

体育强国战略背景下高校体育教育创新与发展路径研究

前言

在体育强国战略背景下,高校体育教育在提高学生身体素质、培养学生体育技能、推动大学生身心健康发展、帮助学生树立终身体育习惯和促进学生全面发展方面发挥着独特的作用。本文从培育“育人至上、体魄与人格并重”的教育观、创建全方位立体化公共体育体系、培养学生“自觉锻炼+终身体育”意识和习惯、构建“菜单式”体育项目、建立高校四年全程一体化体育育人模式和建立思政目标融入体育教育的三递进动作诊断评价的多元育人评价方式方面进行高校体育教育改革,助推体育强国事业建设。

关键词

体育强国;体育教育;发展路径

在体育强国战略背景下,高校体育在发展学生体育技能、推动大学生身心健康发展、帮助学生树立终身体育习惯和促进学生全面发展方面发挥独特作用。目前,高校体育教育工作面临学生体质下降、学业加重、网络诱惑等各种挑战,传统的体育教育模式无法有效改善大学生体质健康水平,未能充分发挥体育的育人价值功效,新时代高校要通过体育教育体系创新和发展路径来推动体育强国建设。

1 体育强国战略背景下高校体育教育的现状审视

1.1 高校体育教学课程设置不合理

虽然高校在体育教学改革过程中,新增了很多项目,进行了教学模式的创新,但在体育课程设置上仍存在问题。如我国部分优秀健身运动未列入教学内容;高校开设新兴时尚性、趣味性的运动项目较少或没有;部分体育项目未经调查或未了解学生的兴趣爱好,课程设置不能满足学生的需求;很多高校只在大一、大二开设体育课,大三、大四基本不开设;体育课程内容比较陈旧,重实践轻理论现象普遍存在;重视技术和竞技教育,忽略体育文化学习;体育课考核重结果评价轻过程评价现象较普遍;高校领导仅仅重视承办赛事或比赛成绩,忽视了大众体育的发展。

1.2 教学方式难以满足新时代教学的要求

目前,部分高校教师以讲解示范、学生练习的方式进行,未重视学生体育活动中的主体角色,导致学生在学习时处

于被动状态,不利于学生体育技能的内化和主动思考能力的形成。部分教师即使采用了新的教学方法如游戏教学法等,效果也并不明显。

1.3 学生身体素质水平有待提高

国家出台了《体育强国建设纲要》《学生体质健康监测评价办法》等系列文件提高学生的体质健康标准,但通过整理数据发现,大学生的健康问题依然令人担忧。目前,浙江省高校新生肺活量、坐位体前屈、50米跑等项目测试成绩呈上升趋势,但男生立定跳远与1000米跑项目的测试成绩存在下滑趋势,特别是男生引体向上成绩普遍偏低,大一、大二学生体质健康测试成绩明显好于大三、大四学生。

1.4 教学场馆和器材不能满足教学需要

教学场馆配置和器材使用频率与体育教学质量密切相关。虽然各高校体育场馆环境有明显改善,但人均面积仍然不足,室内羽毛球和网球场地共用、室内排球和篮球场地共用现象比较普遍;室外场地加装风雨棚的高校较少,教学效果受天气影响比较大;体育器材配置情况也不理想。

2 体育强国战略背景下高校体育教育创新与发展路径

2.1 实施“体育+课程思政”相结合的“育人至上、体魄与人格并重”的教育观

做好新时代高校体育教育工作,就要坚持将立德树人作为体育教育的根本任务,把推进体育创新作为激发体育

教育活力的根本动力,把加强党对教育工作的全面领导作为根本保证,把“为国争光、无私奉献、科学求实、遵纪守法、团结协作、顽强拼搏”为主要内容的中华体育精神作为精神支柱进行大力弘扬,把实施“‘育人至上、体魄与人格并重’+高校价值塑造、能力培养、知识传授‘三位一体’培养模式”作为主要模式进行广泛推广。

2.2 创建全方位立体化公共体育体系

高校体育教育应坚持“无体育,不可以”原则,发挥体育增强学生体质、磨练学生意志、自觉遵守规则、培养团结协作精神、促进学生身心健康发展等育人优势,构建全方位立体化公共体育新体系。在教学项目设置中,开设田径类、球类、体操类、舞蹈类、武术类、游泳类、新兴时尚类、运动健康类等门类齐全、项目众多的选项课;在教学进程上,采取分层教学,根据学生不同的体质与接受程度,设计多层次的教学内容和教学目标,采取多种手段与方法,促使不同层次的学生在原有基础上都能有所提高,感受到体育带来的乐趣;在教学方式上,融合优质教学资源,采取线下与线上相结合方式,注重身体素质+运动技能+体育理论+能力培养同等重要;在考核方式上,建立思政目标融入体育教育的“体育+课程思政”、三递进动作诊断评价的多元育人评价方式。

