

Discussion on the Teaching Reform and Innovation of College Physical Education and Health Curriculum

Yinqiao Mao Yun Yang

Dali Vocational and Technology College of Agriculture and Forestry, Dali, Yunnan, 671099, China

Abstract

The paper focuses on the curriculum objectives and curriculum content, it focuses on some problems in the current reform of physical education in Chinese college, combined with the current situation of physical education in China, puts forward the teaching reform strategy of college physical education and evaluates the effect of the implementation of the curriculum for reference.

Keywords

college physical education; health curriculum; teaching reform

论大学体育与健康课程教学改革与创新

毛银桥 杨云

大理农林职业技术学院, 中国·云南大理 671099

摘要

论文以课程目标、课程内容为核心,着重探讨了目前中国大学体育课程改革存在的一些问题,并结合中国大学体育发展现状,提出了大学体育课程教学改革策略,对课程实施效果进行了评估,以供参考。

关键词

大学体育;健康课程;教学改革

1 引言

在经济的快速发展下中国在各个领域内都展开了改革措施,而教育作为中国的核心事业更是经历了三十余年的改革。就现阶段而言,中国在经济和科学技术上的发展成果已经较好地促进了这些领域的发展,带来了许多新型科技产品,在生活水平和便捷程度的提高下,人们开始减少体育活动。特别是对高校学生而言,根据相关报道,大学生的身体素质正在逐年下滑,这显示出中国教育事业的缺陷,学生身体素质存在缺陷,这也体现出中国高校体育教育有漏洞。因此,为了提高大学生身体素养,这就需要加强大学体育与健康课程教学的改革和创新,确保中国大学生能够在德、智、体、美、劳等方面全面发展,论文即以此为核心展开探讨。

【作者简介】毛银桥(1988-),男,中国云南大理人,从事体育教育及运动竞技研究。

2 中国体育与健康课程的改革现状

2.1 教学理念的研究

随着时代的发展,人们开始逐渐认识到健康的重要性。在中国高校,教学对体育课程的观念发生了根本性的变化,改革思维成为各高校开展体育教学的主流,“健康至上”“以学生为本”和“终身体育”等一系列的课程理念已经被人们接纳并应用。为了能够全面贯彻落实《学生身体健康标准》,中国高校教育应用了“阳光体育”的概念,确保体育运动能够被大学生群体所接受,使大学生群体能够更加健康地生活,养成良好的习惯,以更加积极的生活方式完成大学学习和生活,并让体育活动能够与学生生活产生紧密联系,使学生能够一生受益^[1]。

2.2 教学目标的研究

随着中国高校在体育教学以及课程改革工作中的不断落实,中国也开始了对体育课程目标研究与创新。随着《全国

高等学校体育课程教学指导原则》的落实,在近二十年来中国高校展开了多元化改革,建立起多目标的教学体系,并以个性化课程为主要的途径来满足学生的个人发展需求。可以说,现阶段中国高校的体育课程将更加注重对学生个人发展的关注和满足,落实以价值为取向的教育体系,丰富教育目标。同时,随着“三位健康观”的应用,高校的体育课程将更加具有可操作性。通过对学生心理健康的保护以及社会生活目标的应用,学生将更加具备可持续发展的能力,建立起更加健全的人格^[2]。

2.3 教学内容的研究

实际上在20世纪,中国高校的公共体育课程还被称为“体育与保健”,这也是现阶段中国“体育与健康课程”课程的源头,而开展改革的过程中,中国高校的体育与健康课程开始以课程内容为导向。各高校针对自身的需求制定课程目标,并以此为核心规划体育课程的具体事项,一般来说,课程内容的重点可以分为三个级别,1级和2级主要针对提高学生体育课程中的积极性与兴趣,确保学生可以正常开展体育活动,或者是举办相应的竞赛。3级则更多的是个性化教学,以学生的体育爱好为导向,减少笼统的学习内容,使得学生可以自己选择喜爱的体育类别。当然,在此阶段,学生对自身所选择的一两个运动类别进行专业性的学习,锻炼运动技能,从而发挥自身的特长。

2.4 教学方法的研究

近年来,中国共产党和国家非常重视针对于大学生的体育教育工作,十分看重学生的身体素养的培养,并发布了一系列规范文件来针对于体育课程教育进行规定。就目前来看,学生身体健康素养下降的问题依然存在,学生的身体健康意识也不高,这也就说明了中国的体育和健康课程开展效果较差。同时,随着学生规模的增大,体育教学场所和运动器材依然还存在缺失的情况。为了应对这种现象,很多地区和高校开始针对于自身的课程进行创新。例如,华东师范大学使用视频课程进行教学,利用教师的语言为学生构建教学体系^[3]。

2.5 教学评价的研究

在传统体育课程教学评价工作中,由于学科理解和教学理念的原因,评价内容更多的则是关于身体素质,包括一些对知识素养的评价。在新课改下,现阶段教学评价工作应该从学生实际情况出发,以学生的身体素质、心理健康和社会

健康三方面的内容为核心,加强对体育活动过程的态度、参与程度和学习情感的评价,建立相应的评价目标。就目前来看,教学评价主要是以定性评价和定量评价结合的形式,加强相对性评价、形成性评价、总结性评价、层次性评价和整体性评价、价格性评价、身体素质评价等,并加入学生的自我评价和相互评价相结合,确保多方面的教学评价。

