

新课程下高校体育教学方法研究

作者：西北师范大学 白轶 李克栋

【摘要】按照新课程的要求，目前高校体育教学模式明显存在着缺陷与不足。改革的主要方向包括教学方式的创新、教学策略的转换、教学器材的更新和信息化资源的建立等方面，以适应新形势发展的需要。

【关键词】新课程；大学；体育教学；方法创新

近年来，在高校体育教学中如何发挥学生的主体作用、培养学生的创新能力已成为体育教学研究者和工作者普遍探讨的问题。然而，当前的高校体育教学仍然存在着诸多弊端。随着我国高校独生子女越来越多，学生在生理和智能上表现为身体早熟化、思维拓展化、交际成人化；特别是在情感意识方面，形成以自我为中心、孤僻、傲慢等不良性格。新课程的实施给我们提供了新的理念，新的教材和新的评价。作为新时期的高校体育教师如何去发扬传统教学的优势，尽快地适应课程改革的需要，本文采用文献资料法在前人研究的基础上，结合自己的教学实践谈谈自己的几点建议。从而为提高高校体育教学质量提供一定的参考依据。

一、新课程下体育教学概述

所谓课程是指借文化遗产的传递为媒介，以培育青少年学生胜任社会生活的创造性能力为课题的活动。学校的培养目标是通过课程来实现的，而课程的构成及其开展过程的本身又是构成教育、教学方法的基础，因此课程便成了联结学校培养目标和教育、教学实践的中间环节。

体育教学是指在新课程下体育教师给学生传授体育知识、技能、技术，培养学生的思想品德的教育过程。指导思想是全面育人、健康第一、终身体育和身心协调发展，为现代社会培养能力、品德、智力、体力全面协调发展的人，追求体育教育的综合性。体育教学目标是：增强学生体质，提高学生健康水平；了解和掌握体育、保健和科学营养的知识、技能，培养学生终身体育的意识、体育的兴趣和良好的体育与卫生习惯和能力；培养学生良好的品德和行为，注重学生创新精神与体育实践能力的养成，提高学生的体育文化素养。在体育教育中，随着新课表的实施，体育与健康课程标准的应用，体育教师在课程的开发上被赋予了更多的权力与更大的自由度。因此，如何对课程资源进行合理开发和有效利用则成为目前体育教育界极其关注的话题。大学体育教学内容应根据社会的发展，学生个体的需要及学校的教学条件进行安排。

二、目前我国高校体育教学模式的现状及不足

和传统的高校体育教学模式相比，现在高校体育在新课程下有不少优势但也有不足之处。用得比较多的教学模式主要有以下几种：“一体化型”教学，即把早操、课外体育活动与体育课的教学有机地结合起来，增强了体育教学的整体性，有利于培养学生体育锻炼的习惯和增强体质，使学校的体育场地和器材得到充分的利用。不足之处就是课外体育活动所需场地和器材量大，教师的工作量剧增。“并



列型”，即在一、二年级同时开设基础课和专项选修课。这一模式注重调动学生的学习积极性和培养学生的运动能力，注意学生的个体差异进行因材施教。对体育基础不同学生区别对待因材施教，并兼顾学生的兴趣、爱好，能满足不同运动水平学生的需求。缺点是分班困难对师资力量要求较高，学习进度和难易程度不易同步。“三段型”教学模式，它将高校体育课程分为三段，一年级开设基础课，二年级开设专项选修课，三、四年级开设选修课。缺点是区别对待不够，开课层次多对师资力量和场地、器材要求较高。现有的高校还采用的教学模式是“俱乐部型”，但采用的学校不多。此教学模式注重培养学生的体育兴趣和提高学生的运动能力，能较好地发挥学生学习体育的主观能动性，有利于调动学生学习的自觉性和积极性，但这种教学模式对各种场地、设备条件要求很高，学生的经济负担有所增加。

