

# 试析体教融合视野下本科体育课模式转变的研究

边新博

吉林化工学院

**摘要：**体教融合是一种新的教育理念，并且体教融合视野下的本科体育课不再局限于传统的体育运动项目，它通过将体育与其他学科相结合，创设多元化的课程内容，增强学生的兴趣和参与度。旨在将体育与教育有机地结合起来，推进大学体育教育的发展。本文通过研究体教融合视野下的本科体育课模式转变，探讨其对学生身心健康和综合素质的培养有着重要的意义。

**关键词：**体教融合；本科体育课；转变；身心健康

【DOI】10.12252/j.issn.2096-627X.2022.10.019

随着社会的发展和进步，人们对大学体育教育的需求也发生了变化。传统的体育课教学模式存在着一些问题，例如单一的体育运动项目设置、缺乏系统性的教学内容和方法、学生参与积极性不高等。在这样的背景下，体教融合作为一种新的教育理念应运而生。体教融合将体育与教育相结合，旨在通过体育教育培养学生的身心健康和综合素质，使学生在未来的学习和生活中更好地发展和应对挑战。

## 一、体教融合的概念

体教融合作为教育发展的热点话题，正逐渐受到广泛关注和重视。它旨在将体育与教育相结合，通过体育活动和体育教育的方式，促进学生全面发展。体教融合在培养学生身心健康、培养良好品德、提高学习成绩等方面具有非常重要的意义。体教融合的理念源自于对传统教育的反思与思考。传统教育往往过于注重学生的学业成绩，而忽视了学生的身体素质和心理健康。学生因长时间坐姿学习、课业繁重而导致身体亚健康，同时也容易出现压力和焦虑等心理问题。而体教融合则提倡通过体育活动来缓解学生的身心压力，使学生能够更好地投入到学习中去。它不仅能够改善学生的身体素质，增强学生的体能，还能够培养学生团队合作精神、竞争意识和自律能力。体教融合的实施方式多种多样。学校可以通过增加体育课程的时间和内容，让学生有更多的机会参与体育锻炼。同时，学校也可以组织各种体育比赛和活动，增强学生的体育意识和兴趣。除了在课堂上的体育教育，学校还可以与社区、俱乐部等合作，提供更多的体育活动场所和设施，为学生提供更广阔的锻炼空间。体教融合的影响力不仅仅局限于学生个体，还能够

对整个社会产生积极的影响。体育活动可以培养学生的合作精神和团队意识，增强学生的社会责任感和集体荣誉感。这使得学生在以后的工作和生活中更易于与他人合作，形成良好的人际关系。同时，体育锻炼也能够提高学生的自信心和自尊心，培养学生积极向上的心态，从而更好地面对生活中的挑战。然而，体教融合的实施并非一蹴而就。学校需要投入更多的时间和资源来支持体教融合的发展，包括加强师资队伍建设和提供更好的体育设施和器材等。此外，家长和社会也应当给予更多的支持和关注，共同为体教融合的落地推进贡献力量。因此，体教融合是一种以体育为基础，以教育为目标的教育模式，旨在培养学生身心健康、全面发展的理念。它通过体育活动和体育教育，使学生受益终身。体教融合的发展不仅关乎学生的个人成长，也关系到社会的发展和进步。

## 二、体教融合视野下本科体育课模式转变的价值

在当今社会，体育作为一门重要的学科之一，不仅是为了锻炼身体，更是培养学生全面发展的重要途径。而在体教融合的视野下，本科体育课模式的转变具有重要的价值意义。传统的本科体育课模式通常以传授基本的体育知识和技能为主，重视学生的身体素质的培养。然而，在当今社会，仅仅培养学生的身体素质已远远不够。体教融合的视野下，本科体育课的目标不仅要培养学生的身体素质，更重要的是培养学生的综合素质。这种转变的价值在于：第一，体教融合的本科体育课模式可以培养学生的创意思维。传统的本科体育课模式注重的是学生的体育技能的培养，这使得学生的思维方式较为单一。而在体教融合的视野下，学生将接

