

New Measures to Improve the Teaching Quality of Taekwondo in Colleges and Universities

Jinliang Qi

Jiangxi Tourism and Commerce Vocational College, Nanchang, Jiangxi, 330000, China

Abstract

Taekwondo has been widely developed in the physical education of Chinese colleges and universities. Because of its combination of technology and morality, it has been welcomed by many students for its unique characteristics of self-defense, self-cultivation and fitness. However, there are still some shortcomings in taekwondo teaching at present. In view of this situation, the paper briefly discusses the significance of Taekwondo teaching and analyzes the current problems in Taekwondo teaching in colleges and universities, and puts forward new measures to improve the quality of Taekwondo teaching in colleges and universities.

Keywords

colleges and universities Taekwondo; teaching quality; new measures

提高高校跆拳道教学质量的新举措

戚金良

江西旅游商贸职业学院, 中国·江西南昌 330000

摘要

跆拳道运动在中国高校体育课堂教学中得到了广泛的发展,因其把技术与道德相结合,以其独特的防身、修身、健身特点受到了众多学生的欢迎。但目前阶段的跆拳道教学仍然存在着一些不足。鉴于此种情况,论文简要论述跆拳道教学的意义和分析当前高校跆拳道教学中存在的问题,从这些问题出发探讨提升高校跆拳道教学质量的新举措。

关键词

高校跆拳道; 教学质量; 新举措

1 引言

通过查阅资料发现,中国对跆拳道教学的研究时间开始较早,但真正开设这门课的时间较短,缺乏这方面的教学经验。一些学者的研究方向主要集中在跆拳道教学的意义、教学方法、训练方法及其他教学改革的思考上面,形成了较为丰富的理论研究成果。但由于大学生年龄、性格与其他因素在发生变化,大学生需求更加多样化。所以,如何走出一条将跆拳道教学与健康教育相结合的教学新道路已是教学发展的必然要求。

2 跆拳道教学的意义

首先,跆拳道是一项兼具竞技性与人文性的内外兼修的运动,它将技术与道德相结合,具有防身、健身、修身等特

性。在一定程度上能很好地提升学生的身体素质,培养学生的竞技精神。其次,跆拳道融合了礼仪、廉耻、忍耐、克己和百折不挠的精神,讲究技术和道德的双重修养,所以学习跆拳道能提高学生的道德修养,培养谦虚礼让的品质。最后,在大学体育课堂开设跆拳道项目,能丰富课程内容,还能将跆拳道教学与健康教育结合起来,提高学生的综合素质^[1]。

3 现阶段高校跆拳道教学存在的不足

现阶段,很多高校的跆拳道教学正在如火如荼地开展,在一定程度上培育了学生的健康生活方式和人生态度。但是,高校跆拳道教学仍然存在着不少的问题,所以仔细分析和研究这些不足,进而探讨有针对性的分析其教学质量并提出改进跆拳道教学的策略。

3.1 轻视了理论教学,使学生对跆拳道认识不深

体育教学区别于语文、数学、外语等文化课教学,一般

【作者简介】戚金良(1982-),男,中国江西南昌人,本科学历,助教,从事跆拳道教学研究。

都在室外或体育室进行教学活动。由于跆拳道教学的特点,很多教师只是注重学生跆拳道实践能力的教学和技巧的掌握,而轻视了跆拳道理论的教学,即跆拳道学习的意义、目的、和用途,忽略了跆拳道包含的人文意义。显然,这种流于表象和片面的跆拳道教学与时代赋予我们的任务不相符合。另外,由于跆拳道传入中国的时间并不长,对跆拳道思想上的认识不够深刻,一些人觉得女生不适合跆拳道,觉得技术要求和身体素质要求较高,对自己缺乏信心。在多种因素影响下,学习跆拳道的生源也较少,教师缺乏教学热情^[2]。

3.2 教师专业水平不高

在跆拳道的课堂教学中,很多教师专业水平不够高,在很多高校中都是由体育教师代为上跆拳道课程,而不是跆拳道领域专业的教师。因此,造成他们对学生跆拳道动作的规范化不够,缺乏对理论知识专业化的讲授。

3.3 没有系统的教学方法

跆拳道学习讲究“手脚并用,以脚为主”,而在实际教学中,教师大多只注重学生腿法和实战的训练,讲授一些格斗防卫的技巧,而忽视了教学的系统性。大多教师采用千篇一律的传统教学方法,即开始、讲解、练习、结束这个教学模式,没有系统性研究过教学方法,也没有全面了解每个学生,甚至高校很多选修跆拳道的学生教师对其名字都叫不出来,教师做不到因材施教,这显然不利于学生的全面发展。另外,传统的教学方法无论是在教学内容上还是教学形式都存在着很大的限制,使学生觉得其课程内容枯燥呆板,不利于学生对其学习的认知。

