

# 高校体育康复保健课程设置及教学革新路径研究

刘庚碧

(滇西科技师范学院体育学院 云南 临沧 677000)

**[摘要]** 所谓的体育康复保健就是通过学习和掌握体育训练知识, 以及一些医学方面的知识, 为那些伤残人士进行康复治疗。目前, 体育康复保健课程已在很多大学中开设, 该课程的创建不但是我国社会发展和前进的必然结果, 也是我国高校教育的一个全新改革, 将提升伤残人士的生活质量作为教学内容。基于此, 本文结合高校体育康复保健课程的基本特点, 对高校体育康复保健课程设置及教学革新路径进行简单研究, 希望可以为高校体育康复保健教学活动的开展提供一些有价值的参考建议。

**[关键词]** 高校; 教学策略; 体育康复保健课程

高校中的体育康复保健课程, 主要是通过对学生进行医学和体育学相结合的知识教学, 使学生能够掌握和熟练运用相关治疗技术和方法, 能够对伤残人士进行科学有效的治疗的一门实用性学科。随着新课改的不断推行, 其以成为一门独立的学科, 同时也是康复医学和运动医学的重要教学环节, 在高校中开设体育康复保健课程, 不但能够提升相关学生的专业技能, 同时对于培养学生的综合素质也有很大帮助。

## 一、高校体育康复保健课程的基本特点

高校在开设体育康复保健课程的过程总, 需要将“健康第一”的理念贯彻到整个教学活动中, 使学生的身体素质得到有效提升。同时, 该课程教学应该是面向所有高校学生的, 鼓励全体学生积极参与到其中, 为社会培养大量的保健类人才。

开设本课程的主要目的是为了培养学生的运动意识, 使学生对体育康复保健知识产生浓厚兴趣, 进而帮助学生养成体育运动习惯, 为学生日后生活和工作提供保障。

## 二、高校体育康复保健课程设置及教学革新路径

### (一) 结合目前时代特点对教学理念进行革新

在高校中设置体育康复保健课程, 需要在教学活动中秉承健康第一、以人为本的教学理念, 结合学生的发展需求以及相关行业的发展设计教学内容, 并且要大力提倡和关注学习本课程的学生; 另外, 在实际教学过程中, 要引导学生进行自主学习和创新, 根据课程要求, 对学生采用开放式教学模式。

在实际教学活动中, 授课教师也要结合学生自身情况, 比如学习能力、运动水平和体质等等, 对学生进行分层教学, 为不同层次的学生指定不同的教学目标以及教学内容, 保证每一位学生都能够得到有效提升, 进而使学生的身心得到良好发展, 学生的综合素养得到培养<sup>[1]</sup>。

### (二) 将行业需求作为高校培养人才的方向

随着社会的不断发展, 人们对体育康复保健越来越重视, 但是从事该行业的专业人士却少之又少, 导致行业发展需求得不到满足, 所以, 高校在设置体育康复保健课程的过程中, 应该将行业需求作为其培养人才的方向, 进而推动该行业的发展。

因此, 在实际开展教学活动的过程中, 授课教师应该注重对学生专业技能以及健康水平的提升, 同时还需要培养学生的交际能力和适应能力, 使学生将来能够更好的步入到相关岗位中; 也可以引入一些相关的项目进行教学, 或者组织学生进行合作探究学习, 使学生能够快速适应岗位要求以及工作内容; 最后, 授课教师也要注重对学生综合能力和职业素养的培养和提升, 使学生能够朝专业化、综合化发展, 为社会推送大量高质量人才<sup>[2]</sup>。

### (三) 对授课教师的专业素养进行强化

身为高校体育康复保健课程的授课教师, 肩负责任重大, 所以需要授课教师在实际工作中能够不断的对自身专业素养和教学能力进行强化, 对学生起到表率作用, 并且要能够将实践经验与理论知识进行有机结合, 使自身的知识层面得到充实和扩展, 进而为我国社会培育出大批专业型康复保健人才。

因此, 就需要授课教师对专业知识进行深入挖掘, 比如针

灸学、心理学等等, 并且在实践教学中找到科学有效的教学方式, 革新自身的教学观念, 将所掌握的知识都传授给学生, 使学生的知识层面以及专业技能得到提升; 另外, 授课教师也要对自身的修养和知识储备进行扩宽, 多与相关专业的教师进行交流和分享, 多向资深的教师取经, 进而对自身教学方式革新和创新, 多组织学生进行实践学习, 从而使学生的动手能力和实操能力得到有效培养和提升, 为学生日后步入岗位奠定基础<sup>[3]</sup>。

### (四) 根据课程特点对教学内容进行创新

体育康复保健课程所涉及的知识具有一定的实践性和实用性, 所以授课教师应该根据课程的这一特点对教学内容进行创新, 不但要将基本的理论知识传授给学生, 也需要了解和掌握与体育医学相关的知识, 比如心理学方面的内容, 康复学方面的内容等等; 同时也要加强所教学内容的广泛性和选择性, 对学生进行灵活教学, 对于不同的教学内容可以运用不同的教学方式, 使学生的学习兴趣得到充分调动; 并在学期初引导学生制作整个学期的学习目标, 使学生能够进行有目的学习, 帮学生找到学习动力。

### (五) 对评价体系进行完善

一个科学有效的评价体系可以使学生的学习欲望得到充分调动, 并且能够帮助学生找到正确的学习方法, 提升学生的学习效率。因此, 授课老师应该根据体育康复保健课程的教学特点以及学生的学习能力, 对评价体系进行完善。

例如, 授课老师可以将单一的评价模式变得多样化, 将学生的学习态度、专业技能掌握情况、日常学生情况等等纳入到评价体系中, 促使学生综合素养的提升; 在对学生进行评价的时候, 也要结合学生的自评、学生之间的互评以及教师点评进行综合性评价; 最后, 授课教师应该引导学生进行自我反思, 找到学习过程中出现的问题, 进而指导学生进行改进, 使学生能够全面发展<sup>[4]</sup>。

## 结束语

通过在高校内开设体育康复保健课程, 不但能够有效提升学生的身体机能, 也能够使学生的综合素质得到有效培养和提升, 推动学生未来更好的学习和发展, 为学生日后立足于社会提供保障。因此各高校应该重视体育康复保健课程的设置以及教学革新路径, 鼓励学生能够积极参与到运动锻炼中, 为我国培养出更好的体育康复保健专业人才, 推动我国社会的进步和发展。

## 参考文献

- [1] 罗二凤. 引入运动康复课程对高校体育保健课程与教学改革分析[J]. 体育科技文献通报, 2019, 27(01): 72-73+76.
- [2] 赵梓旭. 关于高校体育康复保健课程设置的思考[J]. 才智, 2018(04): 2.
- [3] 马波. 关于高校体育康复保健课程设置的思考[J]. 北京农业职业学院学报, 2017, 31(04): 104-108.
- [4] 刘晓莉. 高校体育保健课程资源的开发与利用研究[J]. 西昌学院学报(自然科学版), 2017, 31(01): 125-128.