

论高校第二课堂体育教育模式的优化路径

戴胜东¹ 戚文悦^{1*} 于洋¹ 王子柔¹ 张学忠²

1. 哈尔滨远东理工学院

2. 黑龙江生态工程职业学院

DOI:10.12238/er.v8i3.5912

摘要：当前高校的体育教育受重视程度普遍不高，体育教学形式单一、内容简单，这也导致体育教学质量偏低，学生的参与度不高。随着新时代高校体育改革的深入推进，“第二课堂”的体育教育模式应运而生，第二课堂的构建不但能够让学生形成终身体育的理念，还能够培养学生良好的体质与综合素养。本文通过对第二课堂构建的优势与内涵切入，提出体育教学中第一课堂与第二课堂融合的创新策略，让学生多渠道享受体育的乐趣，在生活的方方面面渗透体育教学，达到体育学科育人的目的。

关键词：体育教育；第二课堂；体育素养；教育创新

中图分类号：G7 **文献标识码：**A

On the Optimization Path of the Second Classroom Physical Education Mode in Colleges and Universities

Shengdong Dai¹, Wenyue Xian^{1*}, Yang Yu¹, Zirou Wang¹, Xuezhong Zhang²

1. Harbin Far East Institute of Technology

2. Heilongjiang Vocational Institute Ecological Engineering

Abstract: At present, the importance of physical education in colleges and universities is generally not high, the form of physical education is single and the content is simple, which also leads to the low quality of physical education and the low participation of students. With the deepening of college physical education reform in the new era, the 'second classroom' physical education model came into being. The construction of the second classroom can not only enable students to form the concept of lifelong physical education, but also cultivate students' good physique and comprehensive quality. Based on the advantages and connotation of the construction of the second classroom, this paper puts forward the innovative strategy of the integration of the first classroom and the second classroom in physical education, so that students can enjoy the fun of sports through multiple channels, infiltrate physical education in all aspects of life, and achieve the purpose of educating people in physical education.

Keywords: Physical education; The second classroom; Sports literacy; Educational innovation

引言

我国高校教育体系中，对于体育教育通常都是以学分制计算，修够学分就可以不用再上体育课，因此，很多高校的体育课开设仅仅只有大一二才有，这种形势下，学生缺乏体育锻炼意识，学校的教育和设备也无法满足学生对体育锻炼的需求，让学生渐渐丧失对体育运动的兴趣。因此，有效的教育内容和模式的创新，可以帮助学生重新树立对体育锻炼的兴趣。过去体育教学的主要目的是强壮体魄，而随着国家“体教融合”的深入，高校体育教学内涵的不断丰富，体育教学的意义得到进一步延伸。传统的第一课堂体育教学局限性也逐渐凸显，单靠课堂教学已经无法满足体育育人的需求。因此需要构建丰富多元的第二课堂，吸引学生积极参与到课程之外的体育活动中去，通过发挥学生的主观能动性，

让学生能够逐步增强自身身体素质，并从学生的运动技能、健康知识、运动道德等多个方面帮助学生成长。

将“第二课堂”与高校体育教学结合，是当前体育改革的全新尝试。首先，第二课堂与体育教学的融合发展，有利于塑造特色体育教学品牌，第二课堂的创新能够体现体育教学的体育育人功能，凸显高校体育文化传承、强体健身、守正创新的办学形象，凸显高职体育教学的使命担当。其次，第二课堂教学内容丰富，学生通过多元化体育活动的参与，如文体类活动、竞赛活动、校园体育活动等等，这些多样化活动的有效渗透，能够更好地提升体育教学的实效性。

一、构建高校第二课堂体育教育模式的可行性

相对于传统课堂来说，第二课堂也是体育教育的重要组成部分。简单来说，第二课堂是除了体育课堂之外，课外体

育教育与体育相关的一切活动的总称。某种程度上来说第二课堂是第一课堂的延伸，两者是相辅相成的关系。第二课堂依托第一课堂的教学内容，利用课外体育场所和体育活动，能够更好地提升学生的专业技能及体育素养。第二课堂活动空间灵活，且不受时间限制，这种教学方式能够让学生感觉新奇，从而参与的积极性就会更高。在组织形式上，第二课堂更是灵活多变，可以以班级为单位、小组为单位、社团为单位，学生能够依托第二课堂更好地选择自己感兴趣的体育项目，实现高校体育的个性化教学。

