

Research on the “All-round” Education Mechanism of Public Sports in Ordinary Colleges and Universities

Zhihua Ou Hanping Liang

Hezhou University, Hezhou, Guangxi, 542899, China

Abstract

The “all-round” education mechanism of public sports is a suitable way for current sports education. Through in-depth research on the “all-round” education mechanism of public sports in ordinary universities, we explore how to optimize various aspects of public sports education to achieve the comprehensive development of students and the improvement of their overall quality. In the research process, attention should be paid to optimizing the teaching process, improving the quality of physical education teaching, and by improving the construction and maintenance of sports facilities and equipment, as well as implementing personalized physical education, schools can increase student participation and enthusiasm, promote comprehensive physical and mental development of students. At the same time, it is emphasized to encourage students to participate in sports competitions and activities, enhance their learning motivation and stimulate their potential.

Keywords

ordinary colleges and universities; public sports; education

普通高校公共体育“全方位”育人机制研究

欧枝华 梁汉平

贺州学院, 中国·广西贺州 542899

摘要

公共体育“全方位”育人机制是适合当下体育教育的方式,通过深入研究普通高校公共体育“全方位”育人机制,探索如何通过优化公共体育教育的各个环节,实现学生的全面发展和综合素质的提升。在研究过程中,关注优化教学环节,提升体育教学质量,借助改善体育场馆设施、设备器材的建设和维护,以及实施个性化的体育教育,学校可以提高学生的参与度和积极性,促进学生全方位的身心发展。同时,强调鼓励学生参与体育竞赛和活动,提升他们的学习动力和激发他们的潜能。

关键词

普通高校; 公共体育; 育人

1 引言

目前存在着一些学生对公共体育课程的不重视和不积极参与的现象,一些学生缺乏对体育活动的兴趣和热情,更倾向于把时间和精力放在学习或其他课外活动上,导致体育教育的效果不尽如人意。基于此,有必要开展针对普通高校公共体育的“全方位”育人机制的研究。通过研究该机制,可以探索更好的体育课程设置、教学模式和师资队伍建设,提高公共体育教育的质量和效果,满足学生的个性化需求,

【基金项目】广西高等教育本科教学改革工程项目(项目编号: 2023JGB380); 广西哲学社会科学规划研究课题(项目编号: 15FTY004)。

【作者简介】欧枝华(1984-),男,中国广西贺州人,博士,副教授,从事高校行政与高校体育教学管理研究。

促进学生在身体、认知、情感和社会等方面的全面发展。

2 普通高校公共体育“全方位”育人机制实施价值

2.1 增强学生体质素质

在普通高校中,实施全方位的公共体育育人机制对学生的身体素质具有重要意义。首先,通过体育锻炼,可以促进学生的身体发育和健康成长。定期进行体育锻炼有助于提高学生的心肺功能、肌肉力量和耐力,增强学生的身体素质,让他们更具活力和抵抗力,减少生病的机会。健康的身体状况对学生的学习效果有积极影响。研究表明,身体健康的学生更容易集中注意力、保持高效的学习状态和提高学习成绩。体育锻炼可以增加大脑中的氧气供应,改善血液循环,提高学生的反应能力和记忆力^[1]。因此,通过实施全方位的体育育人机制,可以帮助学生提高学习效率,取得更好的学习成果。体育锻炼也有助于培养学生的意志品质和坚持不懈

的精神。参与各种体育运动需要学生具备耐力、毅力和自律的品质，通过克服困难和挑战，学生可以培养自己的意志力和坚持不懈的精神。这些品质在学习和工作中同样是不可或缺的，通过体育锻炼提前培养这些品质，可以使学生更好地适应未来的挑战和竞争。

2.2 培养学生团队意识和协作能力

在普通高校的公共体育课程中，学生需要与同学进行交流、合作和竞技，这有助于培养学生团队意识和协作能力，提高他们的社交技能。参与体育活动可以让学生实践团队合作的重要性。在团体项目中，学生需要与队友密切合作，相互支持和配合，才能取得良好的成绩。这要求学生能够倾听和理解他人，尊重他人的意见，学会协商和解决问题。通过与不同性格和能力的同学一起工作，学生可以培养出团队合作的能力，摒弃个人主义，学会在集体中发挥自己的优势，达到集体目标。通过参与体育活动，学生还能够培养出与他人合作的良好沟通能力。体育课程提供了学生相互交流的机会，他们需要通过语言和非语言的交流方式，与队友和对手保持良好的沟通。这培养了学生的沟通能力和表达能力，让他们能够更好地与他人合作，共同解决问题和取得成绩^[2]。体育活动中的竞技和比赛也是锻炼学生团队意识和协作能力的重要方式。在竞技场上，学生需要与对手展开较量，为了获胜，需要发挥个人的才能，同时与队友合作并协调配合。这要求学生能够相互信任，互相支持，团结一致面对挑战。通过不断地竞争和合作，学生可以培养出团队合作的意识，提高他们在团队中发挥作用的能力。普通高校公共体育的“全方位”育人机制的实施有助于培养学生的团队意识和协作能力。通过团队活动、沟通交流、竞技比赛等方式，学生可以在体育课程中学会与他人合作、沟通与表达、协商解决问题，从而提高他们的社交技能和团队合作能力。这些能力对于学生未来的学习和工作中都具有重要价值。

