

# 大专院校体育教学存在的问题及优化策略

臧少文

邯郸幼儿师范高等专科学校大名校区 河北 邯郸 056900

**摘要:** 本文分析了大专院校体育教学中存在的问题,包括课程设置滞后、教学方法单一、体育设施不足及学生参与兴趣低等,并提出相应的优化策略,如更新课程设置、创新教学方法、完善体育设施与器材、提升教师素质以及激发学生兴趣。本文还强调了学校领导支持、教学管理部门监督与评估以及教师积极参与的重要性,为大专院校体育教学的改进提供了参考。

**关键词:** 大专院校; 体育教学; 问题; 优化策略

## 1 大专院校体育教育的重要性

大专院校体育教育的重要性不容忽视,它不仅是促进学生身心健康发展的关键环节,也是培养学生全面素质、塑造健康生活方式的重要途径。在当今社会,随着工作压力的增加和生活节奏的加快,良好的身体素质和健康的心理状态已成为人们应对挑战、实现自我价值的重要基石。大专院校体育教育通过系统的体育活动和锻炼,能够有效提升学生的心肺功能、肌肉力量、柔韧性及协调性等身体素质,为学生未来的职业发展和生活品质奠定坚实的基础。同时,体育教育还能够培养学生的团队协作精神、竞争意识和抗压能力。在团队项目和体育竞赛中,学生需要学会与他人沟通合作,共同应对挑战,这有助于增强他们的社交能力和集体荣誉感。此外,面对比赛中的胜败得失,学生也能学会调整心态,提高自我控制能力,为将来在复杂多变的社会环境中保持稳健的心态和行动力做好准备。因此,大专院校应高度重视体育教育,加大投入力度,优化课程设置,丰富教学内容,提升教学质量<sup>[1]</sup>。通过加强体育师资队伍建设和完善体育设施条件、举办多样化的体育活动等方式,不断激发学生的运动兴趣和参与热情,让学生在体育活动中享受乐趣、增强体质、锤炼意志,最终实现身心健康、全面发展的目标。

## 2 大专院校体育教学存在的问题

### 2.1 课程设置与内容滞后

当前,许多大专院校在体育课程设置上仍停留在传统框架内,未能紧跟时代发展和学生需求的步伐。课程设置往往偏重于传统体育项目,如田径、篮球、足球等,而忽视了新兴体育项目和个性化需求的满足。这种滞后性不仅体现在项目种类的单一上,还反映在教学内容的陈旧与缺乏创新上。许多课程沿用多年不变的教学大纲,未能及时融入最新的体育科研成果和教学理念,

导致学生无法接触到前沿的体育知识与技能;课程设置还缺乏系统性和连贯性,不同学期、不同年级之间的课程难以形成有效的衔接与互补,影响了学生体育素养的持续提升。

### 2.2 教学方法单一

大专院校体育教学方法的单一性是当前体育教学中亟待解决的另一大问题。传统的教学方法往往以教师讲授、学生模仿练习为主,忽视了学生在教学中的主体地位和个体差异。这种填鸭式的教学模式不仅难以激发学生的学习兴趣 and 积极性,还限制了学生创新思维和自主学习能力的培养。在教学过程中,教师往往过于注重技术动作的规范性和准确性,而忽视了学生运动技能的实际应用和情感体验;教学方法的单一性还表现在教学手段的匮乏上,许多教师未能充分利用现代科技手段如多媒体、网络等辅助教学,使得课堂教学缺乏生动性和趣味性。这种教学方法的局限性不仅影响体育教学的效果,也限制学生综合素质的全面发展。

### 2.3 体育设施与器材不足

体育设施与器材是开展体育教学和课外体育活动的物质基础,其完善程度直接影响着体育教学的质量和效果。当前许多大专院校在体育设施与器材的配备上存在着明显的不足。一方面,由于经费投入有限,学校难以购买和维护高质量的体育设施和器材;另一方面,学校对体育设施的规划和管理也缺乏科学性和合理性,导致部分设施使用效率低下甚至闲置浪费。这种设施与器材的不足不仅限制了体育教学项目的多样性和趣味性,也增加学生在运动过程中的安全风险<sup>[2]</sup>。例如,在篮球场、足球场等热门运动场地常常出现人多地少、设施陈旧等问题,影响学生的运动体验和锻炼效果;而在一些冷门运动项目中,由于缺乏相应的设施和器材支持,学生往往只能望而却步。