3.4 训练场地及器械硬件设施不完善

目前很多高校开设有跆拳道课程,但实际上,很多学校跆拳道教学场地环境稍差,大部分缺少跆拳道专用的训练场地,而在操场上或塑胶跑道上上课,安全系数差,这样极易出现摔倒情况。跆拳道教学不仅需要专门的训练场地,还需要专门的跆拳道训练服、垫子、身体护垫及其他装备,很多学校不具备这些条件,在一定程度上影响了跆拳道的教学质量。

4 提高跆拳道教学质量的新举措

4.1 更新教学方式,注重其中的人文意义

不同于文化课的教学,跆拳道教学主要在于实战,但其必要的理论文化知识对于后续的跆拳道学习是十分必要的。

因此,在开始实际训练时,由教师导入一些跆拳道的发展历史、学习跆拳道的意义,然后再由教师演练每个动作再由学生去主动练习,在练习过程中教师应纠正每个学生的非标准动作。运动带给我们的不仅是外在的体育技能,更是其中的体育精神和文化内涵,更因为如此,体育才能亘古不变的一代又一代传承下去,跆拳道亦如此。高校的跆拳道并不存在竞技性,应该是除使学生在练习过程中掌握必要的跆拳道技能外,更要求学生学会在练习跆拳道的过程中不断思考和感悟,体会其中的礼仪规范、体育精神、文化意义、哲学等精神内涵,这是比学习跆拳道技能更关键所在。因此,要求教师一定要在教学过程中转变更新学习方法,优化教学模式,注重对学生精神的培养。

4.2 加强教师的专业队伍建设

当前很多高校的跆拳道教师不是专业的而是一些体育教师或稍微接触了一些跆拳道的教师。因此,为了提高跆拳道教学质量,学校要尽快加强教师的教学水平和对跆拳道的文化修养,可通过以下方法提升教师的专项技能。

(1) 高校开展一些相关教师的讲课与评课活动。

(2) 组织本校教师到其他跆拳道开展情况好的学校进行学习,并与相关教师交流教学经验。

(3) 对教师的专业技能进行考核培训。

通过以上方式可在一定水平上加强教师队伍的专业性建设,提升他们的综合素质,进而提高跆拳道教学质量。在这个过程中,要求教师同样要重视技能以外的东西,要真正带领学生领悟“道”,领会其中深层次的意义^[3]。

4.3 让学生真正了解跆拳道的内涵,激发学生的热情

当前,跆拳道虽然进入了高校课程,但被很多同学列入了副科或选修课的行列,对其学习缺乏信心和热情,只是完成表面任务而缺乏对其深层次的了解。然而,前面也谈到在学习跆拳道的过程中,可以有效增强学生的道德素质和文化修养。因此,这就要求教师在教学过程中,要在教学内容中反复渗透这一点,但要学会用对方式融合,不然也会引起学生的反感。例如,可以组织观看一些大型的跆拳道比赛,让学生切实感受到跆拳道比赛的意义。

4.4 关注个体差异,分层教学

《体育与健康课程标准》中提到“以学生发展为中心,尊重学生的主体地位,关注个体差异与不同需求”,所以在

跆拳道教学中,在个体差异不同的情况下,根据学生的身体素质、兴趣爱好、学习能力、性格特点将学生分成不同的学习层次,制定不同的学习目标和学习内容,最终使每个学生都能进步和成长。高校跆拳道并不存在竞技性,所以不需要每个学生都能达到超高的技术水平,只需学生能尽可能知道更多,尽可能更多了解和领悟其中带来的人文内涵。这也充分符合了新课改要求的“因材施教”理念^[4]。

4.5 加大硬件设施的投入力度

目前,很多高校的跆拳道训练场地和器械都不足,这就要求学校要加大硬件设施建设投入的力度,完善训练场地和齐全器械设备,也可组织参加一些跆拳道比赛与社会接轨,引起社会关注,带动社会各方面的支持等,从而为学生创造一个良好的学习条件和环境。

5 结语

总而言之,跆拳道无论是对于我们的身体素质还是身心

发展都有着重要的意义,它既可以锻炼身体,还是实用的防身术。纵然现阶段高校跆拳道教学存在一些问题,但如何提升其教学质量和让学生领悟感受并且学习其中的人文素养是目前我们正在努力研究的方向,相信在不久后,高校跆拳道教学定能实现蓬勃生机的有序发展。

参考文献

- [1] 王乐.影响高校跆拳道教学的主要因素及优化对策[J].体育风尚,2017(04):90-91.
- [2] 高东清,武军.提升普通高校跆拳道选修课教学质量的策略研究[J].学周刊,2014(13):21.
- [3] 马福兴.浅析提高高校体育跆拳道教学质量的策略研究[J].教育教学论坛,2018(45):107-108.
- [4] 伊翠苹.提高高校跆拳道教学质量的策略研究[J].辽宁师专学报(自然科学版),2013(02):64-66.