2.3 培养学生的体育兴趣

在普通高校的公共体育课程中，通过丰富的体育项目和多样化的运动活动，可以激发学生对体育的兴趣和热爱，鼓励他们积极参与体育活动，从而提高学生的身心健康水平。体育活动提供了学生展示自己能力和特长的机会。通过参与各种体育运动，学生可以发现自己在某个运动项目上的潜力和优势，并且得到教练和同学的认可和赞赏。这种积极的反馈和成就感可以激发学生对体育的兴趣和热情，鼓励他们投入更多的时间和精力去探索和发展自己在体育方面的才能。丰富多样的体育项目可以满足学生个体差异和兴趣爱好的需要。不同的学生对于不同的体育项目可能有不同的兴趣和喜好，在公共体育课程中提供多样化的运动项目可以满足学生的多样需求。这样，每个学生都有机会找到自己感兴趣的运动项目，从而更容易享受体育活动并坚持下去。通过体育活动，学生还可以体验到运动的乐趣和快乐。体育锻炼能够释放身体积聚的能量，提高学生的情绪和心理状态，

让他们感受到身体的活力和快乐。体育活动也提供了放松和调节压力的机会，有助于学生舒缓压力和焦虑，保持良好的心理健康。通过培养学生的体育兴趣，公共体育课程不仅能够提高学生的身体素质，还可以激发学生对体育的热爱和投入度。这不仅对于学生个人的身心健康有积极的影响，也有助于他们以后终身参与体育活动，享受运动带来的乐趣和好处。

2.4 培养学生全方位能力

在普通高校的公共体育教育中，不仅仅注重学生的身体素质提升，还注重培养学生的认知、情感、社会等多个方面的能力，促进他们的全面发展。公共体育课程有助于培养学生的认知能力。通过参与各种体育运动和游戏，学生需要学习和掌握不同的规则、战术和技能。这要求他们具备观察能力、分析和判断能力，以及灵活运用知识和策略的能力。通过运动中的认知挑战，学生可以提高他们的思维能力和解决问题的能力，培养出创新和适应力。体育活动有助于培养学生的情感和心理素质。体育锻炼可以帮助学生发泄负面情绪、缓解压力，提升心理健康水平。同时，体育活动也鼓励学生培养积极向上的情感，如毅力、自信、团结等。通过面对挑战、克服困难和取得成就，学生可以建立自信心和自我价值感，培养积极乐观的心态。公共体育教育还有助于促进学生的社会素养。在体育活动中，学生需要与他人合作、竞争和共同成长。通过与同学和教练的互动，学生可以学会尊重他人、团结合作、分享和关心他人。这些社交技能对于学生未来成为社会人员和职业人员至关重要，通过体育活动的锻炼，学生可以更好地适应社会环境并与其他人建立良好的关系。

3 普通高校公共体育“全方位”育人机制实施策略

3.1 多样化的体育项目设置

在普通高校的公共体育课程中，通过设立多个体育项目，可以满足学生的多样化需求，鼓励他们参与更广泛的体育活动。为了满足学生的兴趣和喜好，可以设立多种运动项目，如篮球、足球、排球、田径等。这样，每个学生都可以找到自己感兴趣的项目，从而更容易享受体育活动并坚持下去。此外，学校还可以设立一些新兴的运动项目，如健身训练、瑜伽、攀岩等，以吸引学生尝试新的运动方式，扩展他们的体育经验。每学期的体育选修课应该有一定的变化和更新。学校可以根据学生的反馈和需求，增加一些新的选修项目或者改变一些原有项目的形式，以保持体育课程的新颖性和吸引力^[3]。学生可以在每个学期中选择自己感兴趣的项目来学习和锻炼，这有助于激发他们的兴趣和热情。多样化的体育项目设置还可以提供更丰富的体育锻炼机会，促进学生全面的身体素质提升。不同的体育项目可以锻炼不同的肌肉群和体能，从而全面提高学生的耐力、力量、速度、柔韧性

