

高校公共体育课程的整体优化研究

——以吉林大学珠海学院为例

陈昌盛

吉林大学珠海学院体育科学学院

DOI:10.32629/er.v2i7.1924

[摘要] 针对吉林大学珠海学院公共体育课程的现状,从教学理念、教学指导思想、教学项目设置、分层次教学、体育协会等方面提出公共体育课程整体优化的建议,以期为高校公共体育课程改革的理论研究和实践操作提供一定的参考。

[关键词] 高校;公共体育课程;课程改革;优化

吉林大学珠海学院公共体育课程经过十多年的发展与改进,已经基本形成了相对固定的体育教学形式,但在实践过程中也存在一些问题,阻碍了公共体育课程更好的发展。本研究在秉承我校公共体育课程传统的基础上进行细节的优化,以建立人性化的教学理念,确立“终身体育”、“求知创新”、“健康第一”的体育课程指导思想,建立开放、自主、体验的体育课程,为改革目标。从宏观层面对高校公共体育课程进行系统分析,对现存课程体系进行整体优化与创新,力图构建一个理论依据充分、实效性和可操作性强的普通高校课程体系,以此来更好地培养学生积极主动参与体育锻炼的习惯,促进学生个性发展,培养学生良好的体育道德、互助意识及团结协作的学习精神。

1 我校公共体育课程现状

我校共有专职体育教师34名,负责全校公共体育课教学、体育科学学院专业课程教学等任务。多年来学校一直非常重视公共体育课程,在发展中不断完善公共体育课程教学模式,并积极探索适合广大学生特点和需求的体育教学模式。按照国家相关要求大学体育课程为必修课程,面向我校大一、大二学生开设,并针对大三学生开设少量体育相关课程选修课,所开设项目均为通俗大众体育项目,以培养运动兴趣爱好、运动技能的学习与提高、养成体育运动健身的习惯为主。

2 整体优化的方案

2.1 教学理念、指导思想的更新

2.1.1 树立人性化体育教学理念

在我校具体的教学过程中,应该逐步摆脱旧有的灌输式的教学方式、以教师为中心的思想以及不充分考虑学生实际需求的选课、学习形式,逐步实现在整个体育教学过程中,充分注重人性要素,以充分挖掘人的潜能为主要目的,在体育课课程设置、评价方法、教学过程等各个环节,摆脱传统的灌输式教学方式,坚持以学生为中心,营造温馨、和谐、平等的教学氛围,根据不同学生体质和体能情况,将学生的自由、尊严及终极价值联系起来,让学生在教学过程中实现各项素质、各种能力的提升,促进学生的全面发展。

2.1.2 确立“终身体育”、“求知创新”、“健康第一”的体育课程指导思想

新时代高校体育应该从社会发展对大学生体能的要求,以及体育教学的功能出发,确立以“终身体育”、“求知创新”和“健康第一”为指导思想,逐步由过去的习旧不创新以传授学习技术为中心,到现在的习旧创新以增强体质健康为中心,转变到求知创新以健身、培养运动兴趣爱好为中心,因此高校体育应增强体质为中心向健身为中心转移,从而实现身体教育与健康教育的有机结合,并通过课内和课外的学习与锻炼,使得学生养成运动、健身的习惯,从而达到“终身体育”的目标。

2.1.3 建立开放、自主、体验的体育课程

在现在开放的教学资源与教学环境条件下,大学生能够根据自己的需求自主地选择体育课程学习内容、学习时间和学习方式,在运动体验中提高体育运动意识,强化体育自主学习与练习能力,而自主学习能力的提高又是终身体育能力发展的基础。因此,大学生在高校体育教学开放情境的环境下,实现自主与体验将促成心灵世界的开放,使体育成为他们的生活变成一种主动、自然、自身的需求。通过开放、自主、体验及互动的体育教学过程,使学生具备良好的体育参与意识,获取丰富的体育经验,使学生有愿望并有能力持续终身的体育运动经验,从而达到大学体育课程的最终目的。

2.2 优化方案的具体内容

2.2.1 完善自主选课模式

通过调研发现,学生在选课的时候需要更大的自主性,应尽可能满足学生的选课需求。通过完善,目前我校大一学生为固定上课时间,学生可以选择上课项目、任课老师,大二学生可以自主选择上课时间、上课项目、任课老师,该模式受到学生的好评,能充分发挥学生选课的自主性。同时,由于我校学生人数众多,大一、大二学生在不同时间进行体育选课能充分减少“网络堵塞”,让更多的学生能顺畅的完成体育选课。

2.2.2 完善课程项目设置,以大众化体育项目为课程主导

由于学生的主观的运动喜好,对于一些学生比较喜欢的

课程项目经常出现“抢不上”的情况,对此,我们通过调研,找出大多数学生喜欢的几个项目,并通过大数据分析学生选课的情况,同时结合我院师资、场地情况,对一些学生比较喜欢的项目课程实行多开课,使得更多的学生能够选上该课程。

