

# “五有四化”课程改革在大学体育教学中的应用探究——以湖南涉外经济学院为例

袁帅

湖南涉外经济学院，湖南长沙，410205；

**摘要：**在新时代背景下，大学体育教学面临着新的机遇与挑战。作为湖南涉外经济学院的一名体育教师，笔者深刻认识到课程改革对于提升教学质量、激发学生兴趣、培养学生综合素质的重要性。本文基于“五有四化”教学理念，结合本校体育教学的实际情况，探讨了该理念在大学体育教学中的应用策略与实践效果，旨在为同类院校的体育教学改革提供参考。

**关键词：**五有四化；课程改革；大学体育教学；湖南涉外经济学院

**DOI：**10.69979/3029-2735.25.07.066

## 引言

随着教育改革的不断深入，大学体育教学作为高等教育的重要组成部分，其质量和效果越来越受到社会的关注。作为湖南涉外经济学院的一名体育教师，笔者见证了学校体育教学的发展历程，也深刻体会到了课程改革对于提升教学质量的重要性。本文旨在探讨“五有四化”课程改革在本校体育教学中的应用，以期为本校的体育教学改革提供有益的参考。

## 1 “五有四化”教学模式概述及在体育教学中的应用价值

“五有四化”指的是教学模式中的“五有”和“四化”。“五有”为有趣、有用、有理、有魂、有效；“四化”为知识结构化、结构问题化、问题情境化、情境生活化。这一理念由长沙市教育科学研究院教研员、正高级教师刘玉岳老师首创并不断完善，旨在提升教学质量和服务于学生的学习体验。

“五有四化”教学模式是一种创新的教学理念，它主要是借助情景教学的方法，在教学内容上融合了多个维度，旨在提升教学质量和学生的学习体验。具体而言，“五有”指的是有趣、有用、有理、有魂、有效；“四化”则指知识结构化、结构问题化、问题情境化、情境生活化。在这种理念的教学下会对当今的大学体育教学中产生多样化的价值。

### 1.1 激发学习兴趣，提高参与度

技术的强化，技能的熟练，本就是一件枯燥无味的

事情，在社会上的年轻人普遍身体素质严重下滑的今天，每年的国家体质健康测试也是现如今年轻大学生所厌烦的事情，而“五有四化”中的“有趣”理念强调教学内容和方式的趣味性，这有助于激发学生的学习兴趣，提高他们在体育课堂上的参与度。在体育教学中，通过设计丰富多样的体育活动和游戏，可以让学生在轻松愉快的氛围中学习体育知识和技能，从而培养他们的运动兴趣和习惯。

### 1.2 增强实用性，促进学以致用

古人云：学以致用，拼命的灌输有限的知识而不会运用的人，其实与没有学习的人是一样的，光学不用只会浪费大量的资源，还会引起学生对体育运动的兴趣丧失，甚至是畏惧，而如何引导学生学以致用则需要利用到“有用”的理念。它强调教学内容要贴近学生的生活实际，具有实用性和应用价值。在体育教学中，这意味着要注重培养学生的体育技能和健康生活方式，使他们在日常生活中能够运用所学知识和技能，提高身体素质和健康水平。

### 1.3 注重逻辑性，构建知识体系

碎片化的东西在现如今的生活中触手可得，抖音、快手、小红书等手机APP便是其中的代表，里面的知识大多是零散的，往往很多东西都是片面的没有逻辑的，这不仅耗费了大量的时间与精力，而且在使用过程中没有整体的概念。而“有理”理念它强调教学要遵循教育规律和学生的认知规律，注重知识的逻辑性和系统性。

在体育教学中，这意味着要按照体育学科的知识体系进行教学，帮助学生构建清晰的知识框架，加深对体育知识和技能的理解和掌握。先要培养学生的大局观，然后有逻辑有循序的帮助学生构建这一体系，对学生的体育系统化，常态化的影响深远的。

#### 1.4 渗透学科思想，培养核心素养

体育在很多是有承担着育人的目的，更多的与德育相互联系，所以体育不仅仅是简单的跑步、打球等简单的体育运动，真正的学好体育是要体会到体育的深层内核，魂这一个字就很好的体现了体育的根本。让体育拥有它的魂，那体育就不再是冰冷冷的跑步所能解释的，它就让体育在学生心中活过来了。“有魂”理念强调教学要渗透学科思想，体现学科育人价值。在体育教学中，这意味着要注重培养学生的体育精神和道德品质，如团队合作精神、竞争意识、坚持不懈等，从而全面提升学生的核心素养。

