。如此不仅能够有效解决班级授课制所带来的不能满足学生个性化发展需求的问题,而且更为重要的是基于信息技术的教学模式能够实现体育教学相长、能力同步提升的教学目标。

### 四、结语

在素质教育的大背景下,随着终身体育意识的逐渐深入,越来越多的教师与学生都充分认识到了体育教学模式改革与创新的重要性。这时候,作为体育文化传播与发扬的重要场所,高等院校势必需要明确地认识到肩上的重任,及时积极的转变教育模式,对教学方法、教育理念甚至教学评价进行因地制宜的调整,以不断适应体育的快速发展,尽可能满足社会对高校体育教学的新期待。

#### 参考文献:

- [1] 陈中华.新时期高校体育教学模式多元化发展的策略研究[J].文体用品与科技,2019(7):89-90.
- [2] 杨洋.基于CDIO理念下新时期高校体育教学模式改革策略初探[J].当代体育科技,2021,11(5):185-188.
- [3] 王丽娜,冯春娣.新时期高校体育教学中教书育人模式探析[J].赤子,2018(23):126-127.
- [4] 杨美蓉.新时期下高校体育教学模式改革研究[J].文体用品与科技,2018(6):104-105.