

高职体育田径教学中团队合作与竞技精神培养

郭煜

长春医学高等专科学校

摘要: 在当今社会,团队合作与竞技精神已经成为人们生活中不可或缺的一部分。特别是在高职体育田径教学中,培养学生的团队合作与竞技精神显得尤为重要。然而在实际的教学过程中,许多学生对田径运动的兴趣不高,参与度不够,这在一定程度上影响了高职体育田径教学的效果。本文将对高职体育田径教学中团队合作与竞技精神的培养进行研究,以期提高学生的综合素质和培养高素质人才提供理论依据。

关键词: 高职体育; 田径教学; 团队合作; 竞技精神

【DOI】10.12252/j.issn.2096-6288.2023.06.194

随着社会的发展和教育的深入,高职教育逐渐受到了广泛的关注。在高职教育中体育课程作为培养学生身心健康的重要途径,其教学质量和效果直接关系到学生的综合素质。田径运动作为体育课程的重要组成部分,不仅能够锻炼学生的身体,还能够培养学生的团队合作精神和竞技意识。因此如何在高职田径教学中有效地培养学生的团队合作与竞技精神,成为当前高职教育工作者需要关注和研究的问题。

一、高职田径教学中团队合作与竞技精神的内涵

(一) 团队合作的内涵

(1) 互相支持。在高职田径教学中,团队合作意味着学生之间要互相支持,共同面对困难和挑战。无论是在学习技巧、提高成绩还是应对比赛中的压力,学生都需要相互鼓励、帮助和支持,形成一个紧密的团队。

(2) 分工合作。团队合作还体现在分工合作上。每个学生都有自己的特长和优势,教师需要根据学生的特点进行合理的分工,让每个人都能发挥自己的长处,为团队的成功作出贡献。(3) 沟通协调。团队合作离不开有效的沟通和协调。学生之间要学会倾听、理解和尊重他人的意见,通过沟通协调解决团队中的问题和矛盾,确保团队的稳定和谐。(4) 共同目标。团队合作的最终目标是实现共同的目标。在高职田径教学中,这个目标是提高学生的体育成绩、培养良好的运动习惯或者参加各种比赛取得好成绩。只有明确共同的目标,团队成员才能团结一致,共同努力。

(二) 竞技精神的内涵

(1) 追求卓越。竞技精神首先体现在追求卓越的品质的上。在高职田径教学中,学生要不断挑战自己,努力提高自己的技能和水平,力求在比赛中取得好成绩。

(2) 公平竞争。竞技精神还体现在公平竞争上。在比赛中,学生要遵守比赛规则,尊重对手,通过自己的实力和努力去争取胜利,而不是通过不正当手段来获得优

势。(3) 坚韧不拔。竞技精神要求学生在面对困难和挫折时,要有坚韧不拔的精神。在高职田径教学中,学生会遇到各种困难,如技术难题、身体不适等,但只有坚持不懈,才能克服困难,取得成功。(4) 自我超越。竞技精神还体现在自我超越上。在高职田径教学中,学生要不断挑战自己的极限,努力提高自己的能力和素质,实现自我超越。

二、高职体育田径教学中团队合作与竞技精神培养的现状

(一) 团队合作培养现状

在当前的高职田径教学中,团队合作的重要性不言而喻。无论是在接力赛中,还是在团体项目中,团队的紧密配合和默契都是取得优异成绩的关键因素,然而目前的高职体育田径教学方式往往忽视了这一点。教师在田径训练中过于强调个人的技术提升,而忽视了团队之间的配合和默契。很多教师会花费大量的时间和精力来教授学生如何提高自己的跑步速度、跳远技巧等个人技术,但很少关注如何培养学生的团队协作能力。这导致了许多学生虽然个人技术不错,但在团队项目中却表现不佳。如在接力赛中,每个队员都需要准确地将接力棒传递给下一个队员,这就需要队员们之间有高度的配合和默契。如果一个队员因为技术不熟练或者紧张而传递失误,那么整个队伍的成绩都会受到影响。同样在团体项目中,每个队员都需要按照预定的计划和策略进行比赛,这也需要队员们之间有良好的沟通和协调。

(二) 竞技精神培养现状

在当前的高职体育田径教学中,学生竞技精神的培养现状并不乐观。这种现象在一定程度上影响了学生的全面发展,也使得学生在面对困难和挑战时缺乏坚持和毅力^[1]。首先,教师在教学过程中过于关注学生的比赛成绩,导致忽视了比赛过程中的困难和挑战。然而这种做法往往会导致学生在面对比赛中的困难和挑战时,

