

只是出现老师的“印象分”，学生从不参与评价。然而，无数多的事例证明，对于智力正常的高职学生，只要学生端正学习态度，掌握正确学习方法，表现出良好学习状态，他们是可以把高职数学学懂、学通和学透。因此实施学生自我评价、相互评价、教师评价相结合的体系成为必要，因为这种评价主体多元化的新颖形式既信任学生、又使学生感到有压力。能激发学生学习的积极性和干劲，端正态度。评价时教师在教学中要采取有效的方式将考核目标转化为学习目标，指导学生制定学习计划，自主学习，自我评价，相互评价。教师既可根据每一位学生的课堂上表现情况、课后的作业情况、个别的提问等记分，也可以用面试的形式记分，三项相加就是学生的平时成绩。

4.2突出“知识与能力并重”的评价机制

高职数学强调以能力为中心，其考核的重点是学生对于数学概念的理解和利用数学知识、数学思想方法、数学工具解决实际问题的能力。根据我们所采取的措施，尝试让学生写数学小论文或进行数学建模、使用数学软件是考核学生用数学能力的好方式、好手段。如教师事先确定一个恰当的研究课题（例如用导数解决经济中的相关问题）或者一道开放性较强、难度不太大的数学建模问题，规定完成的最后期限，由学生自由组合，三人一组，学生可根据需要查找相关材料，并结合实际进行全面的分析和研究，然后给出可行性建议，最后以论文的形式上交评分；使用数学软件则是把一学期所学过的计算，用考题形式在二小时内进行开卷考试。

5 结束语

高职高等数学的考核是由多方面因素形成，采用多元化评价机制，既是对学生综合能力的考察，也是对教师教学能力的考验。构建合理的高职数学评价方案将对我们的教育教学改革提供更加广阔的空间。

参考文献

- [1] 韩国涛, 金燕, 李贺江, 高职数学教学现状的调查与分析[J], 辽宁农业职业技术学院学报, 2004.6(2): 57-58.
 - [2] 萧树铁, 高等数学改革研究报告[J], 数学学报, 2002, 9: 3-7.
 - [3] 王爱云, 张燕, 高等数学课程建设和教学改革研究与实践[J], 数学教育学报, 2002, 11(2).
 - [4] 李伟, 应重视和加强数学教育理论研究[J], 数学教育学报, 2006.15(1): 32-34.
 - [5] 唐武, 关于我国数学教育研究的问题探讨[J], 数学教育学报, 2003, 12(4): 6-8.
- 作者简介:
李薇(1980-), 女, 汉族, 本科学历, 副教授, 主要研究方向: 数学与应用数学方向。

终身体育理念下高校体育教学改革刍议

次旺

(西藏藏医药大学 西藏 拉萨 850000)

[摘要]随着高校扩招举措的落实,我国高校中学生的数量也有了大幅提升,体育教育的重要性慢慢得到凸显,怎样强化学生的身体素质,提高学生的身心发展水平,这受到了所有教育工作者的重视。想要充分满足新时代之下体育教学的发展要求,就需要对教育理念、教学模式进行改革创新,帮助学生建立终身体育理念,提高高校体育教学的科学性和有效性,让体育锻炼能够发挥出更大的成效。对此,本文基于终身体育理念这一思想,对当下高校体育教学改革问题展开分析。

[关键词]高中体育教学;终身体育理念;体育锻炼

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-627X.2020.06.399

引言

一直以来,高校的体育教学都将提高学生的体育技能水平作为教学目标,对于学生的运动成绩、身体素质发展较为重视,无论是教学方法、教学内容还是教学理念都是以培养学生的体育技能为出发点,这样的体育教学模式的确可以培养出体育人才。然而,随着我国教育事业的不断进步,体育课程的弊端也愈发凸显,如果还是仅强调学生体育技能的提高,而不注重培养学生的体育兴趣,则无法帮助学生养成终身体育理念,不利于学生今后的发展,所以,在高中体育教学中融入终身体育理念是非常有必要的。

一、终身体育理念的概述

终身体育理念强调“体育是人一生中必不可少的内容”,它以终身体育思想为指导,表示的是个体在各个时期、各种外部环境之下都会进行体育活动。终身体育理念下的高校体育教育要充分激发学生对体育锻炼的积极性,让其充分掌握体育锻炼的方法、技能,养成锻炼习惯,自主、积极地进行体育锻炼,从而促进国民身体素质的提高,全面改善民众的生活质量。终身体育理念体现出终身性、多元性、全民性等几个特点^[1]。注重时间的广度,同时也体现出时间上的终身性,多元性主要表示的是可基于自身情况灵活选择锻炼内容,全民性体现在全民参与,面向全民、面向全社会。

