

基于创新人才培养的体操教学改革策略研究

王海波

(沈阳体育学院体育教育学院, 辽宁沈阳 110102)

摘要 ▶ 文章旨在探讨基于创新人才培养的体操教学改革策略, 并通过理论分析, 提出一套可行的教学改革方案。通过引入创新人才培养理念, 结合体操教学实践, 旨在提高学生综合素养和创新能力, 促使体操教学更好地适应当代社会需求, 这项研究对于推动体操教学的创新和提升人才培养质量具有一定的理论和实践价值。

关键词 ▶ 体操教学; 创新人才培养; 体育教学改革

DOI: 10.16730/j.cnki.61-1019/g8.2024.08.032

在当今社会, 国家的硬实力、软实力深受人才实力的制约。《中国青年报》指出高校在国家创新体系中扮演关键角色, 是培养创新型人才的主阵地。同时, 体操作为一项综合性体育运动, 在塑造身体素质、提升协调能力方面一直发挥关键作用^[1]。然而, 传统体操教学模式无法满足当代社会需求, 需更关注学生创新能力和综合素养的培养。因此, 在体操教学中引入创新人才培养理念成为当务之急, 以便重新审视体操教学目标和方法, 迎接不断演变的体操运动需求。这一转变不仅关乎体育教育的创新, 更涉及国家人才培养战略的调整, 对于培养具备全面素质的新一代体操人才具有深远的意义。

1 传统体操教学的局限性

1.1 教学内容单一

传统体操教学往往局限于基础动作的传授和反复练习, 导致教学内容相对单一, 难以满足学生多样化的需求和潜在的兴趣。这种单一性不仅使得学生的学习过程缺乏趣味性, 而且阻碍了其在体操领域中的全面发展。首先, 传统体操教学过于注重基本功的机械训练, 将学生束缚在狭窄的技术范畴内, 忽视了个体差异和创造性的发挥。学生在单一的教学内容下可能会失去对体操的兴趣, 甚至出现对学习的抵触情绪, 影响其对体操的热情。其次, 仅关注基础动作的传授容易使教学陷入僵化, 难以满足当代学生对多元化运动形式的需求。信息时代, 学生对新颖、多样的体验有着更高的追

求, 而传统教学的单一性难以激发学生的学习兴趣, 也限制了他们在体操领域中发展多元化技能的可能性^[2]。最后, 体操本身是一项富有创意和表演性质的运动, 但传统体操教学过于注重技术细节, 忽略了对学生的表演和创新能力的培养。这导致学生在学习过程中缺乏自我表达的机会, 影响了他们的创造性思维和综合素养的培养。

1.2 缺乏个性化教学

传统体操教学在实践中常常表现为缺乏个性化教学, 这一局限性体现在多个层面。首先, 传统体操教学过于注重统一的技术标准, 忽视了学生在体操运动中的个体差异。每位学生的身体素质、灵活性、力量水平都存在差异, 传统教学常常采用一刀切的方式, 对所有学生施以相同的教学内容和方法。这使得一些学生在体操技能的学习过程中难以找到适合自己的训练方法, 导致学习兴趣下降。其次, 传统体操教学忽视了学生个体发展的阶段性差异。青少年在生理、心理和社会方面的差异使得他们在学习体操技能的过程中存在不同的需求和挑战。缺乏个性化教学容易使教学脱离学生的实际情况, 无法满足不同发展阶段学生的学习需求, 阻碍了他们在体操领域的全面发展。此外, 个性化教学对于激发学生的学习兴趣 and 潜力是至关重要的。传统体操教学模式中, 由于过分注重技术规范 and 固定模式的训练, 学生会觉得单调乏味, 导致他们在学习体操过程中难以激发个人的独特潜能和兴趣^[3]。

