

Exploration of Sports Teaching Reform in Universities Based on Athletic Skills Competitions

Luyao Yuan

Jiujiang University, Jiujiang, Jiangxi, China 332000

Abstract

With the increasing demand for high-quality composite talents in society, physical education teaching in universities is facing severe challenges. The traditional physical education teaching model is no longer able to meet the comprehensive needs of modern students' physical and mental development. Sports skills competitions, as an efficient form of practical teaching, have gradually become an important way to improve the quality of physical education teaching in universities. This article analyzes the application background of sports skills competitions in university teaching and their impact on teaching, deeply explores the problems existing in current university sports teaching, and proposes a series of specific teaching reform strategies based on this. These strategies not only focus on enhancing students' sense of participation, but also emphasize improvements in interdisciplinary integration, optimization of teaching resources, and enhancement of teacher abilities. Ultimately, the goal is to inject more vitality into university physical education teaching through innovation and transformation, making it a truly important platform for promoting students' comprehensive development.

Keywords

sports skills competition; College physical education teaching; reform in education; Interdisciplinary integration; Optimization of teaching resources

基于体育技能竞赛的高校体育教学教改探究

袁璐瑶

九江学院，中国·江西 九江 332000

摘要

随着社会对高素质复合型人才的需求日益增长，高校体育教学面临着严峻的挑战。传统的体育教学模式已经难以满足现代学生身心发展的全面需求。体育技能竞赛作为一种高效的实践教学形式，已逐渐成为提升高校体育教学质量的重要途径。本文通过分析体育技能竞赛在高校教学中的应用背景及其对教学的影响，深入探讨了当前高校体育教学中存在的问题，并基于此提出了一系列具体的教学改革策略。这些策略不仅注重学生参与感的提升，还强调跨学科整合、教学资源优化及教师能力提升等方面改进。最终，旨在通过创新和变革，为高校体育教学注入更多活力，使其真正成为促进学生全面发展的重要平台。

关键词

体育技能竞赛；高校体育教学；教学改革；跨学科整合；教学资源优化

1 引言

体育作为一种重要的教育形式，承载着培养学生身体素质和团队协作能力的重要功能。然而，在如今高等教育的背景下，传统体育教学面临着许多困境。如何打破教学内容的单一性和枯燥性，如何激发学生的兴趣和参与感，成为了亟待解决的问题。体育技能竞赛，作为一种以实践为核心的教学形式，为高校体育教学的改革提供了新的思路。它不仅能够增强学生的动手能力和竞技水平，还能通过竞赛氛围激发学生的主动参与意识，推动体育课程教学从理论到实践的

深度融合。

2 体育技能竞赛与高校体育教学背景

2.1 体育技能竞赛在高校教学中的应用背景

体育竞赛技能是一个高校进行体育教学的科目。高校的体育教学与实践结果有着密切的联系，也是课外教学实践的重要内容和方式之一。如今，社会上对竞技体育竞技性越来越重视，众多高校也将竞赛引入课堂，让学生在比赛的过程中增强运动的意识和热情。通过体育竞赛的开设，不仅能够培养学生的竞赛拼搏的勇气，还能使学生在比赛中明白和正确对待体育的积极心态和价值，体会到体育带给他们的乐趣。因此体育竞赛技能不仅仅是让学生参加体育竞赛，更多的应该是一个对体育课堂教学的辅助，让学生参加竞赛，

【作者简介】袁璐瑶（1998-），女，中国江西抚州人，硕士，助教，从事体育教学研究。

以这种竞技体育的形式对自己的体育技能实践掌握程度加以检验，将所学体育技能知识从课堂环境转换为实际操作与运用。

2.2 体育技能竞赛对高校体育教学的影响

体育技能竞赛对高校体育教学的影响是巨大的，它促进了体育教育思想的转变，使体育教育逐渐从单纯培养学生体育身体素质，走向培养学生技能与实用性的体育观念转变。体育技能竞赛也是学生深度理解体育和掌握体育运动的一个桥梁，在体育技能竞赛中，学生的体能得到了充分的锻炼，心理也得到了锻炼。在体育技能竞赛过程中对规则的尊重，对比赛失败的坦然，对比赛胜利的谦虚等等，都是体育课程中难以传递的部分。同时，体育竞赛过程中让学生在比赛中意识到了自身的优势和劣势，从而促使学生在课外开展更为积极的体育活动，从长远看，这对学生今后的成长、习惯体育锻炼都是有积极促进作用的。

3 高校体育教学的主要问题

3.1 竞技性与教学内容的融合难题

很多的高校体育教学都存在着竞技性和课程内容之间的矛盾，在很多的高校体育课程中，都以理论为主，基础教学为辅，这极大地限制了高校体育教学内容的竞技性和不可回避性，导致学生在实际参与体育比赛的时候，并不能解决较为复杂的战术问题，也无法承受强大的对抗能力。加之教学的内容过于低，太过简化，不能满足学生本身的需求、兴趣，使得学生对课堂出现兴趣减少。