高校开展第二课堂的体育教学模式能够更好地激发学生对体育活动的兴趣与参与度，不但能够增强学生的体质，还能提高学生核心素养。第二课堂体育活动形式多样，无论是竞技性还是娱乐性的体育活动，学生都能够根据自己的实际情况及兴趣进行自主选择，在运动过程中，学生的身体状况能够得到良好的改善，防止亚健康的产生。且通过第二课堂体育活动的开展，让学生能够更好地培养体育精神，在团队合作、对抗的过程中，更好展现自己的个性，提升集体意识与体育竞技道德，实现全面发展。

二、当前高校第二课堂体育教育模式开展的现状与不足

第二课堂的开展，在一定程度上促进了“体教融合”的深度实现，理清了体教融合的发展路径，能够全面提升学生的体育水平及素养，促进高校体育现代化发展。但在开展过程中依然面临着不小的挑战，一是高校对体育重视程度不足，没有形成特色化教学，对一些优秀学生没有输送渠道，造成人才的流失。当前高校体育教学内容陈旧单一，无法满足学生多样化的运动需求，也限制了学生的发展，如一些体育器材老化、缺失，导致学生无法进行有效的锻炼；二是部分高校没有专业的第二课堂体育教师，高校体育教师对第二课堂的重要性认识不足，导致其无法对课堂进行改革和创新，另外就是体育教学经费不足也限制了第二课堂的开展；三是高校对第二课堂的开展没有硬性要求，因此缺少相对应的教学体系与评价体系，导致学生在第二课堂活动时缺少专业指导和硬性的指标要求，让学生面临运动时间不够、运动组织落后、场地设施不足，师资力量薄弱等问题，严重影响学生参与体育活动的热情。

三、高校第二课堂体育教育模式的创新策略

（一）促进第一、第二课堂的融合，实现第二课堂的多维度拓展

在以往的高校体育教育中，教师更加注重对学生运动技能和竞技水平的提升，而忽略了体育的育人目的。随着运动观念的转变，体育课程中的育人属性也逐渐被人们所重视。第二课堂的教育模式，更加强调的是学生体质的提升与健全人格的培育。学生通过第二课堂的参与，能够强身健体，更

能够发挥自己的特长，培养学生的综合素质。如篮球更加注重团队协作能力、羽毛球则注重对抗能力、太极拳、武术等则更加注重文化属性，高校要依托体育教学课程的内容，对第二课堂进行多维度拓展，比如学校可以通过开展运动会、各种体育赛事、友谊赛、文艺表演等多种方式，让第二课堂融入生活和学习中去，通过第二课堂的不断渗透，提高课程效果。

（二）以体育社团为依托，提升“第二课堂”的参与度
各个高校的体育社团，是按照体育类型进行划分的团体，有相同兴趣爱好的同学齐聚一堂，共同进行体育活动的参与，高校社团是学校交际、交流的重要组成部分，深受学生欢迎，在体育育人方面发挥着重要作用。因此，第二课堂的开展可以依托体育社团进行拓展。在实际的教学过程中，教师可以要求硬性规定学生至少要参加1—2个体育社团，可以根据自己的兴趣和特长进行灵活选择，发挥学生的主观能动性。在此过程中，教师可以以社团成员或社团导师的身份，帮助学生进行体育活动的学习，由此来提升社团的专业度，从社团活动导入，为学生提供体育锻炼、比赛、交流的平台，结合课堂所学理论知识，在社团活动中进行实操训练，让学生能够通过活动的参与更好地培养技能、意志、精神等。作为培养大学生体育兴趣和动机的主要阵地，传统的体育课堂已经不能满足当代大学生的现实需求。根据大学生自身学习特点，在体育教学中，教师可以通过示范、讲解和实践的方式，向学生讲解击球技巧；同时，第二课堂还可以让学生课后通过观看体育赛事等方式，让学生了解战术策略、战术原理等，并激发大学生对自主思考和创新的能力，提升其对体育项目的热爱与兴趣。同时高职高校还可以积极探索创新体育课堂教学模式，改进传统的体育课堂形式，可以积极探索诸如俱乐部、运动队制教学形式。在学校成立多种体育运动项目俱乐部、运动队，让学生能够按照自身的兴趣自行组织，或在俱乐部、运动队中开展训练、竞赛等，这能够有效地提高学生的体育兴趣和体育运动能力，还能够增强学生的竞技能力。

