

大学体育教学中素质拓展教育研究

李兴春

(陆军装甲兵学院军事体育教研室 北京 100072)

[摘要] 随着我国高校教育事业的发展,人们也越来越重视高校体育教学活动的开展,拓展训练也就成为高校开展体育教学活动中的一项重要内容,拓展训练不仅有利于增强大学生的身心素质,而且还有利于培养大学生的团队合作精神,所以拓展训练被广泛应用于高校体育教学活动的开展中。本文以此为出发点,详细分析拓展训练在高校体育教学中的应用。

[关键词] 大学体育;素质拓展;教育研究

1. 前言

在当今社会,大学校园拥有最丰富的青年人才资源、浓厚的学术氛围、活跃的学术思想、知识和学术遗产、创新和应用的最重要基地。新时代引路人总书记指出,国家兴旺繁荣复兴,科学技术的发展是根基,不断创新则是民族进步的灵魂。古往今来,科学技术所展现出推动着人类社会发展的力量是不可阻挡的。科学技术的力量,在某种程度上决定了当代世界经济与各国政治力量变化的走向,更决定了各个国家、民族的命运与未来。如何从“中国制造”转变为“中国创造”,青年一代尤其是大学生群体则成为了最主要的中坚力量。如果没有了去创新的冲劲和欲望,仅享受于现有的安逸生活,那么中华民族的动力源泉将会干涸。高校肩负培养人才的重要使命,做好素质拓展教育势在必行。

2. 素质拓展在大学体育教学中的困境

虽说如今大学体育教学取得了一定的发展,但是素质拓展在大学体育教学中并没有得到很好的推行。大学体育教学素质拓展存在着一些困境。不少高校存在着体育老师不充足,师生配比矛盾突出的问题。这对于体育老师来说,教学的负担很重,不能够在有限的时间内发掘和培养学生的素质^[1]。并且如今各大高校都在扩大招生规模,学校的学生每年都在增加,这也就直接导致不少高校的体育运动场地配备不足,体育运动设施不完善,学生不仅不能有充足的活动场地来进行体育训练,还需要在部分体育课程上自己购买体育运动的辅助用具。更重要的是,大学大部分的学生没有自主参与体育训练的意识,能利用课余时间进行体育训练的学生非常少。

3. 素质拓展在大学体育教学中的意义

素质拓展教育包含的内容很多,其中最主要的内容是身体素质,心理素质和社会素质的内容。因此,高校的体育老师要在体育教学中发掘与培养学生的身体素质、心理素质和社会素质的内容。在高校的体育教学中,素质教育可以提升体育课堂的教学价值,体现现代教学的价值取向,给学生的自我培养提供帮助。

4. 在体育教学中融入素质教育的途径

4.1 开展大班式体育素质拓展教育。在大学体育教学中增加素质教育的内容就需要学校能够依据学生的人数来安排素质拓展训练课程内容。当前大部分高校的体育老师不充足,这也就形成了高校体育课程大班制的一个普遍现象。如今大一的课程基本上都是以班级为单位进行课堂教学,大二和大三才会涉及到选课,每个班级是50人左右。在实际的教学过程中,体育老师很难照顾到每一位学生的需求。因此,体育老师要善于利用大班制来开展体育素质拓展教育。除此之外,高校的老师要在体育教学中增加对于学生身体素质培养,心理素质培养和社会素质培养的内容。比如,在进行体育教学前带领学生做热身运动;体育教学也可以用竞赛的形式来进行,以培养学生的竞争意识和团结互助意识。

4.2 延长体育教学的时间和空间。随着高校学生人数的增加,体育老师要延长体育教学的时间和拓展体育教学的空间。教

务部门在编排课程表时要合理分配体育教学的时间,减少体育课程与其他课程的冲突。教务部门要增加学生对于体育课程的可选择性,在体育课程上增加学生自选体育课程,自选体育老师的项目。学生选择自己喜欢的体育课程,选择自己喜欢的老师就可以增加学生对于体育课程的兴趣,更加有利于体育老师在体育教学中渗透体育素质拓展的内容。大部分高校的课堂时间为90分钟,学生掌握了一些基本的操作之后课程也就结束了,体育老师没有充足的时间来进行素质拓展的培训和。如今高校常开设的体育课程有太极,健美操,乒乓球,篮球,网球和排球等。对于游泳课程开设的则很少,一方面是因为学校游泳馆一般都是付费开放而且场地卫生清理比较困难,因此场地也很小,不能满足高校体育教学的要求。

4.3 重视体育理论教学。当前在各大高校的体育教学中,往往体育理论教学最容易被忽视,大部分高校体育老师对于理论知识是一笔带过,并没有充分的重视起来。在体育理论教学过程中实际上包含着素质拓展的内容,忽视了体育理论教学实际上也就忽略了对于理论教学中素质拓展的发掘。在体育理论教学中,体育老师要善于利用现代信息技术,用多媒体手段来进行教学并且结合时下的体育资讯和体育热点来进行教学,增加学生对于体育训练的兴趣,让学生感受到体育训练中的竞争意识、团结意识。

4.4 培养学生运动价值观。所谓的运动价值观就是学生对于运动的基本认识。大学的体育课程要从重视运动强度的教学误区中走出来,要改变学生对于运动的认识,增加运动对于学生的影响。学生如果对于某一项运动产生兴趣就会增加对于这一体育项目的运动时间,从而形成自主锻炼的习惯。大学的体育课程最主要的目的是让学生养成积极参加体育锻炼的意识,培养学生自律的精神,帮助学生形成正确的世界观、人生观和价值观,从而促进学生的心理素质和身体素质的协调发展。

5. 结语

综上所述,在将拓展训练应用于高校体育教学中时,要求以心理特点作为开展拓展训练教学活动的依据,同时结合高校区教学活动的路线和环境,对拓展训练活动的内容进行创新设置,实现对拓展训练教育活动的有效组织和拓展,以此来有效提高高校区教学的效果。为提升大学生的综合素养和发展学生良好的适应能力奠定坚实基础,为处于高校阶段的学生创造良好的体育学习环境。

参考文献

[1] 凌占一. 将拓展训练引入高校公共体育课的可行性分析——以呼伦贝尔学院为例[J]. 体育世界: 学术版, 2018(10): 32, 34-35.

[2] 方洪璇. 素质拓展训练在技工院校体育教学中的应用分析[A]. 中国职协2017年度优秀科研成果获奖论文集(一二等奖)[C]. 中国职工教育和职业培训协会, 2018.