## 2.4 学生参与兴趣低

由于课程设置与内容滞后、教学方法单一以及体育设施与器材不足等多方面因素的影响,学生对体育课程的兴趣和热情逐渐降低。许多学生将体育课程视为一种负担和压力,缺乏主动参与和积极锻炼的动力。在课堂上,他们往往表现出消极敷衍、应付了事的态度;在课外体育活动中,他们也难以形成稳定的运动习惯和持续的运动兴趣。由于学生之间存在个体差异和兴趣爱好的不同,传统的体育教学模式难以满足所有学生的需求,导致部分学生因找不到适合自己的运动项目而逐渐失去对体育的兴趣和信心。学生参与兴趣的低下不仅影响了体育教学的效果和质量,也制约了学生身体素质和综合素质的全面提升。

## 3 大专院校体育教学的优化策略

### 3.1 更新课程设置与内容

为了应对当前大专院校体育课程设置与内容滞后的问题,首先要从课程体系的顶层设计上入手,进行彻底的改革与创新。一方面,应该紧密结合时代发展和学生需求,引入更多新颖、有趣的体育项目,如攀岩、定向越野、瑜伽、健身操等,丰富课程种类,满足不同学生的个性化需求。同时,这些新兴项目往往具有较强的趣味性和挑战性,能够激发学生的参与兴趣和运动热情。另一方面,应定期评估和更新教学内容,确保课程内容紧跟时代步伐,融入最新的体育科研成果和教学理念。这可以通过组织专家研讨会、教师培训等方式来实现,确保教师能够及时掌握前沿知识,并将其融入到教学中去;还应加强不同年级、不同学期课程之间的衔接与互补,形成系统、连贯的课程体系,为学生的终身体育奠定坚实的基础。

### 3.2 创新教学方法与手段

针对当前大专院校体育教学中存在的教学方法单一问题,可以采取以下措施进行改进。首先,应倡导“以学生为中心”的教学理念,尊重学生的主体地位,关注学生的个体差异和兴趣爱好,采用灵活多样的教学方法和手段来满足学生的不同需求。例如,可以采用分层教学、小组合作学习等方式,根据学生的运动能力和兴趣特点进行分组教学,提高教学的针对性和实效性。其次,应充分利用现代科技手段辅助教学,如利用多媒体、网络等资源进行体育教学资源的整合与共享,拓宽学生的学习渠道和视野。另外,还可以引入游戏化教学理念,将体育活动与游戏相结合,增强课堂的趣味性和互动性,提高学生的学习兴趣和参与度。最后,应加强体育教学的实践性和应用性,注重培养学生的运动技能

和实际应用能力,让学生在运动中体验成功的喜悦和成就感,从而激发他们的运动兴趣和热情。

### 3.3 完善体育设施与器材

体育设施与器材的完善是保障体育教学顺利进行的重要条件;针对当前大专院校体育设施与器材不足的问题,首先应加大对体育设施的投入力度,确保学校拥有足够的体育场地和设施来满足教学和课外体育活动的需求。在投入资金时,应优先考虑学生使用频率高、安全性好的设施项目,如篮球场、足球场、乒乓球室等。同时,还应定期对现有设施进行定期维护和保养,确保其安全、可靠、高效地使用。其次,合理规划体育设施的布局和使用方式,提高设施的利用率和效益。例如,可以通过错峰使用、分时开放等方式来缓解设施紧张的问题;还可以通过引入智能管理系统等方式来提高设施的使用效率和管理水平;还应鼓励和支持学生自带器材进行课外体育活动,以缓解学校器材不足的问题<sup>[1]</sup>。最后,在采购和更新体育器材时,应注重器材的质量和性能,确保其符合国家安全标准和教学需求。同时,还应加强对学生使用器材的安全教育和指导,确保学生在使用过程中的安全。

### 3.4 提升教师素质与能力

教师是体育教学的直接实施者,其素质与能力的高低直接影响着教学效果的好坏。第一,应加强对体育教师的专业培训与继续教育。通过组织定期的培训班、研讨会和学术交流活动,帮助教师更新教学理念、掌握新的教学方法和手段、了解最新的体育科研成果,从而不断提升其专业素养和教学能力。同时,鼓励和支持教师参加各类体育赛事和裁判工作,以提升其实践经验和运动技能水平;第二,应建立完善的教师评价体系和激励机制。通过科学合理的评价体系,对教师的教学态度、教学效果、科研能力等方面进行全面评估,并根据评估结果给予相应的奖励和晋升机会,以激发教师的工作积极性和创造力;第三,还应加强师德师风建设,引导教师树立正确的职业道德观念和教育观念,做到言传身教、以身作则,为学生树立良好的榜样。

