

体育强国背景下高校体育教学创新与发展研究

王静

华东理工大学 体育科学与工程学院, 上海 200030

DOI:10.61369/ECE.2025130024

摘 要 : 体育强国战略是提高国家综合实力的重要举措, 高校体育教学作为培养优秀人才、传递运动文化、传承体育文化、输送体育后备力量的重要途径, 是实施这一战略的重要环节, 其创新与发展直接关系到战略目标的实现。本文是在体育强国建设战略的大背景下, 针对目前高校的体育教育观、课程设置、教学方式以及评价体系等方面的不足进行分析, 寻找改进方法, 提出了变革教育理念、重新设计课程设置、融入科学技术发展、完善保障制度等多个措施, 促进高校体育教学与健康中国的建设、竞技体育的发展、体育经济的协调发展, 从而为培养全面发展的体育人才、夯实体育强国建设的人才基础提供理论参考。

关 键 词 : 体育强国; 高校; 体育教学

Research on Innovation and Development of College Physical Education Teaching under the Background of Sports Power

Wang Jing

School of Sports Science and Engineering, East China University of Science and Technology, Shanghai 200030

Abstract : The sports power strategy is an important measure to improve the country's comprehensive strength. As an important way to cultivate outstanding talents, pass on sports culture, inherit sports culture, and transport reserve sports forces, college physical education teaching is an important link in the implementation of this strategy, and its innovation and development are directly related to the realization of strategic goals. Under the background of the strategy of building a sports power, this paper analyzes the deficiencies in the current college physical education concept, curriculum setup, teaching methods and evaluation system, finds improvement methods, and puts forward several measures such as changing educational concepts, redesigning curriculum setup, integrating the development of science and technology, and improving the guarantee system. These measures aim to promote the coordinated development of college physical education teaching with the construction of Healthy China, the development of competitive sports, and the sports economy, so as to provide theoretical reference for cultivating all-round developed sports talents and consolidating the talent foundation for building a sports power.

Keywords : sports power; colleges and universities; physical education teaching

引言

近年来, 我们将建设体育强国的目标纳入国家战略, 以《“健康中国2030”规划纲要》与《“十四五”体育发展规划》等政策文件, 推进学校体育教育、提高全民健体能力以及增强运动竞技力量促进体育事业的持续发展。高校作为人才培养的主要阵地, 也是传播体育文化的关键地带, 必须担负起为国家输送竞技体育后备人才、推动体育事业发展以及传承中华民族体育精神的重任。

一、体育强国背景下高校体育教学的时代要求

(一) 服务全民健康, 强化“健康第一”的教育理念

“健康中国”是体育强国的基础, 高校体育课需要树立正确的教学理念, 不断将“健康第一”的思想落到实处, 激励学生热爱运动、掌握正确健身方法、养成终身运动习惯, 为全国人民的

整体健康打下基础。针对高校生常见的身心健康问题, 高校体育课可开设运动与健康促进、运动与健康管理相关的知识点, 引导学生采用运动来维护自身身心状态等^[1]。

(二) 支撑竞技体育, 培养高水平后备人才

作为竞技体育的重要组成部分, 运动竞赛项目是“高校教育的基础”, 这意味着必须由高校教育与专业的体校共同承担, 去培

养体育后备力量,实现“体教结合”,从普通学校内筛选出具有潜力的学生,在课余时间或比赛中加以训练以成为后备人才^[2]。

（三）传承体育文化，增强民族体育自信

体育强国不仅是实力的体现，更是文化软实力的象征。高校应当重视对于我国传统体育文化的传承，例如将太极拳、龙舟、舞龙舞狮等传统运动纳入课程教学计划之中，积极汲取世界先进的体育意识形态，培养学生跨文化体育交际能力，促进我国体育文化走向全世界。

二、高校体育教学的现状与面临的挑战

（一）教学理念滞后，与战略目标脱节

部分高校依然将体育课程视为“辅助性课程”，体育课程只针对“达标检测”和“技能考核”而设置，忽视学生的个性化诉求和终身体育观念培养。此外，在教学中缺乏对学生进行体育精神、团体协作等方面的素养浸润，难以达到体育文化传承要求。^[3]