#### 1.5 追求高效优质，提升教学效果

在当今社会的快节奏中，很多人做事事倍功半，往往付出了大量的时间精力，但是收获确实有限的，在高效的时代，掌握好一定的技巧在做事情上就容易事半功倍，这其实跟体育很多项目表现的就很一致，在很多类型的体育运动中效率是绕不开的一个事情，如足球、篮球等不仅考验个人的基本运动能力，在战术制定上、团队协作上等无不处处展示出高的效率要求。复杂的问题简单化、复杂的战术精简化，无不体现对体育的更高要求。“有效”理念强调教学要追求高效、优质教学效果。在体育教学中，这意味着要注重教学方法和手段的创新和优化，提高教学效率和质量，确保学生能够在有限的时间内获得最大的学习收益。

### 2 湖南涉外经济学院体育教学的现状分析

作为一所民办本科院校，湖南涉外经济学院在体育教学方面取得了一定的成绩，但也存在一些问题和挑战。具体而言，本校体育教学的现状如下：

#### 2.1 教学资源相对丰富

近年来，学校加大了对体育教学的投入，建设了一批现代化的体育场馆和设施，为体育教学提供了良好的物质条件。同时，学校还引进了一批优秀的体育教师，他们具有丰富的教学经验和专业知识，为体育教学提供

了有力的人才保障。

#### 2.2 学生体育兴趣多样

随着时代的发展，学生的生活方式和兴趣爱好发生了很大变化。本校学生对于体育项目的兴趣和需求也呈现出多样化的趋势。他们不仅喜欢传统的体育项目如篮球、足球等，还对新兴体育项目如瑜伽、健身操等表现出浓厚的兴趣。

#### 2.3 教学方法相对陈旧

尽管学校在教学资源方面取得了显著成绩，但在教学方法上仍存在一定的滞后性。部分体育教师仍采用传统的讲授式教学方法，缺乏与学生的互动和交流，导致课堂氛围沉闷，学生的学习兴趣不高。

#### 2.4 教学评价方式单一

在体育教学评价方面，学校主要采用终结性评价方式，即根据学生的考试成绩来评价他们的学习效果。这种评价方式过于注重结果而忽视了过程，难以全面反映学生的学习情况和成长轨迹。

### 3 “五有四化”课程改革在湖南涉外经济学院体育教学中的应用策略

针对本校体育教学的现状和问题，结合“五有四化”教学理念，提出了以下应用策略：

#### 3.1 丰富教学内容，增强趣味性

为了激发学生的学习兴趣和提高他们的参与度，在本校体育教学中注重丰富教学内容。一方面，结合学生的兴趣和需求，引入了一些新兴体育项目如瑜伽、健身操等；另一方面，还设计了一些趣味性强的体育活动和游戏，如接力赛、趣味运动会等。这些教学内容的增加不仅丰富了学生的体育生活，还提高了他们的学习兴趣和参与度。

#### 3.2 优化教学方法，提高实用性

为了提高体育教学的实用性和有效性，在本校体育教学中注重优化教学方法。一方面，采用了情境教学法、项目式教学法等现代教学方法，通过创设具体的情境和项目任务来引导学生主动学习和实践；另一方面，还注重与学生的互动和交流，鼓励他们积极参与课堂讨论和实践活动，从而加深对体育知识和技能的理解和掌握。

### 4 具体应用案例

为了将“五有四化”教学理念深入贯彻到湖南涉外经济学院的体育教学中，笔者结合本校实际情况，设计并实施了一系列具体的教学案例。以下是一些典型的案例展示：

#### 案例一：趣味篮球教学

在篮球教学中，为了激发学生的学习兴趣，设计了趣味篮球教学活动。通过引入篮球技巧挑战赛、三人制篮球赛等形式，让学生在轻松愉快的氛围中学习篮球基本技能和战术。同时，还结合篮球运动的规则和特点，向学生传授团队合作、竞争意识等体育精神，使他们在享受运动乐趣的同时，也能提升个人素养和团队协作能力。

#### 案例二：瑜伽与健身操融合课程

针对学生对新兴体育项目的兴趣，开设了瑜伽与健身操融合课程。在课程中，不仅教授学生瑜伽和健身操的基本动作和技巧，还引导他们了解这些运动背后的文化和理念。通过融合两种运动元素，学生在锻炼身体的同时，也能感受到身心的和谐与平衡。此外，还鼓励学生将所学内容应用到日常生活中，形成健康的生活方式。

#### 案例三：情境化体育教学

为了增强体育教学的实用性和情境性，设计了情境化体育教学案例。例如，在足球教学中，模拟了真实的足球比赛场景，让学生在模拟比赛中学习足球战术和技巧。同时，还结合足球比赛中的实际情况，向学生传授应对突发状况的策略和方法。这种情境化的教学方式不仅提高了学生的学习兴趣和参与度，还使他们在实践中加深了对足球知识和技能的理解和掌握。