三、新课程下高校体育教学措施

1、教学方式的创新

由于新课程标准在教学内容的甄别和选择上放权给体育教师，体育教师自身对体育资源的识别与选择就显得至关重要。新的体育与健康教育倡导民主、开放、科学的课程观，认为教师不应只是教学计划的执行者，更应成为课程的开发者、创造者。因此，传统单一的教学方式在教学改革中就会随之改变，并得到不断创新。为了建立某种学法，就必须选择与其相应的教法。传统的体育教学，以教师为中心，以运动技术的传习为主，以教材为内容，突出的是教师的作用，学生主体地位未能得以充分的体现。新课程下应该创建发挥学生主动性、创造性的教学方式，是当前体育教学改革的方向。

2、实施以学生为主体的教学策略

学生是课程的施加对象，是学习的主体。体育教学面对着许多个性化的学生群体，这就要求体育课程在其实施过程中必须注重对学生学习主动性和积极性的调动。要根据学生的需要更新教学方法和手段，为其创设一个独立练习的时间和独立思维的空间，在运动技能形成过程中让学生自我表现、发展个性、培养创新精神和实践能力。学生的身体差异较大，活泼好动，兴趣爱好广泛，有意注意的持续时间短。在教学中应安排一些选择性活动，让学生自己选择练习内容、练习方式，独立地进行练习。给学生一些机会，让他自己去体验。体育教学是一门以身心锻炼为主要手段以增强学生健康为主要目标的教学，学生可以从学习环境中得到体验。此外，给学生一点困难，让他自己去解决。在体育课堂教学中应采用探究学习、体验式学习等方式，激发学生学习的兴趣和热情，让学生能够在多种多样的学习方式中掌握知识，培养能力。

3、开发与利用信息化资源

在当今信息化社会里，以计算机网络为代表的信息化资源具有信息量大、智能化、网络化和多媒体的特点。对延伸感官，扩大教育教学规模和提高教学效果起着重要作用。体育教师可用电视、网络等各种媒体获取体育与保健的信息提供给学生，使学生了解和学会获取知识的方法，并为体育教学提供良好的服务。

4、合理利用体育器材设施

学校应根据实际情况，合理布局规划，应考虑“动”与“静”的关系，避免干扰教学区，在确保安全的情况下，还要考虑周边环境状况，给学生创造一个良好的环境。

5、与社会同步

体育教师在体育运动项目的掌握上应保持应有的敏感度，把握运动时尚，抓住社会上的运动热点，及时充实到课程中去，可以起到意想不到的效果。教师也可根据学生身心发展特征，大胆创新一些新项目。目前，各种健身操、瑜伽、定向越野、舍宾、，名目繁多，各种运动项目各具特



色,适合不同人群,应该积极向学生介绍新的活动方式,并在条件允许的情况下,把一些适宜内容,经过特定的改造,纳入教材体系,这样,既有助于培养学生运动兴趣爱好,也利于丰富体育课程本身。

新课程下体育教学采用先进的教学手段改变了我们传统体育教学模式中格式化,僵化的教学模式,使学生在积极参与运动的同时感受到快乐有趣。新的体育课程理念的确立是体育课程改革和发展的必然要求,是新一轮体育课程改革与实施的重要保障。广大体育教师要切实转变教育理念,以学生为本,为学校体育教育教学质量的提高做出应有的贡献。

【参考文献】

- [1]钟启泉.课程的概念[J].国外教育资料,1988,(4):1-4.
- [2] 司意.为了学校教育的现代化[J].国外教育资料,1988,(4):27-29.
- [3]刘志敏.普通高校“传统型”与“俱乐部型”体育教学比较 [J]. 体育学刊.2003 (2)
- [4]董胜利,林克明等.普通高校体育教学模式改革和发展对策的研究与实践 [J]. 中国体育科技.2001, (11)
- [5]冯萌.大学体育教育改革理念与实践的再审视[J].上海体育学院学报,2005,29,(4).
- [6]李中斌,杨成国,陈银法.人力资源开发与管理通论[M].北京:经济管理出版社,2003:45-50.
- [7]吴 键.关于体育新课程目标争论的原因分析与思考[J].中国学校体育, 2007(2): 32-33.
- [8]赖天德.学校体育改革热点探究[M].北京:北京体育大学出版社, 2003.

【作者简介】:

白轶(1980—)男,甘肃兰州人,助教。研究方向:体育运动训练,兰州城市学院体育系,西北师大在读研究生。