（二）课程体系同质化，适配性不足

一方面，主导的课程内容选择向传统篮球、足球、田径等项目倾斜，对新兴攀岩、滑板、瑜伽等项目缺少关注，学生的多层次的兴趣没有得到全面发展^[4]。另一方面，内容不贴近社会需要，缺少有关健康管理、体育产业发展以及竞技体育后备人才培养等内容，导致学生在体育强国的复合式发展需求方面缺乏准备；再一方面，教学中的理论性内容较少，学生对体育科学、运动规律等部分了解较少，从而导致自身科学健身技能的缺失。

（三）教学方法单一，技术融合度低

目前，我国高校体育课程仍以教师示范学生模仿的传统授课模式为主，缺少相互的探讨和创新型教学环节的设置。虽然部分学校配备了多媒体设备，但只应用在观看教学视频的层面，并没有将其整合大数据、智能化以及VR等优势发挥到极致^[5]。比如不能通过装备运动轨迹来实时监测学生的动作规范和运用VR来进行比赛模拟的战术训练，这会使教育的效果和质量难以达到标准。

（四）评价机制片面，导向性偏差

结果性考核是当前评价制度的主体部分，注重成绩与技术标准来评定，并没有考虑过程化、综合性全人素质培养，导致学生进行考练专项型的训练，缺乏形成良好的健身习惯的意识，也没有把体育精神、团结协作、创造力等融合到测评中来，因此无法真实反映出学生的体育水平，也违背了建设体育强国的多元化需求^[6]。

三、体育强国背景下高校体育教学创新对策

（一）强化终身体育意识培育，激发学生运动内驱力

在体育强国建设背景下，学校应注重加强学生终身锻炼观念意识的培养。传统的体育教育往往更加重视短周期技能教育、学业任务的完成，而忽视学生长期健身的行动以及观念的指导。为补足这一短板，学校可以开展关于体育的演讲活动，并邀请体育

领域专家和运动员讲述体育如何助力个人生活、事业提升的故事，让学生真正体会到体育不仅仅是在学校、课堂、阶段的学习，更能够影响人的一生。还可以充分利用学校主要宣传阵地，校日报、校园电台和官方微博等，建立体育专栏、推送体育健康时事、励志体育故事及实用的运动训练方案等内容，营造浓厚体育精神氛围，让学生潜移默化地接受体育是长期且健康的生活方式的观念。教师要注重引导学生去找到自己在体育中的兴趣，根据每个人的不同特点，给出具有针对性的运动处方或计划，使其认识到体育是生活的一部分，从而激发学生自主性体育锻炼的主观能动性，为终身锻炼打下基础^[7]。

（二）创新教学方法，提升体育教学质量与效果

在体育强国建设要求下，高校需要不断地对体育教学模式进行探索与创新，改变当前的体育课堂以教师示范讲解、学生模仿为主的单一课堂教学方式，针对不同的学生提供丰富的学习方式。为满足不同学生需求，教师可尝试应用分层教学模式，教师对学生身体状态、运动技能水平、运动喜爱程度等条件进行层级判断，将学生归入不同的教学小组中。然后按小组差异建立差异化的教学目标、主题与评价标准。对于基本身体素质和运动基础较差的学生，主要掌握基本的健康锻炼与简单的运动方法内容，减轻学习难度与压力，逐渐加强学生的自信心和运动能力；而对于身体健康、运动能力强的学生，提供难度较大的练习内容、参与比赛的机会，满足学生向上的需求。同时，应用信息化教学手段，比如使用健身APP辅助教学，教师可以借助APP布置户外体育作业^[8]，如网上观看体育课、完成锻炼打卡作业等，也可以实时了解学生身体状态，如运动时长、步数、心率等，据此对教学方法及时调整；利用虚拟现实与增强现实技术，为学生创造沉浸式的运动体验场景，如虚拟滑雪、划船、网球等，促进体育课学习趣味性和新颖性。

（三）完善课程体系，丰富体育教学内容

我国高校体育现行课程内容单调乏味、趋于同质化。为使我国的体育强国战略早日实现，高校需要对高校体育进行课程改革和创新。第一，传承发展传统的运动项目，例如篮球、足球、田径等，同时也要引进新兴的体育项目和特色体育项目。我们可以开设新兴的体育课程，例如攀岩、飞盘、皮划艇等，以培养学生的学习兴趣和探索兴趣。发掘本校乃至地域特色体育项目，将它们纳入校本课程教学体系中，既有利于本土文化传承与发扬，也能给学生以“乡土教育”的独特体验；第二，注重体育相关课程设施建设。现在很多高校的体育基础课程比例较少，而且课程内容主要是对一些基本的体育知识概念的介绍。应增加基础课程的比重，将课程范围扩展到运动生理学、运动心理学、运动康复学中与身心健康促进、健康管理相关的部分内容。通过科学系统的理论知识学习，使学生对体育的本质有更加深入的认识，学会怎样科学地进行体育运动、怎样健康科学地生活，并以此对学生的体育知识体系形成补充^[9]，达到提升学生对体育理解的目的，从而更好地指导他们在生活中开展体育实践活动；第三，开设体育赛事组织与管理、体育摄影、体育市场营销等各类体育选修课，拓宽学生的体育知识体系，增强学生的体育相关能