二、当前高校体育教学所面临的问题

2.1 教学内容脱离实际情况

尽管我国是一个体育强国,然而分析当前高校体育教学现状可知,当前我国体育教学模式是较为落后的,一个非常突出的表现就是体育教学内容与实际差距较大,当前并没有针对大学生的个性化定制教材,缺乏运动技术、剧烈运动中如何保护身体等方面的内容,授课教材和中学体育教材雷同,并未融入更深层次的内容,不符合学生的体育学习需求。另外,由授课时间方面讲,专项技能训练时间短,不利于学生运动技能的提高,也严重打击了学生参与体育锻炼的积极性。

2.2 教学目标不明确

当前我国高校体育教学并未形成科学、具体的教学目标,也没有向学生传递终身体育理念的意识,对于学生来说,体育仅仅是一门副科,不需要在其中投入太多时间,所以多数学生都不能坚持体育锻炼,没有养成锻炼的好习惯,除了体育课以外很少利用其他时间来参与锻炼,特别是走入社会后,在工作压力、生活压力之下,他们更难抽出时间来进行体育锻炼。长此以往,养成终身体育理念也是不现实的,终身体育理念的落实面临着硬性阻碍,学生身体素质的提高、健康生活理念的形成都变得非常困难,不利于学生的身体健康。

2.3 基础设施建设不完善

目前我国高校在体育运动设施方面的投入是不小的,然而在专业器械、体育方面的投入依然有很大的缺口,体育基础设施无法满足学生们越来越大的锻炼需求,所以,体育教学中经常出现不同班级的学生共用一块场地的情况^[2]。很多学生对于体育活动没有足够的重视度,在体育课堂上也会以应付的心态来对待,逃课、敷衍等情况非常普遍,再加上没有足够的课后锻炼机会,高校体育教学和社会发展

需求之间也开始产生差距,随着时间的推移,这一差距又会越来越大。

三、终身体育理念指导下的高效体育教学改革路径

3.1 调动学生参与运动的积极性

当前时代社会实践活动形式多样,人们的注意力被分散到各种有趣的活动中,一些学生可能因为对某一种运动有兴趣而主动参与某项运动,而一些没有培养出体育兴趣的学生则一般不会主动参与体育活动。所以,高校体育教学应当帮助学生建立终身体育理念,培养学生的运动兴趣,基于兴趣的引领使其更多地参与到体育活动中。比如长跑能够锻炼学生的耐力和毅力,然而长跑的过程是非常无聊的,对此,教师可以采取一些灵活、有趣的教学方式来引导学生,使其发现长跑的魅力,比如游戏、竞赛等,让学生看到长跑活动的趣味性一面,从而自觉、积极地参与其中。

3.2 科学设定体育教学目标

自终身体育理念提出后,我国高校体育教学改革也有了可靠基础,但是体育教学的效果却未见明显提升。究其原因可知主要是因为教学目标不明确。对此,应当结合新时期的体育发展新要求来科学界定体育课程教学的教学目标,从而保证体育教学走上正确的方向。一直以来,体育锻炼都是我国教育体系格外重视的一项重要内容,想要让学生养成终身体育理念,高校阶段体育教学过程中的引导和灌输极为重要^[3]。应当本着新时期的体育教学目标从各个方面对学生进行引导,从而使老师和学生能够向着同一个体育教学目标而努力,促进终身体育理念的渗透。

3.3 加强建设体育基础设施

为保证体育教学活动的顺利开展,学校需要在体育基础设施建设方面加大投入,及时更换体育器材,通过体育基础设施的完善来保障体育课堂教学、课外活动的顺利进行,为学生提供一个安全、完善的体育锻炼环境,让学生对体育锻炼提高好感度,从而尝试主动参与体育锻炼,潜移默化中培养学生的体育锻炼习惯,这将非常有利于培养学生的终身体育理念。

四、结语

时代在发展,社会在进步,目前终身体育理念受到了全球范围的广泛认同,各高校也开始秉承这一理念来进行体育教学改革。在这种背景下,我国也应当紧跟时代的潮流,认识到终身体育理念对于高校学生身心发展的重要性,从而促进该理念在高校体育教学中的融入,引导学生主动参与体育锻炼,养成自主锻炼的习惯。可以说,终身体育理念的形除了可以促进学生的身心发展之外,还能够推动我国体育事业走上更加科学、高校的发展道路。

参考文献

- [1] 何金华. 刍议终身体育教学理念在大学体育教育中的融合及渗透[J]. 拳击与格斗, 2019, (22): 79, 83.
- [2] 黄兵. 终身体育理念下高校体育教学改革的思考[J]. 当代体育科技, 2020, 10(7): 2-3.
- [3] 闫坤. 终身体育理念下高校体育教学的改革路径[J]. 赤子, 2019, (23): 98-98.