缺乏应对能力和心理素质。学生会因为一次失败而气馁，甚至放弃比赛，从而无法发挥出自己的最佳水平。其次，教师在培养学生竞技精神方面的投入不足。竞技精神是指在体育运动中，运动员为了追求卓越表现，不断挑战自我，克服困难，勇往直前的精神品质。然而在当前的高职体育田径教学中，教师往往忽视了对学生竞技精神的培养。教师没有为学生提供足够的锻炼机会，让学生在实践中培养竞技精神。这导致了許多学生在面对困难时，缺乏坚持和毅力，无法发挥出自己的最佳水平。最后，学校和社会对竞技精神的重视程度不够。在一些学校和社会环境中，人们往往过分强调比赛成绩，而忽视了竞技精神的培养。这使得学生在面对困难和挑战时，缺乏正确的心态和方法，会因为一次失败而对自己失去信心，甚至对整个运动产生厌恶情绪。

三、高职体育田径教学中团队合作与竞技精神培养策略

（一）创设情境，培养学生的团队意识

在高职体育田径教学过程中，教师可以通过设计各种有趣的游戏和活动，让学生在轻松愉快的氛围中体验团队合作的乐趣。可以组织学生进行接力比赛、拔河比赛等，让学生在比赛中学会互相支持、鼓励和帮助。例如：在接力比赛中，每个队员都需要全力以赴地完成自己的任务，然后将接力棒传递给下一个队员。这种比赛不仅考验了队员们的速度和耐力，更重要的是考验了他们的团队合作精神。在训练过程中，队员们需要相互配合，掌握好传递接力棒的时机和技巧^[2]。通过这样的比赛，学生们可以深刻体会到团队合作的重要性，学会在困难面前互相支持、鼓励和帮助。在拔河比赛中，双方队员需要齐心协力，共同对抗对方的力量。这种比赛不仅锻炼了学生们的力量和耐力，更重要的是培养了团队意识。在训练过程中，队员们需要相互信任，发挥出最大的力量。通过这样的比赛，学生们可以更好地理解团队合作的意义，学会在团队中发挥自己的作用。此外，教师还可以设计一些其他的团队游戏和活动，如绳索挑战、障碍赛等。这些活动同样能够培养学生们的团队合作精神和沟通能力。在活动中，学生们需要相互协作，克服各种困难和挑战。通过这样的锻炼，学生们可以更好地适应未来的工作和生活环境。

（二）强化实践，提高学生的合作能力

在高职体育田径教学过程中，教师应该注重培养学生的实践操作能力。可以让学生分组进行各种田径项目的训练，如短跑、跳远、投掷等。教师可以通过讲解和

示范的方式，向学生介绍各个田径项目的基本技巧和动作要领。在短跑教学中，教师可以讲解起跑姿势、加速姿势和终点冲刺的技巧；在跳远教学中，教师可以示范正确的起跳姿势和着地方式；在投掷教学中，教师可以教授正确的握球姿势和投掷动作。接下来，教师可以将学生分成小组，每个小组负责一个田径项目的训练。在训练过程中，教师可以充当指导员的角色，对学生进行个别指导和纠正。同时教师还可以组织一些小型比赛或练习赛，让学生在实践中不断提高自己的技能水平。最后，教师还应该注重培养学生的团队合作精神和竞争意识。在小组训练中，学生需要相互配合、互相鼓励，共同完成训练任务。同时，教师还可以组织一些团队比赛或对抗赛，让学生在竞争中激发潜能，提高自己的竞技水平。

（三）激发竞争意识，培养学生的竞技精神

在高职体育田径教学中，教师应该在日常教学中强调竞技精神的重要性。竞技精神是指在比赛中，运动员为了取得好成绩而不断挑战自己、努力拼搏的精神。教师可以通过多种方式来培养学生的竞技意识。首先，教师可以在课堂上讲解竞技精神的内涵和重要性。通过讲述优秀运动员的故事，让学生了解他们在比赛中所展现出的拼搏精神和不屈不挠的意志。教师还可以引导学生观看一些优秀运动员的比赛视频，亲身感受运动员在比赛中所表现出的竞技精神^[3]。其次，教师可以组织一些小型比赛活动，让学生在实践中体验竞技精神。可以组织班级之间的接力赛、短跑比赛等。在这些活动中，学生不仅要全力以赴地完成比赛任务，还要学会团队合作、互相鼓励。通过这些活动，学生能够更好地理解竞技精神的内涵，并将其运用到日常学习和生活中。最后，教师还可以通过设置一些挑战性目标来激发学生的竞技意识。可以给学生设定一个学期内提高跑步速度的目标，并鼓励学生为实现这个目标而努力训练。在这个过程中学生需要不断地挑战自己、突破自己的极限，从而培养出强烈的竞技意识。

（四）举办各类比赛，培养团队精神和竞争意识

高职院校可以定期举办田径比赛，让学生在比赛中展示自己的运动技能，锻炼团队合作与竞技精神。教师还可以根据学生的实际情况，制定合理的比赛规则和奖励机制，激发学生的竞争意识。为了丰富学生的课余生活，提高学生的身体素质和运动技能，高职院校可以定期举办各类比赛^[4]。这些比赛不仅可以包括传统的田径项目，如短跑、跳远、跳高、铅球等，还可以涵盖其他体育项目，如篮球、足球、排球等。通过这些比赛，