### 3.5 激发学生参与兴趣与积极性

学生是体育教学的主体,他们的参与兴趣和积极性直接关系到体育教学的成效。因此,激发学生参与兴趣与积极性是优化体育教学策略的重要目标。(1)丰富体育课程内容和形式。通过引入多样化的体育项目、设置有趣的比赛和活动、采用灵活多样的教学方法等手段,增加体育课程的趣味性和吸引力,让学生在轻松愉快的氛围中积极参与体育锻炼。同时,还应注重课程内容的

实用性和应用性,让学生在过程中掌握实用的运动技能和健康知识,提高其实践能力和自我保健能力。

(2) 建立多元化的评价机制。除了传统的考试和测评外,还应通过学生自评、互评、教师评价等多种方式对学生的体育表现进行全面评价,让学生感受到自己的进步和成就,从而激发他们的参与兴趣和自信心。(3) 加强与家长的沟通和合作,共同关注学生的身体素质和心理健康状况,形成家校共育的良好氛围,为学生的全面发展提供有力保障。

#### 4 大专院校体育教学优化策略的实施保障

##### 4.1 学校领导的重视与支持

对于体育教学优化策略的实施而言,学校领导的重视是首要保障。学校领导应当充分认识到体育教学在培养学生全面素质、促进学生身心健康发展中的重要作用,将体育教学视为学校教育的重要组成部分。在具体实施上,学校领导需要为体育教学提供必要的政策支持 and 资源保障,包括经费投入、场地设施改善、师资队伍建设和等。同时,学校领导还应积极参与与体育教学改革的规划与决策过程,为优化策略的制定和实施提供指导方向。通过领导的示范和引领作用,能够在校园内形成重视体育教学的良好氛围,为优化策略的实施创造有利条件。

##### 4.2 教学管理部门的监督与评估

教学管理部门应建立完善的监督机制和评估体系,对体育教学改革的进展情况进行定期检查和评估。通过监督,可以及时发现和解决实施过程中存在的问题和困难,确保改革措施能够按照既定目标顺利推进。评估则是对改革效果进行量化分析和总结反馈的过程,通过评估可以了解优化策略的实际效果、存在的问题以及改进的空间。教学管理部门应根据评估结果及时调整和优化改革措施,确保体育教学改革的持续性和有效性。同时,教学管理部门还应加强对教师的指导和培训,提高教师对体育教学改革的认识和理解水平,增强其参与改革的积极性和主动性。

##### 4.3 教师的积极参与与配合

教师是体育教学优化策略的直接执行者,其积极参与和配合是确保策略成功实施的关键因素。教师应充分认识到体育教学改革的重要性和紧迫性,积极投身到教学改革中来。在教学过程中,教师应主动探索和实践新的教学方法和手段,努力提升自己的专业素养和教学能力。同时,教师还应加强与学生的沟通和交流,关注学生的需求和反馈,及时调整自己的教学策略和方法以适应学生的变化。在参与教学改革的过程中,教师应保持开放的心态和学习的态度,积极借鉴和学习其他教师的先进经验和成功做法<sup>[4]</sup>。通过教师的积极参与和配合,可以确保体育教学优化策略在实践中得到有效执行和持续改进,最终达到提升教学质量和促进学生身心健康发展的目的。

#### 结束语

综上所述,大专院校体育教学的优化是一个系统工程,需要学校、教师和学生三方面的共同努力。通过实施上述优化策略,不仅能够有效提升体育教学的质量和效果,还能够更好地促进学生的身心健康和全面发展。未来,期待大专院校在体育教学领域不断创新与实践,为学生的健康成长和社会发展贡献更大力量。

#### 参考文献

- [1]王亚非.大专院校体育教学存在的问题及优化策略[J].科技资讯,2022,20(18):180-183.DOI:10.16661/j.cnki.1672-3791.2112-5042-1348.
- [2]李艳涛.大专院校体育教学发展路径探索[J].学周刊.2020,(11).DOI:10.16657/j.cnki.issn1673-9132.2020.11.002.
- [3]沈越华.大专院校体育教学存在的问题及优化策略[J].文渊(中学版),2020(1):72-73.
- [4]沈军.浅谈大专院校基础体育教育对学生能力的培养[J].教育现代化.2018,(5).DOI:10.16541/j.cnki.2095-8420.2018.05.013.