2.6 面临的主要问题

在中国目前的高校体育教学中,大多数高校虽然表面上是以“健康第一”为展开的教学内容,但是大多数学生在毕业后依然不具备熟练的运动技能,更加说不上有多好的体育素养和习惯。可以说,目前高校内部的体育思维和内容体系都有很大的缺失,教学模式落后,考试也只是流于形式。各地高校没有针对于实际情况进行分析,整体格局上过于呆板,无法提高学生学习的积极性。另外,高校也没有针对于心理、社会健康、内容创新、个性化需求等诸多方面进行考虑,没有做到因材施教,考核过程也过于重视规章制度。最后则是体育场馆的建设较差,体育设备和仪器储备量较低。

3 中国大学体育与健康课程的创新对策

3.1 提高可操作性

体育与健康课程实际上要想更好地落实具有一定的难度。要想更好地落实改革,高校方面必须保证课程改革具有一定的可操作性,教师要积极提出自身的建议和意见,并且相应的策略只有在教师认可和接受之后才能展开教学,在改革的过程中要积极以学生为核心,改变教师为中心,建立起更加具有互动性和融洽性的师生关系,提高学生课堂学习效果。学生可以个性化地去选择相应的课程,甚至可以选择任课教师和学习时长,使得每一个学生都能够学习自己喜欢的课程,满足学生自身的发展需要^[4]。

3.2 建立评估机构

体育与健康课程的教学评价工作十分重要,高校方面要着重针对学生的学习积极性、学习效果、参与度、学习表现等加入到学习评价工作中,将上述提到的各种评价方式结合起来,建立起完善的评价指标,要针对学生多方面的体育健康与学习指标进行评价,注重学生个体的纵向比较。当然,为了能够提高学生的积极性,还需要不断激励学生。高校要以上述工作为基础,建立起对体育课程的评价机制和反馈通道^[5]。

3.3 加强体育设施的建设

高校的体育场馆以及相应的体育器材与学校的体育教学有着十分紧密的联系,在高校体育教学中的体育训练、科研活动、体育竞赛等都需要在体育场馆中进行,但是因为体育场馆本身的运营和维护费用较高,将会为高校形成一定的压力。中国高校可以将体育场馆的建设承包给第三方企业,引进社会资金,通过外界资源修建和维护体育场馆,节省学校的开支费用,使高校体育建设可以更好地发展,也使得高校体育资源能够被充分的利用^[6]。

3.4 提高地方高校在体育教学中的自主权

实际上,地方高校在开展体育课程教学的过程中是缺乏一定的自主权的,很多高校都是按照当地教育部门和国家的相应要求来进行课程建设,而对于教师的要求也大多都是千篇一律。实际上,体育课程的创新工作并不是一蹴而就的,也不是通过统一规定就能够达到较好成果的,其更需要的是高校本身在体育课程上的研究衍生而来的。

第一,高校必须针对自身的教育环境进行分析,如在地理环境的分析中,中国某些沿海城市的体育课程改革和创新就可以充分的应用沿海的特点,开创游泳、帆船等一系列具有沿海特色的教学项目,这也可以提高学生自身的学习兴趣。

第二,一定要保证体育与健康课程教学目标落实,高校方面必须重视学生自身的发展,尊重学生自己的个性和特长,在教学上提高针对性和可操作性,而在课程计划上应该加入学生的自我规划和自我发展,根据学生的具体需求和学校在财政、师资、教学环境等多方面的情况制定出更加适合学生自身职业道路和社会道路发展的教学目标和教学规划。

3.5 提高大学体育与健康课程的内容建设

实际上,大学教育相对于高中、初中教育具有更大自由性,而在体育教学内容上也是如此。上述已经提到了,大学

的体育与健康课程教育是建立在学生自我发展和自我喜好基础上的,尊重学生的个性发展和以学生为主体进行发展一直是高校教育的主流所在,所以学校方面必须保证体育与健康课程教学内容能够多元化和多样化,设计好相应的选修科目,要积极丰富自身体育课程的内容,尽量完善相应的知识体系,使高校的体育与健康课程发展为多专业化、多学科的知识体系。当然,高校在课程内容上应该设置与学生们的现实生活紧密联系实际,这就需要高校方面能够结合实际情况,利用相应的教学资源,综合多学科的知识为学生带来更多的体育与健康知识。

4 结语

综上所述,论文探讨了关于大学体育与课程的改革与创新要点,针对目前中国高校体育课程改革的五个方面进行了阐述,并提出了相关建议以提高创新力度的高校体育课程建设。由于篇幅原因论文还存在一定的不足之处,希望能够对相关人士提供参考。

参考文献

- [1] 黄永飞.论大学体育与健康课程教学改革与创新[J].江西教育学院学报(综合),2006(06):76-78.
- [2] 熊国胜,章静.略论大学体育教学改革与创新[J].中国校外教育(理论),2008(01):143.
- [3] 郭文彪.论大学体育教学的改革与创新[J].沈阳工程学院学报(社会科学版),2007(03):460-461.
- [4] 黄召宾.新课程背景下体育校本课程文化的反思与重建[D].哈尔滨:东北师范大学,2017.
- [5] 乐玉忠.论大学体育教学模式的改革与创新[J].学术交流,2012(S1):217-218.
- [6] 李彦民.创新教学模式在高校体育篮球公选课中的应用研究[D].太原:中北大学,2016.