

基于终身体育观念指导的大学体育教学革新

王小攀

(四川艺术职业学院 四川 成都 611131)

[摘要] 现阶段,随着我国教育改革的不断深入,大学体育教学在不断进行革新。终身体育观念为大学体育教学革新提供了新方法,同时也让学生在快乐的体育学习中增强体质,提升体育技能在生活中的综合运用。本文基于终身体育观念对大学体育教学革新方法进行研究,望为广大同仁提供一些值得参考的意见。

[关键词] 终身体育观念指导;大学体育;教学革新

0 引言

在大学体育课上,教师除了可以让学生不断提升自身的运动技能,完成自身的学业,还可以让学生形成体育运动的观念,终身体育是现阶段教育改革对大学体育课提出的要求,让学生具备这样的观念,促进学生坚持体育运动,满足学生长远发展的需求。这需要教师对大学体育课改变认知,意识到终身体育这种观念的重要性,不断对大学体育课的内容进行革新以及充实,然后促进大学体育课的高效开展。

1 终身体育理念教学的概述

终身体育理念是现代体育发展过程中出现的新型理念,其主要包括两个方面:第一个方面是树立人们终身体育锻炼的意识,将传统的部分人体育锻炼转变为现代人们日常生活中必不可少的部分,从真正意义上实现全面健身的理念。第二个方面是培养人们的体育知识,无论是上班族还是学生都需要不断丰富自身的体育知识,加强自身的体育锻炼,在提高自己身体素质的同时促进身心健康的发展。从广义的角度而言,终身体育理念不仅可以为我国社会人们健康的发展起到一定程度上的推动作用,同时还是增强身体素质改善人们体质的主要方式。因此基于这一理念而言,其所代表的不仅仅是提高人们的身体素质,同时也是为我国体育事业的发展提供基础保障的主要方式。

2 基于终身体育观念指导的大学体育教学革新策略

2.1 加强对终身体育观念重要性认识

就目前来看,要想以终身体育观念指导大学体育教学革新,就必须加强对终身体育观念重要性的认识。教师在进行体育教学中,首先要确立以终身体育管理为指导的教学方针,然后帮助学生认识到该观念的重要性。教师要不断在体育教学中强调终身体育观念,让学生以这种思想为日常锻炼的指导思想,并在学习过程中逐渐确立终身体育学习观念。体育教学中最好的方式就是言传身教,让学生在耳濡目染中强化观念,在体育运动中增强体质,提升积极健康的心态。高校要利用好资源,在网络平台上加强终身体育观念的宣传,并利用公众号等有效平台,以身边的实际案例提高学生对此种观念的认识与理解,从而有效推动高校体育教学革新。

2.2 不断充实大学体育课的教学内容

院校在开展大学体育课的理论教学时,需要对大学体育课的内容进行适当的革新,要在了解学生实际需求以及爱好的基础上,结合学生的身心特征,制定出符合时代趋势以及学生需求的大学体育课内容体系。要加强与学生的交流和互动,让学生在大学体育课上进行理论学习,形成体育观念。院校要对大学体育课的教材进行充实以及选择,具备时代观念,补充一些学生感兴趣的内容,让学生可以在欣赏运动的时候,形成良好的运动观念。首先是在大学体育课上,要适当对理论内容进行增加,现阶段多数的大学体育课是以户外运动为主要的形式,理论教学是比较缺乏的,因此需要对理论内容进行适当的充实,同时在大学体育课中引入终身体育。在大学体育课上师生互动也是要进行强化,教师要对大学生加强鼓励,让学生对体育运动形成良好的兴趣和信心,从而让终身体育的观念顺利形成。其次是大学体育课的理论考试,也是

要进行补充的一方面。现阶段需要梳理终身体育的指导地位,从学生的需求出发,将大学体育课的教学与专业课教学放在一样重要的地位,大学体育课的设置需要站在长远的角度,始终贯穿学生的生活,在校园期间帮助学生形成良好的运动观念。

2.3 充分完善校内体育设施

专业的体育设施不仅可以提高大学体育教学的质量,同时还可以充分激发出学生对于体育教学的兴趣。校方需要根据校内已有的体育项目来选购相应的训练设施,例如:篮球项目需要建设标准的篮球场地,同时还需要为学生购买充足的篮球;足球项目需要建设标准的田径场地,田径场内的草坪与球门需要根据国际标准而选购,同时还需要为学生购买充足的足球;跆拳道与柔道项目需要在确保场地空间充足的情况下购买专业的训练垫子,并组织参与跆拳道与柔道项目的学生团购道服。除此之外,还需要在校内建设专业的室内综合训练场馆,将专业训练器械准备齐全,同时还需要确保室内综合训练场馆的空间可以确保学生在训练的过程中不会出现安全事故。

2.4 树立和谐的师生关系

在新课程改革中,要求树立学生在课堂中的主体地位,让学生成为学习的主人,而教师作为课堂的引导者和组织者,应尊重学生、信任学生,彼此形成和谐的关系,才更利于知识的传授。同样在体育教学中,要注意教师与学生之间的互动,教师讲解体育知识、技术动作要点等,要求学生能够理解并实际运用,才能达到良好的教学效果。在课堂中,教师一直都处于主动地位,而学生只能被动接受,这也是导致学生学习兴致不高,甚至产生厌学情绪的原因之一,严重影响了教学效果。在新形势下,教师与学生要形成民主关系,双方和谐发展,只有教师和学生均保持良好的心态,才能达到预期教学效果,才更利于落实终身体育观念。

3 结束语

高校的体育教学是终身体育教育的重要环节,对人的全方位发展有很大的影响,甚至会成为影响一生的关键点。我们要充分的意识到终身体育教育的重要性,将终身体育教育放在知识教学同等重要的地位,合理的制定教学目标,规范地进行教学,培养大学生的终身体育意识。大学生毕业以后会走上工作岗位,成为国家建设的重要栋梁人才,在工作中高强度的工作和工作压力会对大学毕业生的身体素质提出考验。没有强健的体魄无法在今天的社会中立足。终身体育的教育下的大学生即便进入工作岗位,也会自发的进行自我的健康管理,注重体育锻炼,这不仅对自身的健康有好处,对整个的社会经济体的发展都有一定的益处。尽管当前的教学中还存在问题,但是建立基于终身体育为目标的大学体育教学改革是当前大学教学改革的必然。

参考文献

- [1] 苗鹏,王诚民,姚大为.普通高校大学体育课程建设新思路[J].边疆经济与文化,2017(11):62-63.
- [2] 董强.大学生体育教学中的终身体育教育分析[J].体育时空,2018(23).
- [3] 李翎.论高校阳光体育与终身体育的有效对接[J].课程教育研究,2017(2):205-206.