

体育专项训练与教学课程融合的有效策略研究

韩宁 王龙 韩濡宁 闫莉娅 徐峰

鄂尔多斯市体育职业中学

DOI:10.12238/er.v8i3.5870

摘要：随着教育改革深化和体育产业发展，体育专项训练与教学课程融合对提升学生运动能力和促进全面发展至关重要。中等体育职业学校作为培养高水平体育人才的重要基地，其作用愈发显著。本文分析了体校体育专项训练与教学课程融合的现状与挑战，提出了优化课程体系、改进教学方法、加强师资培训、强化训练与教学结合及完善评价体系等策略，以促进深度融合，提高教学质量和人才培养水平。

关键词：体育专项训练；教学课程；融合策略；体育人才培养

中图分类号：G8 **文献标识码：**A

A Study of Effective Strategies for the Integration of Sport-Specific Training and Instructional Curricula

Ning Han, Long Wang, Runing Han, Liya Yan, Feng Xu

Ordos Sports Vocational High School

Abstract: With the deepening of educational reform and the development of the sports industry, integrating specialized sports training with academic curriculum plays a crucial role in enhancing students' athletic abilities and promoting holistic development. As vital institutions for cultivating high-level sports talent, secondary vocational sports schools are gaining increasing prominence. This study examines the current status and challenges of integrating specialized sports training with academic curriculum in sports schools. It proposes strategies such as optimizing curriculum systems, improving teaching methodologies, enhancing teacher training, strengthening the integration of training and teaching, and refining evaluation systems to achieve deeper integration, improve teaching quality, and advance talent cultivation.

Keywords: Specialized sports training; Academic curriculum; Integration strategies; Sports talent cultivation

引言

随着我国教育改革的不断深化，体育教育事业也迎来了新的发展机遇。在体育产业快速发展的背景下，体育专项训练与教学课程的融合已成为提升学生综合素质、培养高水平运动员的重要途径。中等体育职业学校作为培养体育人才的重要基地，承担着为社会输送优秀体育人才的重任。然而，当前体校在体育专项训练与教学课程融合方面仍面临诸多挑战，如教学资源分配不均、教学内容与市场需求脱节、师资力量不足等¹。因此，探讨体校体育专项训练与教学课程融合的有效策略，对于提升教学质量、促进人才培养具有重要意义。

1. 体育专项训练与教学课程融合的意义

1.1 提升教学质量

体育专项训练与教学课程的融合，有助于将理论知识与实践操作紧密结合，使学生在掌握基本运动技能的基础上，进一步提升运动能力和竞技水平。通过融合，学生可以在实

践中加深对理论知识的理解，同时通过理论指导实践，提高训练效果。这种融合式教学有助于打破传统教学中理论与实践相脱节的弊端，提升教学质量和学生的学习效果。

1.2 促进学生全面发展

体育专项训练不仅有助于增强学生的体质，还能培养学生的意志品质、团队合作精神和规则意识。通过专项训练，学生可以学会如何在压力下保持冷静、如何在团队中协作以及如何遵守比赛规则。这些品质对于学生的全面发展具有重要意义。同时，教学课程的融入可以使学生更全面地了解体育运动的背景、历史和文化，从而加深对体育运动的热爱和认同感²。

1.3 满足学生个性化需求

每个学生都有其独特的体质、技能和兴趣。体育专项训练与教学课程的融合可以根据学生的个体差异，制定个性化的训练计划和学习方案。这种个性化教学有助于满足学生的不同需求，激发他们的学习兴趣和动力。通过量身定制的训

练计划和学习方案，学生可以更好地发挥自己的优势，弥补不足，从而在体育领域取得更好的成绩。

2. 体校体育专项训练与教学课程融合的现状与挑战

2.1 现状

近年来，越来越多的体校开始尝试将体育专项训练融入教学课程，取得了一定的成效。一方面，体校在课程设置上逐步向多元化、综合化发展。不仅注重运动技能的训练，还加强了对学生文化素质和综合素质的培养。这种多元化、综合化的课程设置有助于拓宽学生的知识面，提高他们的综合素质。另一方面，在教学方法上，体校也开始尝试将传统的讲授与示范方法与现代科技手段相结合。如利用虚拟现实（VR）、增强现实（AR）等现代科技手段进行辅助教学，以提高教学效果和学生的学习兴趣³。南京市建邺区教育局与奥体中心的战略合作，为学生提供了更多元的体育项目选择，丰富了体育教学内容。

