

技能竞赛在高校体育教学教改中的作用

赵晨辉

成都锦城学院 四川成都 611731

摘要: 高校体育教改浅析体育学教改工作的开展,其目的是为了改变固化、单一的体育教学模式,将体育技能竞赛应用其中,以提高学生在体育活动中的参与度,促进其体育运动能力的锻炼,提升其综合素质。基于此,该文结合高校体育教学的现状进行分析,探讨教学改革的目的,根据体育技能竞赛在高校体育教学中应用,了解其功能和作用,以体育技能竞赛作为工具,采取科学的教学策略,为高校体育教学教改提供指导与参考。

关键词: 体育竞赛; 高校体育; 运用

The function of skill competition in college PE teaching reform

Zhao Chenhui

Chengdu Jincheng College Chengdu Sichuan Chengdu 611731

Abstract: The purpose of the reform of physical education in universities is to change the solidified and single physical education teaching model and apply the sports skills competition. It can improve students' participation in sports activities, promote the exercise of their sports ability, and improve their comprehensive quality. Based on this, the article analyzes the current situation of physical education in colleges and universities and discusses the purpose of teaching reform. According to the application of physical skills competition in physical education in colleges and universities, it understands its functions and functions, takes physical skills competition as a tool, adopts scientific teaching strategies, and provides guidance and reference for the reform of physical education in colleges and universities.

Keywords: sports competition; college sports; application

引言:

在传统教学中,高校体育教学以教为主,重视体育知识和专业技能的培养,对学生发展的内在需求的程度较低,总是对学生进行传统的灌输式教学方法,学生只能被动地接受知识的灌输,在很大程度上限制了学生主观能动性的发挥,造成部分学生参与体育活动的积极性过低,严重甚至会厌恶体育,把体育学习当成是一种负担,根本无法发挥体育教学本身的意义,多年以来大部分的学生体质一直呈下降趋势。为了达到国家的标准规定,真正发挥出体育教育的基本功能及核心理念,那就一定要对高校体育进行教学改革,创新教学模式和活动方式,进行对目前的教学状况进行改善,以此来满足新时期要求。

1. 体育教学教改的重要性

体育教学是培养学生健全人格、优秀品质的好方法。

但是从目前高校体育教学的实际情况来看,高校体育教育的实际效果与教学目的差距较大。大多数在校学生对体育兴趣不大,而痴迷于各种各样的电子产品,很少参与体育锻炼,以至于身体素质越来越差,抗压能力较弱,不能适应高强度的学习和工作。针对这种情况,高校体育教学必须做出改革措施,把体育技能竞赛活动融入体育教学中来,进行教学模式和教学内容上的革新,激发学生参与体育活动的热情,让学生参与到体育锻炼中来。所以,高校可以适当组织各种类型的体育竞赛活动^[1],以此来吸引学生的注意力,提升学生对体育兴趣,吸引他们投入到体育活动中来。但是目前,我国部分高校体育技能竞赛开展的效果不好,学生没有感受到吸引力,不能深刻认识到体育技能竞赛的真正魅力。

2. 高校体育教学教改的目的

高校学生综合素质的培养,不应忽视体育教学。但

是在高校教育工作中，更多关注于专业课与文化课的教学，并以考试成绩作为考核与评价标准，往往会忽视体育教学。在高校体育教学中，缺乏准确的定位，教学观念较为落后，教学模式单一，未能考虑到学生的个体情况。学生对于体育缺乏兴趣，不能积极、主动地参与到体育活动中。与此同时，体育评价往往局限于技能层面，较为片面化。高校体育教学教改工作的开展，则是为了改变高校体育教学现状，应该摒弃落后的教学观念，并认识到体育教学在增强体质、个性培养、健全人格等方面的功能和作用。创新教学形式与内容，吸引学生积极、自主地参与其中，让学生在体育活动中享受乐趣，并可以有所收获，促进学生的成长与进步。

3. 体育技能竞赛的核心理念

3.1 以提高教师育人能力和学生学习成效为“两大抓手”

我校创造性地提出并实施了“一基两轴，三阶递进”的“高阶教学”框架和“一点两面，三抓五评”的“深度学习”框架，实现师生之间的同频共振共鸣，使教与学的面貌焕然一新，呈现出高质量发展的新气象。教学方式：“一基两轴，三阶递进”的“高阶教学”，向课程与教学要质量，我校的“高阶教学”是既教知识，又重视思维和能力的递进培养。“一基”——以知识传授为基础。其目标是把知识教够、教活，让学生掌握知识是什么、从哪里来、到哪里去。“两轴”——以促进学生的思维和能力发展为两大重点，向培养思维和能力提升。“三阶”——指思维和能力的发展状态可分为低、中、高三阶，每一阶的表现和标准不同。

3.2 一点两面三抓的“深度学习”，培养学生核心胜任力

要实现人才培养的高质量，不仅要求教师教得好，更要求学生学得好。我校提出“教与学的同频共振”理论，认为教师的“高阶教学”必须与学生的“深度学习”结合起来，同频共振，才能形成合力，使学生受益匪浅。“深度学习”涉及教、学、管三个方面，学生的学习动机主要包括兴趣动机、目标动机、情感动机等，教师的首要责任是唤醒和激发学生学习的兴趣、欲望、动机，用“有趣、有用、有情感温度”的教学点燃了学生的热情。

高校体育技能竞赛不仅仅是对技术和体能上的考验，同时，也是对学生思想的一次磨炼，高校体育技能竞赛要求在竞赛中实现学生思想和身体综合方面的能力锻炼，不能只是重视竞赛中的体育技能的提高，重视比赛结果，