3.2 教学方法与学生兴趣的脱节问题

高校体育教学方法单一已是影响体育教学质量的重要原因。广大体育老师惯性地使用传统教学手段，注重技术动作的讲解示范，而缺少对学员兴趣和参与性的培养，单一乏味的教学手段无法调动学员的主动性，尤其是对于那些运动基础非常薄弱的学生，课堂的乏味会让他们感受不到运动的乐趣和成就感，兴趣是体育教育获得胜利的重要关键点，现阶段大多数高校的体育课程无法很好的结合学员个人需求与兴趣，教师教法脱节，课堂教育成为一成不变的模式，学生参与度不高，体育技能及学员个体距离增大。

3.3 体育课程设置与实践需求的差距

高校体育开设的课程内容也与实际需要呈现严重的脱轨状态，目前很多高校所开设的体育课程内容偏向于基础型、普及型的训练内容，一味地重视理论灌输，忽视了对学生综合素质、竞技能力和体育实践的锻炼。且课程内容没有灵活性，不能根据学生不同需求进行个性化的内容设置。学生只具备基本的体育知识还不够，更需要在实际技能竞赛和实践活动中磨练学生的竞技能力和团队能力。缺少创新与动态调整的体育课程内容使得学生的体育能力难以得到全面的提升。更为严重的是，现实中很多高校的课程安排并不能满足学生的实际兴趣与发展趋势，使得学生对体育学习的参

与程度逐渐减弱，甚至放弃体育的长期学习和锻炼^[1]。

4 基于体育技能竞赛的高校体育教学教改策略

4.1 增强学生参与感的教学模式创新

提升学生的参与感，不仅仅是增加活动的数量或复杂度，而是通过精细化设计教学模式，将学生置于更具挑战性、互动性和自主性的环境中。这种参与感的核心，在于能够让学生感到自己在体育学习中的主动性被激发，且每一步的进步都有明确的反馈。这并非只依赖单纯的竞赛，而是通过将竞技精神与学习过程深度融合，转变为一种鼓励探索和发现的学习方式。一种可能的创新教学模式是将传统的课堂教学与小型团队竞赛相结合。在这一模式中，学生被分成不同的小组，每组需要完成特定的技能挑战，团队成员相互合作，解决问题并共同进步。在这种竞赛形式下，教学内容不再局限于传统的技能传授，而是通过设置实际任务，鼓励学生主动探索和动手实践。例如，教师可以设计一个涵盖多个运动技能的“技能大挑战”，每个学生都需要在指定时间内完成一系列任务。这种模式不仅增加了竞赛的元素，还为学生提供了多次尝试与改进的机会，强化了技能的应用性。与此相辅相成的，教学过程中的即时反馈机制也至关重要。教师可以通过数字化工具（如运动数据追踪或虚拟现实）实时记录学生的表现，并给予个性化的反馈^[2]。这不仅帮助学生在竞赛中及时调整策略，也在无形中提升了他们对学习过程的投入感。通过这种方式，学生在享受竞赛的刺激和趣味的同时，也能在真实的场景中不断体验到自我突破和进步的快感。通过这种高度互动的教学模式，学生不仅在技能上取得进展，更重要的是，他们对体育的态度发生了转变。从一个被动的学习者变为一个主动参与的探索者，学习不再是单纯的任务完成，而是一种自我挑战的过程。

4.2 跨学科教学的实践与整合路径

跨学科创教的核心思想是打破学科限制，将不同学科领域所涉及的知识和能力相互协调，结合在一起。因此对于体育教学而言，即是不再仅限于对运动技能的培养，而是从多种维度发展开教学，科学、心理、健康等学科领域有关的知识均能融入于体育教学的过程中，建构更加广义的体育教学模式。同时体育运动技能竞赛作为具有实践性、互动性的教学手段，是体育跨学科创教不可或缺的一个条件^[3]。而体育技能竞赛本身就是一种综合性能力的展现，包括体能素质能力、技能技巧、战术手段、团队协作等。在这些元素的基础上，进而将其他学科学习内容进行融合，学生不仅能够在竞技比赛中获得对运动技能水平的提升，更能就方法思维及问题解决能力方面得到锻炼。比如教师能够针对跨学科问题进行竞赛的分项布置，学生在赛前开展相应学科的知识内容学习，也就是运动生理学方面的相关知识，学习各种体育项目的对运动员身体机能产生的影响；或者一些团体竞赛任务，学生在进行合作的情况下，同时在参与体育竞技活