2.2 挑战

尽管体校在体育专项训练与教学课程融合方面取得了一定的成效，但仍面临诸多挑战。

2.2.1 教学资源分配不均。部分体校在教学资源上存在短缺，难以满足所有学生的训练和学习需求。这导致部分学生在训练和学习过程中无法得到充分的支持和指导，影响了他们的学习效果 and 成长。

2.2.2 教学内容与市场需求脱节。部分体校的教学内容未能紧跟市场需求，导致学生毕业后难以适应社会发展。这要求体校在教学内容上要进行不断创新和调整，以适应市场需求的变化。

2.2.3 师资力量不足。优秀的体育教师和教练在体校中相对稀缺，影响了教学质量的进一步提升。师资力量的不足导致部分体校在教学和训练方面存在短板，难以为学生提供高质量的教学和指导。

2.2.4 教学与训练融合不紧密。部分体校在教学与训练之间缺乏有效衔接，导致两者相互脱节，难以形成协同效应。这要求体校在教学和训练方面要进行深度融合，以实现两者的相互促进和共同提升。

3. 体校体育专项训练与教学课程融合的有效策略

针对当前体校体育专项训练与教学课程融合面临的挑战，本文提出以下有效策略：

3.1 完善课程体系

3.1.1 多元化课程设置

为了满足不同学生的需求和兴趣，体校应根据市场需求和学生兴趣设置多元化的体育专项课程。这些课程应涵盖不同的运动项目和技能领域，如田径、游泳、篮球、足球等。通过多元化的课程设置，学生可以根据自己的兴趣和特长选

择合适的课程进行学习，从而提高学习效果和满意度⁴。

3.1.2 跨学科融合

在课程设置上，体校还应注重跨学科融合。将体育与其他学科如数学、物理、心理学等相结合，以提高学生的综合素质和解决问题的能力。例如，在田径课程中引入物理学原理，帮助学生理解运动中的力学原理；在篮球课程中引入心理学知识，帮助学生提高心理素质和应对压力的能力。这种跨学科融合的教学方式有助于拓宽学生的知识面，提高他们的综合素质和竞争力。

3.2 优化教学方法

3.2.1 引入现代科技手段

随着科技的不断发展，现代科技手段在体育教学中的应用越来越广泛。体校应积极引入虚拟现实（VR）、增强现实（AR）等现代科技手段进行辅助教学。这些技术可以为学生提供更加真实、生动的训练环境，提高他们的学习兴趣和参与度。同时，通过现代科技手段的应用，教师还可以对学生的进行学习情况进行实时监控和评估，以便及时调整教学策略和方法。

3.2.2 个性化教学

针对不同学生的特点和需求，体校应采用个性化教学方法。基于学生的实际情况和教学目标，遵循个体差异性、渐进性、超负荷和恢复与休息等基本原则，为每个学生量身定制训练计划和学习方案。这些计划应明确各环节具体细节，包括训练内容、训练强度、训练时间等，以确保学习和训练计划的科学性和有效性。通过个性化教学，学生可以更好地发挥自己的优势，弥补不足，从而在体育领域取得更好的成绩。

3.2.3 实践与理论相结合

在教学过程中，体校应注重实践与理论相结合。通过实际训练巩固理论知识，提高学生的运动技能和综合素质。同时，教师还应引导学生将理论知识应用于实践中，帮助他们加深对理论知识的理解。这种实践与理论相结合的教学方式有助于打破传统教学中理论与实践相脱节的弊端，提高教学效果和学生的学习效果。

3.3 加强师资队伍建设和

3.3.1 引进优秀人才

师资队伍建设是体育专项训练与教学课程融合的重要保障。体校应积极引进具有丰富教学经验和专业技能的优秀人才充实师资队伍。这些人才应具备较高的专业素养和教学能力，能够为学生提供高质量的教学和指导。同时，体校还应加大对教师的培训力度，定期组织教师参加交流活动和学习培训，提升他们的专业素养和教学能力。此外，可以聘请专业教练员或退役运动员担任兼职教师（教练员），为学生提供更专业的指导和训练。

3.3.2 建立激励机制

为了激发教师的工作热情和创造力,体校应建立科学合理的激励机制。这些机制可以包括薪酬激励、职称晋升、荣誉表彰等方面。通过激励机制的建立,可以激发教师的工作积极性和创造力,提高师资队伍的整体水平。同时,还可以鼓励教师积极参与教学和科研工作,推动体育专项训练与教学课程的深度融合和创新发展。