2.3 培养学生自觉锻炼+终身体育意识和习惯

在思想上,通过体育大讲堂、慕课教学视频等宣传途径来增强学生对体育知识、技能的了解,使学生树立终身锻炼观念,将学生进行体育锻炼的兴趣爱好由外化转变为内化。通过全员体育锻炼、争取人人过关活动的实施,提高学生的身体素质,使学生养成自觉锻炼+终身体育习惯。

在实践上,对于有一定体育基础和习惯的学生,应基于学生实际情况增加课程内容,以有效满足学生个性化发展需求,实现教学计划、教学内容、教学需求的有机统一。学生的体育群体活动,要围绕学校各类竞赛活动,如新生运动会、年度运动会等,支持体育代表队和社团协会的发展。通过这些措施吸引喜欢体育、有锻炼习惯的同学。针对尚未养成锻炼习惯的学生,学校加强体育教育:一是体育课上必须进行长跑人人过关(男生1000米、女生800米),体质健康测试人人达标等措施对大学生参加课外锻炼起到有效督促作用;二是通过抓“两头”带“中间”,“两头”发力,发挥体育特长生、退役大学生士兵、运动队队员、体育社团成员的带头示范作用,采取帮扶、激励、督促和指导等形式来促进学生全面参与。

2.4 构建“菜单式”体育项目,丰富阳光体育内容

一是要广泛开展阳光体育运动。基于体育竞赛的表征,可以将竞赛活动分为关键竞赛、核心竞赛和普通竞赛3类,依据体育的重要性,依次计划,形成每周有运动、每月有比赛、每季有大赛事的运动氛围,然后以此为依据推动宿舍体育天天练、班级活动周周开、社团体育月月有、项目竞赛季季评、大型竞赛年年比,强化年度全员运动会、体育文化节、阳光体育、体育之星评选等活动的带动作用,进一步拓展活动覆盖面。学生则需要基于自身兴趣爱好,参与除了体育课以外的社团活动、课外体育活动、院系间的体育竞赛等阳光运动。同时,结合体育赛事项目和校园内网平台,打造“运动世界”校际平台、联通课堂、竞赛等体育运动活动,为阳光体育注入动力,提升学生参与黏性。在实践上,高校体育竞赛要不断有新的举措推出,包括1500米长跑、阳光体育、新生运动会、各地区马拉松、校园马拉松、体育文化节、足球赛、篮球赛、羽毛球赛、乒乓球赛、新生杯比赛、体质健康测试等,这些创新举措大大丰富了高校体育教育体系,为贯彻“育人至上、体魄与人格并重”的理念打下了坚实基础。

二是要重视约束和推动制度的制定与完善,如基于高校体育运动活动开展的持续性、动态性,设计阳光体育运动章程、责任制度、推动制度等。同时,基于阳光体育活动中制度的执行情况,以学生易接受的形式,完善制度内容与形式。

2.5 建立高校四年全程一体化体育育人模式

完善贯穿本科全过程的课程体系,构建高校四年全程一体化体育育人模式即“4+4”的课程模式(4个学期有学分必修、4个学期选修)充分保证了学生在校4年的锻炼时间,促进其身心健康。坚持长跑传统、课内长跑测试和课外阳光长跑相结合,既保证了锻炼效果,又培养了学生的意志品质,体现出体育育人传统。提出“无体育,不可以”的理念,体现高校体育传统的传承与发展,同时不断推出体质健康测试、大一第一学期和大二第一学期开展基础体育课等创新举措,引领我省高校体育建设工作。在大一大二体育必修课上,基于学生能力表现和实际需求,动态完善教学内容,以打造更加鲜明的体育课堂体系,如设计趣味性强的素质活动+能力培育+竞赛活动课堂体系,促进学生全方位发展;在三大四大体育选修课上,根据场地条件、学生需求、传统体育项目等开设常规体育与特色体育相结合门类齐全项目丰富的选修课,增加体育选修课程的吸引力。