作者简介: 王海波, 男, 讲师, 研究方向: 体育教学与训练。

1.3 考核体系不完善

在传统体操教学中,考核体系不完善对学生的学习动力、发展潜力和实际能力都产生了影响。传统的考核体系主要以技术动作的规范程度为评价标准,忽视了学生在实际运用体操技能中的创新能力和综合能力。过于强调技术的精湛程度容易使学生在训练中追求形式而忽略内涵,导致他们在实际运用体操技能时缺乏灵活性和创造性。传统的考核方式较为单一,通常以固定的赛事规则和评分标准为依据,难以全面评价学生的体操水平。学生在这样的考核体系下,可能只追求规定的动作和套路,忽略了对体操艺术性和表演能力的培养。这导致了学生在实际运用体操技能时可能显得生硬,缺乏流畅的表演和创意性的展示。此外,传统考核体系偏重成果,而忽略了学习过程中的发展和进步。体操是一项需要长期积累和不断突破的运动,而传统的考核方式难以充分反映学生在学习过程中的成长和努力。由于感受不到自己在学习中的进步和成就感,可能会导致一些学生对体操教学失去兴趣。

2 创新人才培养理念在体操教学中的意义

创新人才培养理念在体操教学中的引入具有深远意义,不仅为学生的个体发展提供了更广阔的空间,同时也使体操教育更好地适应了时代发展的需求。首先,创新人才培养理念强调学生的综合素养。传统体操教学注重技术动作的规范性,但创新人才培养理念更注重学生在实际运用体操技能的素质。通过在教学中融入综合素养培养,学生可以更全面地发展体操技能,包括表演艺术、团队协作、创新能力等多个方面,使其在竞技场上和生活中更具竞争力。其次,创新人才培养理念强调培养学生的创新能力。体操运动本身就是一项富有创意性和表演性的运动,创新人才培养理念通过在教学中培养学生创新性思维,使他们不仅能够熟练掌握技术动作,也能展现出个人的风采和独特的创新精神。另外,创新人才培养理念促使体操教学更贴近学生的兴趣和需求。通过了解学生的个性和兴趣,教师能够进行个性化的引导,使学生在学学习体操时能够找到更多乐趣和动力,激发学习热情。最重要的是,创新人才培养理念使体操教学更符合当代社会对人才的要求。随着社会的不断发展,对于体操人才的要求不再仅仅停留在技术的熟练程度,更强调个体的综合素质和创新能力。创新人才培养理念顺应了这一趋势,为培养适应未来社会发展需要的体操人才提供了有力支持。

3 体操教学改革策略

3.1 课程设置与内容更新

在实施基于创新人才培养理念的体操教学改革中,课程设置与内容更新是关键环节,其合理设计将直接影响学生的学习效果和创新能力培养。首先要重新设计课程结构,引入更多元化、富有创新性的内容。传统体操教学中,注重基础动作的反复训练,但缺乏变化和创新。通过增加课程中的创意体操、自由体操等元素,使学生在学学习体操时有更多的发挥空间,激发其创新思维^[4]。例如,可以设计特色体操项目,鼓励学生根据自身特点创编独特的动作组合,促使其在运动中展示个性和创造力。其次是更新教材内容,融入当代体操运动的发展趋势。随着体操运动的不断演变,新的技术和动作不断涌现。更新教材内容,及时引入当代体操赛事中的新动作和新规则,使学生对体操运动有更全面深入的了解。例如,可以引入空中翻腾、曲线旋转等新颖而具有挑战性的动作,激发学生对于新技术的学习兴趣,提高其对创新动作的适应能力。

结合综合素质培养,一是将课程内容与其他学科有机结合。通过与舞蹈、表演艺术等相关学科的融合,使学生在体操教学中不仅可以锻炼技能,还能培养综合素养。例如,可以设计与音乐配合的体操表演,使学生在动作完成的同时,展现出艺术性和表演能力,促进他们在多个领域中全面发展。二是注重课堂实践和实际运用。体操教学不仅仅是技术动作的训练,更是实际运用的过程。通过增加实践环节,让学生在真实的体操场地中应用所学技能,培养其在实际场景中的创新能力。例如,可以组织模拟比赛,让学生在赛场上运用所学技能进行现场表现,提高在实际竞技中的应变能力和创新水平。