触更多与体育相关的知识，从而激发学生的创意思维。例如，在课堂上，可以引入设计与艺术元素，让学生们通过创作体育相关的社交媒体内容、设计运动器材等来培养创意思维。这样的体教融合，将使学生的思维更加开放、多样化，对学生未来的职业发展也将产生积极影响。第二，体教融合的本科体育课模式可以培养学生的协作能力。在现实生活中，协作能力是一项非常重要的能力。而传统的本科体育课模式注重个人能力的培养，忽略了学生之间的合作与协作。而在体教融合的视野下，可以通过组织体育项目、制定团队计划等方式来培养学生的协作能力。例如，在体育课中，可以组织学生分组进行体育竞赛，让学生在团队合作中锻炼协调与沟通的能力。这样的体教融合，将使学生在协作与沟通方面得到全面的锻炼，提高学生的综合素质。第三，体教融合的本科体育课模式可以培养学生的社会责任感。传统的本科体育课模式注重的是学生个人的锻炼，忽视了个体在社会中的作用与责任。而在体教融合的视野下，可以通过引入社会问题与体育相关的案例，让学生们思考体育在社会中的作用与责任。例如，在课堂上，可以讨论体育在社会公益活动中的应用，鼓励学生们参与志愿服务等。这样的体教融合，将使学生培养起关心他人、关注社会的社会责任感，培养学生成为有社会担当的公民。体教融合视野下本科体育课模式转变的价值不仅仅在于提高学生的身体素质，更重要的是培养学生的综合素质。这种转变的价值体现在培养学生的创意思维、协作能力和社会责任感等方面。随着体教融合理念的不断深入，本科体育课模式的转变将有助于培养更多全面发展的优秀学生，为社会的发展作出积极的贡献。

### 三、体教融合视野下本科体育课模式转变的方法

#### （一）注重提升学生体能

随着科技的发展和生活节奏的加快，人们的生活方式逐渐变得久坐不动，运动量减少。而作为学生，长时间坐在教室里，除了影响视力健康，也容易导致体能下降，甚至出现一系列健康问题。因此，注重提升学生体能是非常必要的。体育课作为学校教育中不可或缺的一部分，应该在注重学科知识教学的同时，更加重视提升学生的体能水平。如何实现这一目标，是一个需要深思熟虑的问题。第一，学校可以引入多样化的体育项目，

丰富体育课的内容。传统的体育项目如田径、篮球、足球等仍然是重要的选择，但教师也可以适度地引入一些新颖有趣的项目，如攀岩、瑜伽、滑板等。通过多样化的体育项目，可以激发学生的兴趣，并促使学生主动参与运动，提升体能水平。第二，注重学生体能的提升需要从教师着手。教师应该具备良好的体育素养和专业知识，能够引导学生正确地进行体育锻炼。教师可以制定科学合理的体育锻炼计划，根据学生不同的身体条件和需求，制定个性化的锻炼方案。同时，在体育课中，教师应该注重指导学生掌握正确的体育动作和姿势，防止运动伤害的发生，使体育活动更加安全有效。第三，学校可以建立良好的体育设施和环境，为学生提供良好的体育锻炼条件。建设宽敞明亮的体育馆和操场，配备先进的体育设备，为学生提供广阔的运动空间。此外，学校还可以组织各种形式的体育活动，如校际比赛、运动会等，让学生在竞技中感受体育的快乐，激发学生对运动的热爱和积极性。第四，家庭和社会也应该注重提升学生的体能。家长可以鼓励孩子参与体育运动，陪伴学生一起运动，创造良好的家庭运动氛围。社会应该提供更多的体育设施和运动场所，为学生提供更多的运动选择，并且鼓励学生积极参与体育锻炼。因此，注重提升学生体能是学校教育中的一项重要任务。通过引入多样化的体育项目，培养教师的专业素养，建设良好的体育设施和环境，以及家庭和社会的共同努力，教师可以为学生提供更好的体育教育，提升学生的体能水平，促进学生全面健康的发展。

#### （二）融入健康体育观念

健康已经成为人们追求的重要目标之一。而健康体育观念的融入，不仅仅是关乎个体的身体健康，更是社会全面进步的关键所在。在体教融合的视野下，本科体育课模式的转变势在必行。第一，融入健康体育观念要打破传统体育课的束缚，摆脱单一的竞技化训练模式。本科体育课应该以培养学生的综合素质为目标，尊重学生的个体差异，引导学生体验健康体育的乐趣。这就要求教师在备课的时候，充分考虑到学生的身体素质、兴趣爱好和能力水平，根据学生的特点来设计课程内容。譬如，对于身体素质较差的学生，可以开设一些有针对性的健身课程，引导学生从易到难，循序渐进地进行锻