力，为扩展学生的体育兴趣和从事体育相关行业的发展储备相关知识。

（四）加强师资队伍建设和提升体育教师专业素养

体育教师是高校体育教学工作的主要实施者，其综合素质直接影响着教学质量。在体育强国建设的背景下，高校应加强师资队伍的建设。

第一，加强体育教师培训力度，定期组织体育教师参加各类体育专业学习研讨、学术讨论会议、教学技术培训班，不仅注重体育技术技能提升，即最新体育锻炼手段、体育教学方法等，同时也关注教育思想观念更新，如怎么开展素质教育、以学生为中心的教学理念等，鼓励教师投身于教学研究、学术研究中，并对那些在教学研究中取得突出成绩的教师予以表彰奖励，以此营造良好的学术氛围，促使教师不断进步，提高教师的教学研究能力。

第二，转变体育教师的招聘方式，拓展体育教师吸纳渠道，除了传统招收体育教育学科专业的学生外，还应该吸纳具有体育

产业发展、体能康复治疗、体育信息科技等专业特长的人才，加强体育教师团队的力量，使其具有更广泛的学术背景，能满足多类型体育课的教学需求以及体育学科发展需求^[10]。同时，创建体育教师与体育产业从业者沟通合作机制，邀请一些优秀的运动员、体育教练员、体育公司经理等进入课堂，参与到体育教师间交流互动中来，分享当前体育界的最新风向和实践经验，让其对体育行业发展有更深入的认识，为课堂注入新鲜血液。

四、结束语

综上所述，高校继续深化改革，坚持“健康第一”的理念，是构建体育强国人才的基础，也是助力健康中国建设，推动体育长期发展的关键。根据体育强国战略的不断深入，高校应当紧跟时代潮流，进一步强化终身体育的理念，更新教学方式，优化课程设计，提升师资水平。

参考文献

- [1] 赵富学. 高校体育课程思政资源共建共享的区域性协作机制研究 [J]. 北京体育大学学报, 2022, 45(6): 1-11.
- [2] 蒋云龙, 高力翔. “体教融合”视域下高校体育教育领域的发展策略研究 [J]. 南京体育学院学报, 2021, 20(9): 62-64.
- [3] 李爱群, 吕万刚, 漆昌柱, 等. 理念·方法·路径: 体教融合的理论阐释与实践探讨——“体教融合: 理念·方法·路径”学术研讨会述评 [J]. 武汉体育学院学报, 2020, 54(7): 5-12.
- [4] 孙科, 刘铁军, 马艳红, 等. 中国特色体教融合发展思考——对《关于深化体教融合促进青少年健康发展意见》的诠释 [J]. 成都体育学院学报, 2021, 47(1): 13-20.
- [5] 彭响, 胡科, 刘如. 学校深化体教融合视域下青少年身体素质培育的理论阐释与实践逻辑 [J]. 体育学刊, 2022, 29(3): 89-95.
- [6] 浦义俊, 吴贻刚, 率德宏. 历史与变迁: 德国竞技体育发展方式的人本化回归及战略价值研究 [J]. 山东体育学院学报, 2019, 35(5): 18-24.
- [7] 陈德明. 新时代体育工作的根本遵循——学习习近平总书记关于体育强国建设重要论述体会 [J]. 奋斗, 2022(11): 15-18.
- [8] 李乐虎, 王健, 高奎亭, 等. 深化体教融合背景下我国学校体育治理的现实困境与路径选择 [J]. 天津体育学院学报, 2021, 36(5): 520-522.
- [9] 徐艳, 柴业宏. 北京冬奥会华裔运动员成长模式对我国体教融合发展理念的启示——以谷爱凌为例 [J]. 2022, 43(3): 50-55.
- [10] 彭国强, 高庆勇. 美国大学竞技体育的制度治理及其特征 [J]. 成都体育学院学报, 2020, 46(4): 74-76.