

校园体育发展路径研究

——健康中国背景下体教融合的促进作用

崔正梅

南京科技职业学院

DOI:10.12238/er.v5i1.4462

[摘要] 在当前健康中国的政策环境下,高校的体育教学需要及时做出调整,适应时代发展,为社会发展提供需要的人才。因此,高校体育教育需要对学生负责,提高学生的身体素质,积极完成新政策下的体育教学任务。本文从健康中国理念出发,针对目前高校体育存在的问题做出了分析,进一步探究健康中国下加强高校体育改革与发展的途径,以期为高校未来体育教学活动的发展提供借鉴参考。

[关键词] 健康中国; 高校体育; 改革与发展

中图分类号: G633.96 文献标识码: A

Research on the Development Path of Campus Sports

— the Promotion of the Integration of Sports and Education under the Background of Healthy China

Zhengmei Cui

Nanjing Polytechnic Institute

[Abstract] Under the current policy environment of healthy China, the physical education in colleges and universities needs to be adjusted in time to adapt to the development of the times and provides needed talents for social development. Therefore, the physical education in colleges and universities needs to be responsible for the students, improves physical quality of students, and actively completes the teaching tasks of physical education under the new policy. Starting from the concept of healthy China, this paper analyzes the problems existing in colleges and universities, and further explores the ways to strengthen the reform and development of college physical education in healthy China, so as to have reference significance for the future development of teaching activities of physical education in colleges and universities.

[Key words] healthy China; physical education of colleges and universities; reform and development

引言

高校体育教育工作是国家培养全面型人才的关键,发挥着重要价值。近年来,我国经济飞速发展,人们的生活水平也随之提高,无论是对教育还是对精神的需求都在提高,所以对体育教学的要求也在提升。在健康中国背景下,我国引入了很多新的教学思想、教学方法,能够激发学生学习兴趣,从而提升教学质量和教学效率,满足新时代教育环境的新需求。因此,在健康中国环境下进行高校体育改革与发展具有重要意义。体教融合是新时代体育发展所提出的新教育理念,

通过体教融合弥补传统体教结合模式的不足,更利于我国体育教育的发展。在高校体育教育过程中,帮助学生提升身体素质及文化素养,使学生在体育锻炼的过程中,享受体育锻炼所带来的乐趣。更在此过程中实现强身健体,培养学生坚定的意志力,真正实现体育树人的教育目标,为国家竞技体育培养后备力量,使我国体育教育发展更上一层楼。

1 健康中国理念的内涵

健康中国的目标是在2030年能够全面实现人民健康的指标并提高人均寿命水平。主要强调人们的生活方式需要顺

应时代发展的需要,学习健康知识,践行健康活动,提升生活的健康质量,从而促使身心实现健康发展。从宏观的国家层面上来讲,健康中国具有极大的战略意义,国家的经济建设离不开国民健康的身体素质,落实健康政策不仅可以提高公民的整体素质,也有效推动国家经济的发展,从而实现我国的可持续发展。

2 体教融合理念的提出

2.1 体育基础薄弱,体育后备人才储备较为匮乏

体育全球化的发展势头下,我国已然成功进入体育大国的行列,但是距离

体育强国还存在一定的距离,主要体现在体育后备人才的培养方面。作为国家未来的接班人,青少年体育教育显得尤为重要的必要,所以国家为了提高体育教学的质量,全面推出体教融合的教育理念,成功地将体育和教育融为一体,促使体育真正成为了教育的一部分,如此一来学生就可以获得,更加系统和高效的体育学习机会,也就能够有效地解决我国体育后备人才储备匮乏的难题。此外,体育教育对培养学生,综合能力和素养起到了良好的帮助,从而为学生后期的发展和成长,奠定了坚实的基础。另外,根据对青少年体质的调查结果,可以发现当下青少年体质情况不容乐观,很多学生的力量、心肺功能、耐力、运动能力等大幅下降,此种不良现象为体育教育敲响了警钟,所以体育教学必须更加系统和高效,才能达到提高青少年体质的目的。由此可见,体教融合理念的提出,是我国教育事业和体育事业发展的必然结果,更是适应社会发展的必然趋势,对我国体育行业的发展有着非常重要的现实意义。