更应该重视在这个过程中，是否能有效的对学生的思想，端正学生对竞争和合作的认识进行锻炼并提高。竞赛是体育最终的意义所在，对于在体育事业中的发展来说，需要通过竞赛这种形式来提高人们对其的关注程度和参与程度。目前在高校体育教学中，并没有形成一个完整的教学模式系统，从而忽略了应当对学生进行理论知识的传授以及意志品质的培养的核心理念，而且在体育技能竞赛开展的过程中并没有对学生进行综合能力的培养，很难发挥竞赛本身的意义，从而导致学生把体育技能竞赛在内心形成一种负担，对于学生身体素质和心理素质也没有明显提升的效果^[2]。在各大高校的教学改革过程中，越来越多的高校开始重视体育课程的教学改革，也投入了大量的资金进行对相关的体育设施的增添，在一些运动场地的建设和运动场馆的配套设施也都逐渐进行完善。逐渐完善，不过从实际情况来看，有大部分的运动场馆并未使用，利用率较低，不能达到理想的效果，而且还有的运动场馆是只能教师能进入使用，对学生禁止进入使用，从而会造成资金的浪费，学生也不能及时得到锻炼身体的效果。还有一些高校的体育场馆，只有在学生进行学习体育课程的时候才进行使用，导致学生平时活动使用的场地环境较差，直接导致降低了学生体育锻炼的积极性，也影响学生的学习兴趣，同时，对高校体育活动的开展也会造成不良的影响。

4. 体育技能竞赛在高校体育教学教改中的功能和作用

4.1 增强竞争意识

体育运动的魅力在于竞争，既是对体能、技术的考验，也是对于个性、品质的锻炼。体育技能竞赛的开展，能够增强学生的竞争意识，激励着学生勇于超越，在竞争中拼搏、进取。竞争意识的形成，能够减少学生身上的惰性，有益于培养其顽强、坚持的思想品质，同时可以锻炼其心理素质。与此同时，正是竞争机制的存在，体育运动才如此具有吸引力和感染力，给参与者带来压力和动力。在体育竞赛中获取胜利时，能够让学生获得满足感和成就感，能够进一步增强其对于体育运动的兴趣。遭遇挫折和失败时，同样也是对学生的一种磨练，可以从中发现自身的不足。高校学生参与体育技能竞赛的过程中，在提升其竞争意识的同时，能够帮助学生树立竞争目标，在逐步实现目标的过程中，学生可以持续地成长与进步。

4.2 激发运动热情，促进个性发展

个性是指一个人在品格、性格、气质等精神方面区

别于其他人的独特属性，也就是品德、智慧、体育、审美、劳动等因素作用在学生的身上，就形成了全面发展的个性。充分尊重学生的个性发展和主意识，促进学生素质的大幅度提高。在传统的教学模式下，体育教育比较呆板、教条，影响了学生对体育课的喜爱，许多学生只是单纯的喜欢运动项目，但是对上体育课却没有兴趣。因此，对体育教学模式的改革势在必行，在尊重学生兴趣爱好基础上，激发学生对上体育课的兴趣，在满足学生必要的体育学习中，还要建立良好的师生互动关系。与此同时，在体育教学过程中，要依据学生的成长发展特点进行有针对性的教学，融合一些趣味性强的教学内容，并采用多种教学方式，促进学生的个性发展^[3]。

4.3 有利于提升学生的综合素质

从高校学生的综合素质来看，大部分学生的身体素质是不错的，但是小部分的学生素质较差，不喜欢参加体育运动。针对这一小部分学生，需要重点对待，制定一些适合他们的体育竞赛项目，激发他们对体育的兴趣，不仅可以缓解学习压力，而且还能提高身体素质，促使他们树立终身体育的意识，在长期的锻炼中提高综合素质。

4.4 充分发挥学生的主观积极性

从体育技能竞赛的目的和效果出发，能真正地对学生的身体综合素质的提高，同时在这个过程中也能提高学生的竞争意识、合作意识以及组织能力、创新能力等。在整个体育技能竞赛项目进行过程中，无论是组织者还是参与者，主体都是学生，因此在整个过程中要充

分发挥学生的主观积极性，同时，一些学生社团等方面的相关群体积极地参与到组织和管理工作中来，真正的提高学生的综合素质和能力，也能丰富体育技能竞赛过程和形式。在整个过程中，需要学生对传统的项目局限性和思想局限性进行改变，从而提高体育技能竞赛项目的竞技性和趣味性，真正地接受程度较高的项目融入其中，以至于能吸引更多的学生使其积极地参与到体育技能竞赛当中来。

5. 结语

综上所述，基于体育技能竞赛的高校体育教学教改，能够重新定位高校体育教学理念，完善其教学方法，对于促进学生个性发展、增强竞争意识以及提升团队意识有着积极的帮助作用。针对高校体育教学中存在的问题，采取有效的改进措施。建立多元化的体育竞赛模式，开展体育社团活动，加强对体育技能竞赛的宣传，进而充分发挥体育技能竞赛在高校体育教学的功能和作用，推动体育实践教学改革，对于学生综合素质的培养优质十分重要的意义。

参考文献：

- [1]谭冬平，徐承建.体育高职院校技能竞赛现状的调查与思考[J].职教通讯，2016（11）：79—82.
- [2]赵俊浩，郭广辉.高职院校结合职业技能开展多形式体育竞赛的探讨[J].运动，2010（9）：66—68.
- [3]王国亮，詹建国.翻转课堂引入体育教学的价值及实施策略研究[J].北京体育大学学报，2016（2）：18—21.