2.2.3非大众项目逐步推入相关大学生体育协会

由于非大众项目受益学生侧面较窄,为了更好的调动这部分学生的积极性,既让由此特长的同学能有展现实力的舞台,也让有此兴趣爱好的同学找到平台,诸如轮滑、定向越野、毽球、街舞等非大众项目,应逐步成立相关项目的大学生体育协会,使得有此兴趣和爱好的学生在协会里实现自己的体育梦想。

2.2.4加强体育协会的扶持、管理与发展,让体育课程全方位的向体育协会延伸

大学生相关项目的体育协会是体育课程向课外延伸的良好载体,要想基本学会某一项运动技术、健身方法与培养“终身体育”意识,单靠体育课程的教学是不够的,体育协会就是体育课程的课外延伸,在体育协会中既能让有特长的学生有“用武之地”,也让有运动需求的学生找到继续学习、练习、提高的平台,同时体育协会,也是学院相关项目校队选拔与提高的场所,因此体育部门应加强协会的管理,组织学生建立相关项目协会,指导教师全方位的指导与培训,让体育协会发挥出最大的作用。目前我校体育项目协会数量众多,在指导老师的带领下发展势头良好,各协会定期举办相关活动。诸如足球、篮球、排球、乒乓球、网球、羽毛球等大众项目协会不仅定期举办联赛,还有面向基础较差学生的提高与培训,极大的推动了体育运动在校内的发展。

2.2.5逐步实行体育课程分层次教学

由于我校体育课程目前没有实现全部分层次教学,在一个教学班级中学生的实际水平差别较大,在这样的一种实际条件下,由于学生现有基础的差异,很难做到因材施教,实际学习、练习、健身效果欠佳。因此,应该逐步推行体育课程分层次教学,让不同水平层次的学生在不同的上课班级上,从而提高学生的学习积极性。目前,在任课老师较多的足球、篮球、乒乓球、网球、羽毛球、体育舞蹈、健美操等课程上,我们正在实行班级内分层次教学,对于不同水平层次的学生我们实行不同的练习提高方法,让不同水平的学生都能在体育课程内取得进步并掌握相对应水平阶段的练习方法。

2.2.6丰富校园体育竞赛与文化活动,突出学校体育竞赛与文化特色

以体育教学优化与改革为抓手,以体育科学学院体育教育专业学生为辅助组织群体,丰富课外体育活动为主要手段,结合学校自身特点,组织多种多样的体育竞赛与文化活动。主要以在学校现有的田径运动会、体育健身嘉年华的基础上,

充分利用课外活动时间、最大限度的发挥校园体育活动空间,通过开展各类体育竞赛、趣味体育游戏与拓展、体育文化讲座、体育知识竞赛等形式,构建校园体育竞赛与文化交流平台,营造良好的校园体育氛围。

2.2.7教学过程中充分发挥学生的主体作用

传统教学思想认为教师是教学的中心,而体育课教学改革的最终目的是为了让学生更好地掌握体育理论知识与运动技能,使学生具有良好的体魄和终身体育的意识[4]。从这个意义上讲,在体育课程优化完善体系中应该特别强调体现学生的主体性,确定学生在体育教学中的主体地位,发挥学生的主体作用。在具体教学中,教师应该精讲多练,主要目的是让学生掌握动作的同时进行更多的练习,并使用趣味性与多样性的练习方法与手段,让学生在主动去练习的同时也掌握了提高的方法。

3 启示与思考

通过近几年我校的公共体育课程的改革实践使我们对以下几点启示:以学生为中心,以人为本,满足学生合理的需求是考虑体育课程各项工作的基本出发点;课程内容和教学要及时推陈出新,跟上当代体育发展步伐,及时适应学生不断发展的体育运动需求,同时要逐步建立学校的优势体育项目品牌,指引学校体育发展大方向;要继续增强服务意识,在教学的各个环节为学生提供指导,多从学生的角度思考问题,继续做好服务学生角色;不断深入探讨体育课程在新时代的地位和作用,认清当前大体育形势,以北京举办冬奥会为契机,让体育以及体育课程在高校更快更好的发展。

[参考文献]

- [1]胡春雷.从体育转型看高校体育教学的现状与改革[J],北京师范大学学报(社会科学版),2000(4):109-115.
- [2]刘坚,中国大陆基础教育课程改革[M],北京:北京师范大学出版社,2001:43.
- [3]王宗平,庄惠华.大学体育教学内容适应性发展的思考[J],体育与科学,1999(03):53-55+58.
- [4]刘龙柱.高校体育教学现状及改革的几点建议[J],体育科学研究,2000(02):60-62.
- [5]林志超,卢福泉,陈碧华.普通高校两个“体育课程教学指导纲要”的异同[J],体育学刊,2004,11(1):75-77.

作者简介:

陈昌盛(1983--),男,湖北大冶人,汉族,硕士研究生,讲师,研究方向:运动训练学与学校体育学。

项目来源:

吉林大学珠海学院2017年校级教学质量工程项目—高等教育教学改革(ZLGC20170724)。