2.6 建立思政目标融入体育教育的三递进动作诊断评价的多元育人评价方式

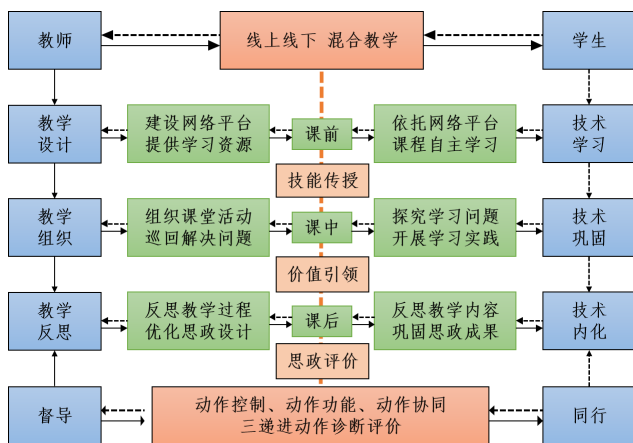


图2 四位一体、思政融入、多元评价体育课程构建

高校体育应采用“技术能力目标+素质（思政）目标评价”的多角度考核方式，树立科学成才观。

体育课程思政教育评价主体多元化，围绕不同主体的认知需求，研究制定教师—督导—学生—同行“四位一体”参与体育课程思政教育评价标准。一是按照课前准备、课中观察和课后反馈三个阶段，研究制定“督导—同行”“学生”课程思政教育评价标准，评价教师课程思政育人意识、方

法、过程、成效；二是按照课前、课中、课后三个环节的改进建议，研究制定《学生课程思政学习成效调查表》和《教师课程思政自我评价量表》，了解学生线上线下学习效果，反思教学资源、教学设计、教学方法、教学活动对思政育人的支撑度。

体育课程实施三递进动作诊断评价策略，能够解决体育教学中无法客观评价运动技能的问题。原有体育教学评价，主要依靠老师的经验和直觉，采用单一的主观评价，缺乏客观及标准化的评价方法，导致学生难以了解运动技能优劣的形成机制，运动技能提升效率不高。通过构建动作控制、动作功能和动作协同三递进动作诊断评价策略，对运动技能实施客观、标准化评价，配合原有的主观评价，构成了较为科学的运动技能教学评价体系，为学生提升运动技能提供了明确路径和抓手。

3 结语

当今中国体育发展正处于从体育大国向体育强国迈进的重要历史时期，高校体育教育作为体育强国事业的重要支撑，高校应坚持“无体育，不可以”的原则，以全面提升学生身体素质为目标，以培育中华体育精神为切入点，以培养终身锻炼习惯为着力点，为建设体育强国提供强劲支撑。

文/乔桂芬，陆长青，胡烈刚，袁张梦盈，余纪良（浙江理工大学科技与艺术学院，浙江杭州 312369）

基金项目：浙江理工大学科技与艺术学院科研项目《健康中国战略下高校体育创新与发展路径的研究》（KY2022011）；2023年绍兴市高等教育教学改革项目《共同富裕背景下三课五进劳动教育体系构建与实践研究》（SXSJG202317）；浙江理工大学科技与艺术学院高等教育教学改革项目《体育与劳动双轮驱动协同推进五育并举的机制与路径研究》（Kyjg2204）

作者简介：乔桂芬，女，河南南阳人，浙江理工大学科技与艺术学院助理研究员，研究方向：高等教育研究与管理；陆长青，男，上海人，浙江理工大学科技与艺术学院副教授，研究方向：高等教育教学与研究；胡烈刚，男，浙江永康人，浙江理工大学科技与艺术学院副教授，研究方向：高等教育教学与研究；袁张梦盈，女，浙江杭州人，浙江理工大学科技与艺术学院讲师，研究方向：高等教育教学与研究；余纪良，男，浙江乐清人，浙江理工大学科技与艺术学院讲师，研究方向：高等教育教学与研究。

参考文献：

- [1] 马宁甫. 体育教学中教学方法对学生身体素质影响的综述研究[J]. 当代体育科技, 2019, 9(20): 145-148.
- [2] 石松源, 张丽. 体育强国背景下高校体育的作用、现状与优化路径[J]. 甘肃教育研究, 2023, 4(4): 92-95.
- [3] 王悦. 体育强国背景下高校公共体育课改革路径探索[J]. 中国高等教育, 2022(21): 56-58.