3.4 强化教学与训练的融合

3.4.1 建立协调机制

为了确保教学与训练的深度融合,体校应建立教学与训练的协调机制。这一机制应明确教学与训练的目标、内容和方法等方面的要求,确保两者在目标、内容和方法上保持一致。同时,还应加强教学与训练之间的沟通和协作,及时解决两者之间的矛盾和问题,推动教学与训练的深度融合和协同发展⁴。

3.4.2 实施“学、练、赛”一体化教学

“学、练、赛”一体化教学模式是体育专项训练与教学课程融合的有效手段⁵。通过理论学习、技能训练和比赛实践三个环节的有机结合,学生在学习过程中既能掌握理论知识,又能提升运动能力和竞技水平。在理论学习环节,教师应注重基础知识的传授和理论体系的构建;在技能训练环节,教师应注重技能的传授和训练方法的创新;在比赛实践环节,教师应注重比赛策略的制定和比赛经验的积累。通过这三个环节的有机结合,可以使学生全面提高自己的运动能力和竞技水平。

3.4.3 注重反馈与调整

在教学过程中,体校应注重反馈与调整。通过建立反馈机制,及时了解学生的学习情况和训练效果,并根据反馈结果对教学内容和方法进行调整和优化。这种反馈与调整的方式有助于及时发现和解决教学中存在的问题和不足,提高教学效果和学生的学习效果。同时,还可以根据学生的实际情况和需求对训练计划和学习方案进行调整和优化,以满足学生的个性化需求。

3.5 完善教学评价体系

教学评价体系是检验教学效果的重要手段。在评价过程中,体校应注重对学生运动能力、竞技水平、心理素质等多方面的综合评价。这些评价内容可以全面反映学生的学习情况和教学效果。同时,还应采用多元化的评价方法,如表现性评价、过程性评价等,以更全面地反映学生的学习情况和教学效果。通过完善教学评价体系,可以及时发现和解决教学中存在的问题和不足,推动体育专项训练与教学课程的深度融合和创新发展。

4 结论

综上所述,体校体育专项训练与教学课程的融合是提高教学质量和人才培养效果的重要途径。通过完善课程体系、优化教学方法、加强师资队伍建设以及强化教学与训练的融合等策略,可以推动体育专项训练与教学课程的深度融合,进一步提升教学水平和人才培养质量。同时,体校还应关注市场需求和社会发展趋势,不断调整和优化教学策略,以适应不断变化的社会需求。未来,随着教育的不断深化和体育产业的快速发展,体校体育专项训练与教学课程的融合将呈现出更加多元化、综合化的发展趋势,为培养更多优秀的体育人才和促进体育事业的发展做出更大的贡献。

[参考文献]

- [1]卢元镇.中国体育改革社会化进程纵论[J].西安体育学院学报,2024,41(01):1-4. DOI:10.16063/j.cnki.issn1001-747x.2024.01.001.
- [2]冯华.体育强国视域下我国体育事业现状及发展对策探究[J/OL].当代体育科技:1-2[2019-06-10]
- [3]李高航,张强,陈元欣.我国智能体育发展研究[J].体育文化导刊,2024(8):36-41. DOI:10.3969/j.issn.1671-1572.2024.08.007.
- [4]敖翔.新时代体教融合背景下高校体育发展策略研究[J].当代体育科技,2024,14(1):150-152. DOI:10.16655/j.cnki.2095-2813.2024.01.042.
- [5]张枢.体育教学“学、练、赛”一体化教学策略浅探[J].山东教育,2023,(Z4):116.基金项目:内蒙古自治区“十四五”规划课题 NZJGH202367

作者简介:

韩宁:女,(1982.01-),蒙古族,辽宁省抚顺市,鄂尔多斯市职业中等专业学校,大学本科,研究方向:中职教育

闫莉娅:女,(1984.03--),蒙古族,鄂托克旗,鄂尔多斯市职业中等专业学校,大学本科,中职教育

韩濡宁:女,(1990.09.-),汉族,内蒙古包头市,鄂尔多斯市职业中等专业学校,硕士研究生,研究方向:中职教育

王龙:男,(1985.10.-),汉族,内蒙古鄂尔多斯市,鄂尔多斯市职业中等专业学校,硕士研究生,研究方向:运动训练

徐峰:男(1971.02.-),汉族,内蒙古鄂尔多斯市,鄂尔多斯市职业中等专业学校,大学本科,研究方向:运动训练