等方面的能力。这样,学生可以通过参与多种运动项目,全面发展自己的身体素质,提高综合运动能力。为了实施这一策略,学校需要充分调研学生的兴趣和需求,在制定课程计划时考虑到不同学生群体的特点。同时,需要安排专业的体育教师来指导和教授不同的体育项目,确保学生在体育活动中得到专业的指导和培训。此外,学校还需要投入资金和资源,提供相应的场地、设备和器材支持,确保各种体育项目的顺利进行。

3.2 激励教师创新教学方法

为了提高公共体育教育的质量和效果,关键在于指导教师采用创新的教学方法和策略,引导学生在体育运动和健康管理方面得到更专业、更有效的教育。教师应该不断地从学术领域了解和学习新的教学方法和技能,采用多种创新的教学方法来引导学生学会体育运动和健康管理方面的知识和技能。例如,教师可以采用互动式教学、小组讨论、实验等方式,让学生更主动参与学习过程。这些互动式的教学方式可以增强学生的学习动力和自主性,从而激发他们更深入地学习和掌握有关健康和运动的知识。指导教师应该在体育教育中注重探究和发掘学生的个性潜能,通过不断创新的教学方法引导学生探索其潜能,激发其对各类运动项目的热情。例如,在运动专项训练中,教师可以针对学生的身体素质、兴趣和天赋等方面不同进行量身定制教学方案,充分发挥每个学生的潜能和优势。指导教师应该注重探索和引导学生在各类运动项目中发现自己的潜能和激发自己的热情。同时,学校也需要提供必要的设施和资源,如数字教学资源、教学设备及指导教师培训等,以确保教师拥有相关技能和知识来引导学生进行全方位体育教育。

3.3 注重体育场馆设施和器材的建设和改善

为了实现公共体育“全方位”育人的目标,学校应该致力于完善体育场馆设施、设备器材的設置和维护,并提高体育教师的教育水平。学校应该注重体育场馆设施和器材的建设和改善。合适的体育场馆和器材设施能够提供更好的学习环境和体育锻炼条件,为学生提供安全、舒适的运动场地。学校可以考虑建设标准化的体育馆、足球场、篮球场、田径场等,确保设施的多样化和适应不同体育项目的需求。学校还需要保持设备器材的良好状态,进行定期检修和维护,以确保安全和有效地使用。提高体育教师的教育水平是提升体育教学质量的关键。学校可以加强师资队伍的培养和引进,

招聘具有专业知识和经验的体育教师。教师还应该接受持续的专业培训,提高他们的教学技能和知识水平学校还可以鼓励教师参与体育教学研究和教学方法的创新,通过教师的积极参与和努力提升体育教学的质量。学校应该注重提供个性化的体育教育。体育教育不仅仅是指传授技能和知识,更要注重每个学生的个人发展。学校可以根据学生的身体素质、兴趣爱好和能力水平,进行个性化的指导和培养。通过量身定制的教学计划和不同难度的体育任务,帮助学生发展他们的潜力和优势,提升综合能力。

3.4 创造良好的学生体育文化氛围

在学校内,利用宣传和组织各类体育活动和比赛,增强学生对体育锻炼的内在动力,使体育活动成为校园文化和学生生活的重要组成部分。同时,加强校园体育知识的普及和宣传,让更多的学生认识到体育运动的重要性,从而建立良好的学习与生活习惯,促进全方位的个人成长。学校应该加大体育设施建设投入,提供先进的教学场所和器材设施,同时还需要增加体育教师的数量和素质,以确保体育教育的高质量实现和推进学校体育事业的繁荣发展。

4 结语

探索优化公共体育教育的各个环节,实现学生全方位的身心健康和综合素质的提升,可以激发学生的学习动力和兴趣,促进他们的全面发展和综合素质的提升。学校需要重视个性化的体育教育,根据学生的身体素质、兴趣爱好和能力水平,进行量身定制的教学计划和指导,提高学生的积极性和参与度。学校还需加强与学生、教师和家长之间的沟通和合作,实现教育的共同发展。希望这项研究的结果可以为普通高校公共体育教育的改善提供有价值的启示,不断推动教育改革和提高学生的综合素质,建设更加健康、有活力和富有创新力的社会。

参考文献

- [1] 王浩,袁红,冯洪恩.普通高校公共体育课实施课程思政同向育人研究[J].昌吉学院学报,2021(4):95-98.
- [2] 张桂玲,张萍.基于“三全育人”理念的高校课程思政与公共体育教学融合路径研究[J].体育画报,2021(13):152-153.
- [3] 王志强,段永刚.基于“全空间育人”视角的高校公共体育空间设计与实践——以西安欧亚学院为例[J].文体用品与科技,2023(14):123-125.