3.2 教学方法创新

首先,引入个性化教学,根据学生的差异性特点,设计差异化的教学方案。例如,对于身体柔韧性较好的学生,可以进行高难度动作的训练,如双杠空翻等;对于力量较强但柔韧性相对较差的学生,则可以通过拉伸运动和腰椎的柔韧性训练来提高其体操技能。采用互动教学方法,建立学生与教师、学生与学生之间的良好互动。例如,通过小组合作完成一套体操动作,在团队协作中培养学生沟通和协调能力,促进学生之间的互动与合作。这样的互动教学方法可以使生更好地理解 and 掌握体操技能,同时培养其团队协作精神。

其次,借助现代科技手段,引入多媒体教学,通过图文

并茂、动画演示等形式,使学生对体操动作有更清晰的认识。例如,使用投影仪展示体操动作的示范视频,让学生在观看中更好地理解 and 模仿。这有助于提高学生对于体操技能的理解深度,使其在学习过程中更具主动性和创造性。此外,注重综合素质培养,将体操教学与其他学科和实际生活结合起来。例如,通过体操动作模拟生活中的常见动作,如倒立、翻滚等,使学生在习体操技能的同时,培养他们的身体协调性和实际运用能力^[5]。采用循序渐进的教学方法,逐步引导学生提升体操技能。例如,从基础动作开始,逐步增加难度,让学生在过程中不断挑战自我,培养其适应新动作的能力。

3.3 赛事体系的优化

通过优化赛事体系,可以更好地激发学生对于体操的热情,培养其竞技能力和创新意识。首先,改变传统的比赛模式,引入创新性赛事。例如,可以设计创意体操比赛,让学生在规定的时间内自行创编体操动作,突出个性和创新。这样的比赛模式不仅考验学生的技术水平,更能够激发其创造性思维,培养其在实际运用中表现出的创新能力。其次,增加多样性赛事,涵盖更广泛的技能要求。传统赛事体系通常注重固定动作和套路,但实际体操运动中有许多不同的方向和要素。例如,可以设置自由体操、平衡木、跳马等不同项目的比赛,让学生更全面地发展体操技能,增加比赛的趣味

性和挑战性。最后,鼓励团队合作,设计团体比赛。通过团体比赛,学生可以在协作中培养团队精神,共同追求比赛的胜利。例如,组织团队自由体操比赛,要求每个团队设计一套独特的体操表演项目,既考验个体技能,也注重整体团队的协调性。此外,引入更贴近实际运用的实用性赛事。例如,设置模拟比赛场景,要求学生在模拟的比赛环境中完成各类动作,考验其在实际竞技场上的适应能力。这样的实用性赛事既可以检验学生的技能水平,也能够培养其实际运用体操技能的能力。通过学习和引入国际上先进的赛事规则和评分标准,使国内的赛事体系更趋于国际化,有助于培养学生成为具有国际竞争力的体操人才。例如,可以邀请国际级裁判参与赛事评分,提高比赛的专业性和公正性。

4 结语

本研究强调了创新人才培养理念在体操教学中的重要性。首先,通过优化课程设置与内容更新、创新教学方法以及改进赛事体系,体操教育可以更好地满足当代学生的需求,培养出更具创新力和更高综合素养的体操人才。其次,未来的发展方向可以在体操教学改革中寻找,通过引入更多新颖的体操动作和创新性赛事,借助科技手段提高教学效果,同时加强国际交流,吸收国际先进经验,提高体操教学水平。

参考文献:

- [1] 姜立波.民办高校创新型人才培养质量分析[J].黑龙江科学,2023,14(13):118-120.
- [2] 于笑迪.高校艺术体操教学的现存问题分析及改革策略研究[J].赤峰学院学报(自然科学版),2011,27(9):132-133.
- [3] 王可.探讨高校体操教学改革途径与策略[J].湖北函授大学学报,2014,27(12):137-138.
- [4] 李小蓉.基于创新人才培养目标的高校教学改革策略探究[J].智库时代,2018(24):40+42.
- [5] 刘官秀.人才培养方案下体操教学改革探索[J].冰雪体育创新研究,2022(15):82-85.