炼。而对于体育天赋较强的学生，可以开设一些竞技项目的课程，让学生有更多的机会展示自己的特长。第二，融入健康体育观念，还需要注重课程的多样性和创新性。传统的体育课程大多只注重学生的体能训练，忽视了学生的心理健康和社交能力的培养。在新的体育课模式下，教师应该开展更多的课外拓展活动，组织学生参加一些户外运动，如登山、远足、露营等，让学生亲近大自然，感受运动的乐趣。同时，还可以引入一些新颖有趣的体育项目，如攀岩、蹦床、滑板等，以吸引学生的兴趣。这样一方面可以增强学生的体能，另一方面也可以培养学生的创新思维和团队合作能力。第三，融入健康体育观念的体育课还应该注重教师的专业素养和教学方法的创新。教师应该具备良好的体育知识和专业技能，能够正确引导学生进行体育锻炼，同时还要关注学生的身心健康状况，及时发现问题并提供帮助。教学方法上，教师可以采用互动式教学，让学生参与到课堂中来，提高学习的主动性和参与度。同时，还可以利用现代科技手段，如虚拟现实技术、智能设备等，增加教学的趣味性和刺激性，使学生更加主动地投入到体育课程中。融入健康体育观念的本科体育课模式转变，是一项复杂而重要的任务。这需要教师具备强大的专业素养，同时也需要学校和社会各界的支持和关注。

### （三）鼓励学生合作练习

在学校教育中，培养学生的合作能力已经成为一项重要任务。尤其是在体育课上，合作不仅能够增强学生的团队合作精神，还能够提高学生的身体素质和运动技能。因此，鼓励学生合作练习已经成为一种新的趋势，引起了广泛的关注。鼓励学生合作练习的方法有很多种。第一，教师可以通过设计一些合作性的游戏和活动来激发学生的兴趣。比如，在足球课上，可以将学生分组进行小型比赛，让学生发挥团队合作的精神，共同争取胜利。这样的活动不仅能够培养学生的合作能力，还能够让学生在游戏中享受运动的乐趣。第二，教师还可以将学生分为小组，让学生一起制定训练计划和目标。通过小组合作，学生们可以相互帮助、相互激励，共同达到自己的目标。例如，在篮球课上，教师可以让学生们分为几个小组，每个小组负责一个特定的进攻战术，

并在课后进行讨论和总结。这样的合作练习不仅能够提高学生的篮球技能，还能够培养学生的团队协作能力。第三，教师还可以对学生进行一些合作性的评估。在体育课上，教师可以要求学生们一起完成一项任务，比如设计一个健身计划或者创作一个体育节目等。通过这样的评估方式，不仅能够促使学生们主动参与到合作中去，还能够让学生在实践学习和提升自己的能力。同时，教师还可以根据学生的表现来评估学生的合作能力，将合作作为一项重要的考核指标。第四，鼓励学生合作练习还需要营造一个积极的环境氛围。教师可以通过表扬、奖励等方式来肯定学生们的合作成果，激励学生更加积极地参与合作。此外，教师还可以通过分享一些合作成功的案例，鼓励学生们借鉴他人的经验，提升自己的合作能力。在体教融合视野下，鼓励学生合作练习已经成为一项重要的任务。通过设计合作性的游戏和活动、分组合作、合作性评估和营造积极的环境氛围等方法，可以有效地培养学生的合作能力，提高学生的身体素质和运动技能。

### 结语

体教融合视野下的本科体育课模式转变对于学生的身体素质和综合素质的培养具有重要意义。通过多样化的教学内容、全面的素质培养和学生的主动参与，可以促进学生全面发展，提高学生的综合能力和创新思维。未来，应进一步加强对体教融合视野下本科体育课模式转变的研究和实践，为大学体育教育的发展提供有力支持。

### 参考文献

- [1] 吴姝娴. 高等院校实施体教融合教育发展路径研究[J]. 冰雪体育创新研究, 2020(23): 3.
- [2] 周爱光. 体教融合背景下我国学校体育改革的思考[J]. 体育学刊, 2021, 28(2): 6.
- [3] 余肖, 罗丽群. 体教融合背景下高校体育工作改革路径研究[J]. 灌篮, 2021(8): 2.
- [4] 周勇. 基于树人理念的大学体育体教融合教学创新与实践[J]. 柳州职业技术学院学报, 2022, 22(04): 119-123.