动的过程中，需要调动心理学上关于团队意识、沟通协调方面的问题，开展竞赛的策略制定。

4.3 教学资源优化配置与教学效果提升

优化高校体育教学资源配置，不仅能提高资源使用效率，还有助于完善高校体育教学硬件建设。高校体育教学硬件建设内容主要涵盖以下两个方面，一个是体育教学所需场地器材投入的配置，另一个是体育教学中教师队伍配置的优化以及教育教学信息化工具和软件的配置。由于现代社会信息技术进步迅速，故而无法通过传统体育教学模式向学生提出相关要求，因此，体育教学中软硬件配置资源的完善优化，主要作用于信息技术的合理利用，从而推动提升体育教学的效果。体育教学质量的高低离不开教师队伍的优化配置。首先，要求体育教师自身需要具备较强体育技能，更要积极学习其他学科知识，尤其是团队性竞技体育教学，因此，要求教师能够综合多方情况做出判断，帮助学生做到针对性的锻炼；其次，要求教师能够主动参加各种教育课程的培训学习，借助参加各类培训讲座、学术交流等形式，增强自己课堂教学方法思维的创意。从客观上来说，教师专业化的知识素养是影响学生教学效果的前提条件。所以，高校应该主动组织教师进行定期培训、授课讲座、学术探讨等类型活动，在一定程度上，能够及时引导教师转变思想观念，强化对现代化教学工具和设备的使用。当然，还应善于应用新的高科技术，比如VR技术、AR技术、运动计数器等，来丰富课堂教学的互动和有效性，进而将学生带入虚拟的环境中完成相应的技术练习，使得学生的运动科学化。

4.4 提升高校体育设施资源利用率

优化高校运动场地，既是提高教学质量的需求，又是对资源优化配置的要求。一是对运动场地进行科学合理的利用和配置。对设施使用时间密集和稀疏的时段，进行课程和活动的精准调配，避免过多的活动在时间和空间上重叠，而导致场地的资源浪费。二是运动场地利用可多样化，利用课余时间进行体育活动或比赛，引导学生产生校外体育锻炼的热情，减少场地利用的浪费情况。可以组织或举办一系列运动会、运动技能展示、课外开放训练等运动模式，不仅吸引学生参加，而且让场地得到更好的充分利用。二是制定中长期设施利用规划。在中长期内统筹考虑不同学科的学生、不同年级的学生，其需求都不同，也具有各自的兴趣爱好，为每个学生提供合理和科学的选择性使用设施，用灵活的使用机制来加强学科之间的跨学科合作，还可以将部分设施改造为多功能性场地，供不同运动形式的使用需求。可以采用信息化技术，如智能化管理系统，实时掌握设施使用的状况，

了解、反馈设施使用的过程与细节，把握场地的灵活利用。

4.5 评估与反馈机制的完善与实践操作

建立评估与反馈机制，是保持体育教学质量的必要手段，也是维持学生在体育运动中热情、提高学生热情的重要保证。对于高校体育教学的评价，不仅应当基于学生的考评成绩，也应全方位多层次立体化的评价教学工作的效果，在引入体育技能竞赛新模式之后，过于单一的考评方式有些捉襟见肘，所以，建立多元性、机动性、精准性的考评体系就显得很有必要。可行的方案就是将传统的考试成绩和实际的实践操作结合起来，建立过程性评价和终结性评价的体系，利用阶段性、定期性的赛事、随机性的测试检验和展示学生的实际水平，使学生的学习与实际进行关联，也可帮助教师灵活的教学，在教学当中明确学生的情况，对学生掌握教学知识和课程训练的效果明确教学内容；也要结合学生自评、教师评的模式，使学生在实际自我评价中体现出自身的成长与不足，提高学生自主学习的热情和自信心。对于反馈方式，要做到及时、针对性强。建立相对较为畅通的反馈渠道，利用调查问卷、网络平台、交流座谈等方法，搜集学生信息，为教学工作提供有力的指导与建设意见，给予学生与课程内容和教学风格相关方面都存在关联的教学参考，对于赛事参与学生情感因素与学习态度等相关方面也有所涉及。教师可以结合学生反馈定期调整优化，如将课程内容灵活、及时地进行调整和充实，增加互动环节和竞技项目等，使学生对课程的开设更加有需求感。

5 结语

教学改革是一个全方位的工作，包括教学思维、手段、内容以及教学资源的综合改革。以高校体育技能竞赛这一有效教学手段促进传统的体育教学，围绕创新、多学科结合、优化体育教育资源，提高体育教师教学技能，可以尝试解决现阶段教学中存在的问题，但想要全面地改革推广，并非一朝一夕能完成，需要多方面的协力配合。希望通过努力与实践，为高校更多的体育教学改革提供帮助，从而让高校体育教学不再成为锻炼学生身体的手段，而变成培养全面发展人才的一个重要环节。

参考文献

- [1] 李兆伟.基于传统体育文化的高校体育教学研究[J].体育世界, 2023(4):0029-0031.
- [2] 王峰.核心素养视域下的高校体育教学改革探究——评《高校体育教学改革研究》[J].应用化工, 2024, 53(2):I0012.
- [3] 余子义,孙雨,张园,等.基于OBE教育理念的高校体育教学实践探究[J].运动精品, 2024, 43(1):28-30.