学生可以在紧张的学习之余,放松身心,锻炼身体。在比赛过程中,学生需要充分发挥自己的运动技能,展示自己的才能。这不仅有助于提高学生的自信心,还能培养团队精神和竞争意识。比赛还可以让学生学会如何在竞争中遵守规则,尊重对手,培养良好的道德品质。为了让比赛更加公平、公正,教师需要根据学生的实际情况,制定合理的比赛规则。这些规则应该既能保证比赛的激烈程度,又能确保学生的安全。同时教师还可以设置不同的奖项,以表彰在比赛中表现优异的学生。这些奖项可以包括个人奖项和团体奖项,以激励学生在比赛中发挥出最佳水平。除了举办校内比赛外,高职院校还可以与其他学校进行友谊赛或交流活动。这样既可以拓宽学生的视野,增加与外界的交流机会,还能提高学校的知名度和影响力。

(五) 开展团队活动,提高团队凝聚力

除了田径训练和比赛外,高职体育教师还可以组织一些团队活动,如户外拓展、集体游戏等,让学生在轻松愉快的氛围中,增进彼此的了解和友谊,培养团队凝聚力。在高职体育教育中,团队活动是一种非常重要的教学手段。通过组织各种形式的团队活动,不仅可以丰富学生的课余生活,提高身体素质,还能够培养学生的团队精神和协作能力。户外拓展活动是一种非常受欢迎的团队建设方式,可以帮助学生在自然环境中挑战自我,增强自信心^[5]。高职体育教师可以组织学生进行徒步、攀岩、定向越野等活动,让学生在克服困难的过程中,学会相互支持、鼓励和信任。集体游戏是一种简单易行的团队活动方式,可以让学生在游戏中体验团队合作的乐趣。高职体育教师可以组织学生进行接力跑、拔河、趣味运动会等活动,让学生在比赛中培养团队精神,增进彼此的了解和友谊。高职体育教师应该根据学生的兴趣和特点,灵活组织各种形式的团队活动,让学生在轻松愉快的氛围中,增进彼此的了解和友谊,培养团队凝聚力。这样不仅能够提高学生的身体素质,还能够培养团队精神和协作能力,为未来的职业生涯打下坚实的基础。

(六) 注重德育教育,激发竞争意识

在高职体育田径教学中,教师不仅需要关注学生的体能和技能提升,还应该注重德育教育的培养。这是因为体育不仅仅是一种运动,更是一种精神的体现。通过田径教学,教师可以培养学生的团队精神和道德品质,帮助他们树立正确的价值观和人生观^[6]。首先,教师可以通过讲述体育故事来引导学生思考。体育故事中常

包含着许多关于团队合作、坚持不懈、公平竞争等主题,这些主题正是德育教育的重要内容。教师可以选择一些具有启发性的故事,让学生在听故事的过程中思考其中的道理,从而培养他们的道德品质。其次,教师可以开展体育道德教育活动。这些活动可以是班级内的讨论会,也可以是学校范围内的比赛或演讲比赛。通过这些活动,学生可以更加深入地了解体育道德的重要性,同时也能够在实践中提升自己的道德素养。此外,教师还可以通过田径教学来培养学生的团队精神。田径运动中,无论是接力赛还是团体项目,都需要团队成员之间的紧密配合和默契。教师可以在教学中设置一些需要团队合作的任务,让学生在完成任务的过程中体验到团队合作的力量,从而培养他们的团队精神。最后,教师还可以通过田径教学来引导学生树立正确的价值观和人生观。田径运动中,运动员需要面对各种挑战和困难,他们需要有坚韧不拔的精神和积极向上的态度。教师可以通过讲述运动员的故事,或者引导学生观察运动员的表现,让他们从中学习到如何面对生活中的困难和挑战,从而树立正确的价值观和人生观。

四、结语

总之,在高职田径教学中,团队合作与竞技精神是相辅相成的。田径运动是一项需要团队协作的运动,无论是接力赛还是团体项目,都需要队员们紧密配合,才能取得好的成绩。培养学生的团队合作精神,对于提高他们的田径技能和综合素质具有重要的意义。学生要在团队合作中培养竞技精神,同时在竞技精神的驱动下更好地参与团队合作。只有这样学生才能在高职田径教学中不断提高自己的综合素质,为未来的学习和工作打下坚实的基础。

参考文献

- [1] 钟振兴.论田径运动在促进高职学生体质健康中的作用[J].文体用品与科技,2021(17):181-182.
- [2] 于研.游戏教学法在高职院校田径教学中的应用[J].文化创新比较研究,2021,5(03):108-110.
- [3] 冯智晴.高职体育田径运动课程教学问题及对策[J].当代体育科技,2021,11(02):67-68.
- [4] 刘洋.高职体育课堂田径游戏教学实践与探讨[J].田径,2020(06):7-8.
- [5] 文迎亚.游戏教学法在高职体育田径教学中的应用研究[J].文体用品与科技,2019(19):26-27.
- [6] 邹昆.浅析高职田径教学对学习兴趣和激发的培养[J].当代体育科技,2018,8(07):134-135.