2.2 教学和运动训练缺乏科学系统的规划

高职学校所面对的受教群体,是刚成年的年轻人,不论是身体机能还是心智思想,都急需正确的教育方式进行引导。但是就当下高职学校教学模式而言,存在着严重的结构性缺点,从而影响了体育教学的质量和效率。主要体现在以下几个方面:第一,不同的教育阶段没有形成良好的衔接,甚至出现体育教育断层的局面。例如,高职阶段和其他阶段的体育教育内容没有联系性,导致学生在学习体育知识和体育锻炼时,都要重新学习和练习,这不仅浪费体育教学资源和时间,还影响到学生的体育素养和能力养成。第二,体育教学缺乏系统性和科学性,很多教师、学生在思想上,认为体育并不是重要学科,不用付出太大的精力和时间。因此,教师在开展体育教学活动时,时常会出现走过场应付形式的现象,从而导致学生无法真正掌握体育知识和技能。第三,运动训练过程没有统

一、合理、科学的教学计划,进而造成体育训练缺乏严谨性。同时,没有计划的体育训练,会对学生的身体造成损伤,还会极大地降低学生参与训练的兴趣,最终导致体育教育教学质量下降。种种影响体育教育发展的因素,多是由体育教育理念引发的,所以体教融合理念的提出,正好迎合了体育改革和发展的目的。

2.3 体育和教育的割裂

体育实力彰显一个国家的综合实力,所以在体育事业高速发展的时期,我国就已经提出了体教结合和教体结合的理念,虽然取得了一定的成效,但是仍然存在诸多问题。主要体现在体育和教育割裂的问题,长期以来教育多是作为体育陪跑者的身份,从而导致体教结合并没有发挥出应有的成效。在此背景下,体育事业和教育事业认识到,要想全面提高青少年的身体素质,以及培养优秀的体育后备人才,必须将体育和教育融合在一起,在融合的作用下,让体育更具教育化,让教育更有活力。

3 健康中国背景下高校体育存在的问题

3.1 公共体育教学能力不足

我国高校的体育教学能力一直存在不足的问题,这其中包括教师教学能力不足、教学精力不够、欠缺师资等具体问题,导致高校体育教学效果差,学生的身心素质得不到发展,甚至给学生造成了更大的学习压力。然而体育教学不仅需要理论知识的讲解,也需要配合实践活动以及课下的自我训练。由于目前我国高校体育教学课内外分离,教学效果并不明显,反而让学生产生了抵触、恐惧等消极情绪,这样会阻碍高校体育改革的发展进程。

3.2 教学方式、方法单一

目前高校体育教学方式单一,缺乏新意,无法激发学生进行体育活动的兴趣。过去传统的体育教学方式已无法满足新时代的发展需要,也不能满足现在学生的身心素质发展需求。如果体育教学方式不能得到及时的更新,学生的体育活动意识便难以培养,教师不能准确把握学生的体育爱好,不能更有针对性

地进行教育活动,从而难以达到深层次的体育教学要求。

3.3 健康教育知识渗透率低

高校体育教学活动要求并不严格,教师很少在教学活动中针对健康教育知识进行渗透,导致学生不理解体育活动对自身发展的必要性。再加上传统应试教育理念的深刻影响,学生对于体育往往采取漠视态度,认为体育教学可有可无,如果教师不能及时纠正这种错误的思想观念,进行健康教育知识的教学,高校的体育教学会频繁出现迟到、逃课等情况,阻碍了体育教学改革的发展。

4 健康中国下加强高校体育改革与发展的途径

4.1 建立体育健康服务的平台

健康中国提倡全民加强体育活动锻炼,提高自身身体素质。大学生作为我国未来发展的希望,只有拥有健康的身体素质,才能在日后更好地进行发展建设工作,所以高校需要加强对体育教学的重视,建立体育健康服务平台。体育健康服务平台可以有多种形式,如制作宣传海报加强宣传,开设健康知识讲解的讲座等。高校加强高校体育改革更主要的是加强教学模式的改革,除了让学生掌握基本的体育技能,更重要的是引导培养进行体育活动的好习惯。除此之外,学校也需要开展体育竞赛活动,在宣传体育精神的同时,激发学生加入体育学习活动的积极性。