（三）注重体育宣传与科普，营造良好的校园氛围

通过学校宣传、校园文化、社团、网络传播等多种方式，不断对第二课堂的体育活动以及体育文化进行宣传，让体育锻炼能够真正入脑入心。将第二课堂体育教学融入校园文化建设中，能够极大地丰富校园文化的内涵。比如可以在学校开展“体育周”“游园会”等活动，让学生通过游戏、比赛的参与，感受体育的魅力，不自觉地激发体育锻炼的热情，学生通过校园广播站、宣传栏、公众号的活动内容了解，加深对第二课堂的认知。除此之外，还可以邀请优秀运动员参与学校活动，充分调动学生的参与兴趣和积极性。如邀请奥运冠军进校园演讲或见面会等形式，通过榜样的力量，不断强化体育教育的优势，形成“人人参与体育锻炼”的校园氛

围。

（四）注重“第二课堂”教师的引入，加强对外合作交流

注重“第二课堂”教师队伍的建设，可以依托学生的实际需求以及第二课堂的应用场景，引入“第二课堂导师”与高校教师共同授课。第二课堂的导师可以是社团学长、健身房教练、网络课程中地跟练博主等等，通过专业的课程开发，保证第二课堂人才培养的正确性以及课程内容的先进性，保证学生的学习效果。首先是要求现有的体育教师能够通过线上教育平台等方式进行自学，以此实现专业能力和综合素养的提升。并通过公众号、多媒体、微信群等定期为学生分享体育相关的文章及报道，让学生对体育锻炼有更深入的了解，其次，教师要有“多元合作”的意识，比如在进行“羽毛球课程”教学时，教师可以通过网络或带领学生到现场观摩羽毛球比赛，让学生对羽毛球的规则有很好的了解，让学生对竞技体育的竞争性、合作性有更深的认知，促进学生体育素养的形成。通过这种形式开展“第二课堂”，网络中所有羽毛球运动员都能够成为学生的导师，帮助学生更好地进行第二课堂的学习。还比如在学习“体操”“交际舞”等课程时，教师在课后就可以推荐相关视频及博主，让学生跟练，将第一课堂与第二课堂结合，实现课内与内外联动，建立资源共享机制与意识，有的放矢地进行第二课堂的打造。

（五）构建“第二课堂”评价标准和激励机制，提升课堂规范性

目前，高职院校均把体育运动列入人才培养计划，毕业生必须体能合格、修满运动学分后才能毕业。高职院校也可以此为契机，加强了对学生体能的考核。但对学生的运动质量并不是简单地用成绩衡量，还应该加强过程评价和增值评价的应用，注重对学生上体育课、进行体育锻炼活动以及运动队竞赛的综合评价。用运动过程质量与增值评价促进高职院校的运动课程发展，促进体教融合创新，有利于在高职院校

营造“全民健身”的良好氛围。教师需要构建“第二课堂”评价标准，建立科学的评价体系，全面评价体育教学成果，提升课堂的规范性。比如学生通过参与体育活动获得较好成绩的，教师可以通过加学分等方式，鼓励学生积极开展体育活动，通过各项数据的反馈，让学生真正看到“第二课堂”学习的成果，由此积极参与到第二课堂中来。

四、结束语

高校第二课堂体育教育模式的构建，旨在强化学生的理论知识与实践融合，从而培养学生的体育技能及健全人格。新时代背景下，体育教育不应局限于课堂，而是要通过课外体育活动的拓展，以社团、网络、比赛、活动等多种形式开展第二课堂的教学，打破时间与空间的限制，让学生有“随时随地进行体育锻炼”的意识，激发学生对体育活动的参与度。

[参考文献]

[1]张跃.课内外一体化改革背景下高校体育第二课堂构建分析[J].文体用品与科技,2019,(17):202-203.

[2]田骥.以学生为中心的高校体育第二课堂构建研究[J].运动精品,2022,41(11):7-9.

[3]王守力,包希哲.“四位一体”学校体育理念下大学体育第二课堂的构建研究[J].体育科技文献通报,2021,29(08):77-80.

[4]张丽.基于体育社团的高职院校体育第二课堂发展模式研究——以甘肃交通职业技术学院为例[J].运动精品,2020,39(04):1-2.

作者简介：

戴胜东，1985.7，男，汉族，黑龙江省，本科，副教授，体育学

课题项目：

高校第二课堂体育教育模式构建研究黑龙江省教育科学规划课题 GJB1424341