

终身体育思想视角下大学体育教学改革分析

谢芹

赣州师范高等专科学校

DOI:10.32629/jief.v2i6.965

[摘要] 体育教学在大学教学课程中占据着极为重要的作用,通过大学体育教学不仅可以促进学生的身心健康发展,同时还可以全面提高学生的身体素质,但由于传统的体育教学方式会出现诸多问题,而基于终身体育理念的大学体育教学可以有效改善传统教学中存在的问题。本文将探讨终身体育理念的大学体育教学创新方式,希望可以为相关教育人员提供参考帮助。

[关键词] 大学生;终身体育观念;体育教学;教学改革

中图分类号: G633.96 **文献标识码:** A

终身体育理念的提出适应了当今社会发展的需要,随着社会经济的不断发展,科学技术水平的不断提高,人们的生活变得越来越便利,运动的机会越来越少,身体素质普遍不高,终身体育理念由此得到重视,并被规划到了大学体育教学工作当中来。终身体育理念从学生的角度出发,旨在有限的教育时间里,帮助学生树立终身受益的体育运动观念,进而养成健康的运动习惯,促进学生综合素质的提高。

1 终身体育观念在大学体育教学中的重要性

终身体育观念在大学体育教学中十分重要,学生除在体育学习中加强锻炼外,还在离开校园之后形成良好的终身锻炼习惯。体育运动在加强学生体魄的同时,还能提高学生积极向上的学习心态,并帮助其形成良好的心理素质。大学体育教学以终身体育观念为指导思想,是对现行大学体育教学体系的有效补充,能够促进体育教学革新,提高体育教学效果。在终身体育观念影响下,教师帮助学生确立终身体育锻炼的思维与习惯,提升学生在学习以及毕业之后的健康生活方式。在教育改革的不断深入中,大学体育教学也在不断完善中,而终身体育观念能够很好的完善体育教学体系,促进大学体育教学的生活化改革。在长期的大学体育教学中,我国很多高校都是比较注重技能的教学,但在终身体育观念的指导下,能够有效推进大学体育教学技能教学向思想精神教学的转变,从而对传统体育教学思想与模式进行革新。

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魄,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这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 不断对体育教学内容进行充实

高校在进行体育理论教学时,要不断对教学内容进行更新与充实,这就是需要充分了解学生的需求与兴趣,紧抓学生的心理,制定出符合学生需求与时代发展的课程内容。增加和学生之间的交流,让学生在理论学习强化终身体育观念。高校对教材内容进行选择与充实时,要与时俱进,加强体育欣赏等内容,选择学生有兴趣的内容,让学生在欣赏体育运动的时候,加强终身体育观念,进而激发学习兴趣。

具体操作步骤:第一,在体育教学中,适当增加理论教学的课程与时长。就目前来看,很多高校的体育教学主要以户外运动为主,缺少理

论教学课时,以此要加强对理论教学内容的充实。第二,在课程中融入终身体育观念。目前,高校在进行体育教学中,教师与学生的语言交流通常为对学生的错误动作纠正或者技能解说中,缺少对学生兴趣的培养。所以要合理对学生进行鼓励,并不断增强学生的体育锻炼兴趣,加强学生终身体育观念的形成,促进体育教学革新。第三,进行相关的体育理论知识考试,并将考试成绩纳入到年终考核中,从而促进学生对体育理论知识的学习。

2.3 帮助学生养成良好的体育锻炼习惯

终身体育观念作为指导思想要以融入到实践中,最终确立让学生形成终身体育锻炼习惯。只有学生将体育锻炼当作一种习惯,才能让学生在校园生活中以及毕业之后还能进行体育锻炼,这才是终身体育观念指导下的大学体育教学革新的目标与意义。比如,从大一一开始,高校就要有意帮助学生体育锻炼习惯的养成,可以让学生进行晨跑,并将其作为体育教学的考核内容。很多学生惰性比较大,这个方法可以有效促进学生对晨跑的热情,并在晨跑中强化学生体育锻炼习惯的养成。

2.4 提升学生体育综合素养

以终身体育观念为指导的大学体育教学革新,就必须在体育教学中强化学生综合能力的培养。教师在进行体育教学中,要制定好教学方案,时刻注意提升学生的综合能力,进而提升学生的创作能力与运用能力。第一,加强学生体育学习能力的培养。教师在进行体育教学中,要引导学生树立正确的价值观,通过与教学内容的有效结合,促进学生终身体育观念的额形成。在教学过程中,要让学生明白人与体育之间的关系,并在此基础上促进学生体育学习能力的培养。第二,加强学生体育创造能力的培养。我国很多高校的学生都比较缺乏体育创造性,而这也制约着学生的全面发展。因此,高校要为学生营造良好的体育学习氛围,并积极培养学生的体育创造能力。

3 结语

基于终身体育观念指导的大学体育教学革新探索是时代进步的要求,也是学生学习的要求。高校在终身体育观念指导下促进体育教学革新,首先要提高学生对终身体育观念重要性的认识,其次要在教学中帮助学生养成良好的体育锻炼习惯,并不断推进体育教学对学生需求的满足,进而促进体育教学革新,促进我国教育改革。

【参考文献】

- [1]耿红霞.健康中国背景下大学生体育核心素养的培养研究[J].武术研究,2020,5(08):129-130.
- [2]文永霞,赵宗俊.边疆民族地区大学体育课程思政研究[J].国际公关,2020(09):96-97.
- [3]金顶.新形势下大学体育教学改革存在的问题分析[J].花炮科技与市场,2020(03):53.