4.2 制定多元化的教学计划

目前高校的体育教学方式单一,高校大学生体质健康测试属于高校体育工作考的重要指标,所以高校在制定教学计划时,更需要从学生的角度出发,以加强他们的学习兴趣。培养健康生活习惯为目的,制定多元丰富的教学计划。将大学生的体测渗透进日常教学中,针对体测项目分阶段进行训练和考核,制定长效的教学计划。我国大部分高校大一第一学期主要围绕田径项目进行体育教学,第二学期围绕专项课进行教学活动。第一学期前两次课时可以重点发展素质,进行体育游戏;3~5次课时进行体育文化知识的讲解,开始进行体质测试;6~8次

课时,进行短跑训练,这个过程中需要对短跑的不同环节进行专业知识的讲解,做到理论与实践相结合;9~11次课时,主要训练长跑,可以设置比赛,激发学生的积极性;1~14次课时,可以进行跳远、仰卧起坐的练习,并事先讲解运动过程中的注意事项;最后三次课时,可以针对一些球类运动进行讲解,让学生发现自身的兴趣点,为第二学期的选课及学习做好铺垫。

4.3完善课外体育活动机制

课外体育活动的多样性和选择性受到大学生的欢迎,近年来许多新兴的体育活动在我国高校的体育课堂上进行,例如轮滑、网球、高尔夫球等,同时课外体育活动也受到了极大地推广和丰富。相比与传统的体育项目,大学生对于新兴事物更加感兴趣,通过丰富课外体育活动形式,可以促进高校体育活动改革。在这个过程中,高校可以利用学校的教学资源,结合实际情况,制定新的体育项目,对于能够满足学生需求但缺乏资源的体育项目,需要对其所需资源进行积极的完善并积极争取。同时高校也要配置更完善的课外活动评价机制,如设置考勤,并将考勤结果算入期末学分绩点中。高校也有很多课外体育社团,学校需要加强管理,而不是放任学生进行不系统的训练以及不得当的管理,这样会降低社

团训练的积极性,从而使社团的价值下降。我国高校应当充分加强对于体育社团的管理,并将其视为校园文化的一部分,为社团提供专业的训练场地,配备专业的指导教师。

4.4构建体育特色课程

在体育教育过程中,要为学生制定科学、合理的体育训练体系,强化整个课程教育质量及课堂教学效率,为体育界输送更多的后备人才。所以,在体教融合的背景下,高职体育教育工作需要不断完善,将学生训练体系纳入其中,保证学生获得更为全面、高效的受训效果。如:坚持做强优势项目,推动体教融合特色化发展。根据不同年龄段学生身心发展特点,合理布置体育家庭作业,实现家校共育,全面锻炼学生身体,增强体质,逐渐形成自觉参加体育锻炼的良好习惯,掌握技能和方法,培养体育兴趣爱好,促进学生身心健康和谐发展。将体育作业要落到实处,既要可行,又要起到增强学生体质、发扬体育精神的作用。学校体育教学工作要注重制定大、小目标,根据学生身心发展特点,科学安排运动,创新体育教学,打造安全、有趣的体育课堂。将教育工作形成更为科学、系统化的教育模式,为体育教学合理开展奠定基础。

5 结束语

综上所述,为了满足健康中国的时

代需求,提升学生的身体素质,需要进行体育教育改革,可以通过建立体育健康服务的平台、制定多元化的教学计划以及完善课外体育活动机制的方式进行,从而使学生的身体素质得到提升,满足新时代教育环境的新需求。高职体育教育的开展,要在体教融合的理念下进行,针对当前的体育教学情况不断进行改革与创新,为学生提供更为高效、全面、系统化的教育教学条件。教师也应不断提升自身的教育水平,充分利用各方面的资源,强化为学生的身体素质及综合能力。通过制定开放性的体育教育模式、构建系统的体育训练体系,为学生创造更良好的体育学习空间,推动体育和教育融合发展。

[参考文献]

[1] 韦建林,刘次琴.“健康中国”背景下体教融合促进校园体育发展路径研究[J].当代体育科技,2021,11(22):140-142.

[2] 张凯悦.体教融合理念下西藏民族传统体育发展路径研究[C]//2021年全国武术教育与健康大会暨民族传统体育进校园研讨会论文摘要汇编(一).[出版者不详],2021:368-369.

[3] 李梦圆.北京四中体教融合促进学生文化学习与体育锻炼协调发展路径的研究[D].首都体育学院,2021.