### 5 实施效果

经过一段时间的实践和探索，“五有四化”教学理念在湖南涉外经济学院的体育教学中取得了显著的实施效果：

#### 5.1 学生学习兴趣显著提高

通过丰富教学内容和优化教学方法，学生的学习兴趣得到了显著提高。他们不再将体育课视为枯燥乏味的课程，而是积极参与其中，享受运动带来的乐趣和成就感。

#### 5.2 学生体育技能得到提升

在“五有四化”教学理念的指导下注重培养学生的体育技能和健康生活方式。通过系统的学习和实践，学

生的体育技能得到了显著提升，他们在各项体育活动中表现出色，为学校赢得了荣誉。

### 5.3 学生综合素质得到全面发展

除了体育技能的提升外，“五有四化”教学理念还注重培养学生的综合素质。通过渗透学科思想、培养体育精神和道德品质等方式，学生的团队协作能力、竞争意识、坚持不懈等品质得到了显著提升。这些品质不仅有助于他们在体育领域取得更好的成绩，还将对他们的未来发展产生积极的影响。

### 5.4 教师教学水平得到提升

在实施“五有四化”教学理念的过程中，教师们不断学习和探索新的教学方法和手段。他们积极参与教学研讨和交流活动，分享自己的教学经验和心得。通过不断的实践和总结，教师们的教学水平得到了显著提升。

### 6 面临的挑战

尽管“五有四化”教学理念在湖南涉外经济学院的体育教学中取得了显著的实施效果，但在实践过程中仍面临一些挑战：

#### 6.1 教学资源分配不均

由于学校体育教学资源的有限性，部分体育场馆和设施在高峰期时会出现供不应求的情况。这在一定程度上影响了体育教学的顺利进行和学生的学习体验。

#### 6.2 学生体育基础差异较大

由于学生的体育基础和兴趣爱好存在差异，这给体育教学带来了一定的难度。部分学生在某些体育项目上表现出色，但在其他项目上则相对薄弱。如何针对不同学生的需求进行个性化教学成为了一个亟待解决的问题。

#### 6.3 教学评价方式仍需完善

虽然学校已经意识到终结性评价方式的局限性，但在实际操作中仍存在一定的困难。如何建立更加科学、全面的体育教学评价体系，以全面反映学生的学习情况和成长轨迹，是一个需要深入思考和探索的问题。

### 7 应对策略

#### 7.1 优化教学资源配置

学校应加大对体育教学的投入力度，优化体育场馆

和设施的配置。通过合理规划和使用教学资源，确保每位学生都能享受到优质的体育教学服务。同时，学校还可以探索与社会机构合作的方式，共同推动体育教学的发展。

## 7.2 实施个性化教学

针对学生的体育基础和兴趣爱好差异，教师应实施个性化教学策略。通过了解学生的实际情况和需求，为他们量身定制合适的教学方案和学习计划。同时，教师还应注重与学生的沟通和交流，及时关注他们的学习进展和困难，为他们提供有针对性的指导和帮助。

## 7.3 完善教学评价体系

为了建立更加科学、全面的体育教学评价体系，学校应积极探索多元化的评价方式。除了传统的考试成绩外，还可以引入过程性评价、表现性评价等方式，以全面反映学生的学习情况和成长轨迹。同时，学校还应鼓励学生参与教学评价活动，让他们成为教学评价的主体之一，从而提高评价的客观性和公正性。

## 7.4 体育课堂的多样化

除了深度教学理念下的“四化”教学策略外，体育课堂教学四化也是当前体育教学改革的重要方向。它包括课堂趣味化、教学互动化、评价多元化和目标层次化等方面。通过创设有趣的教学情境、增加互动环节、采用多元化的评价方式以及实施差异化教学等措施，可以激发学生的学习兴趣和积极性，提高他们的体育素养和综合素质。

综上所述，深度教学理念下的“四化”教学策略和

体育课堂教学四化都是当前体育教学改革的重要方向。

“五有四化”教学理念在湖南涉外经济学院的体育教学中具有广泛的应用前景和实践价值。在体育教学改革实践中，许多学校已经取得了显著的成效。例如，湖南涉外经济学院体育学部通过优化课程内容、调整教学目标、改革考试方式等措施，使大学体育课程更加贴近学生生活和社会需求，有效提高了学生的体育素养和综合素质。通过不断丰富教学内容、优化教学方法、实施个性化教学策略和完善教学评价体系等措施，可以进一步推动体育教学的改革和发展，为学生的全面发展和学校的长远发展贡献更多的力量。

## 参考文献

- [1] 甘琼, 刘桂云. 基于深度教学理念的体育“四化”教学[J]. 教育理论与实践, 2021, 41(26): 57-60.
- [2] 唐丽霞. 湖南省体育学类专业大学生创新创业现状调查与分析[J]. 科技资讯, 2019, 17(25): 255-256. DOI: 10.16661/j.cnki.1672-3791.2019.25.255.
- [3] 陈才发. 民办高校体育选项课程教学改革研究——以湖南涉外经济学院为例[J]. 科技资讯, 2017, 15(28): 166-167. DOI: 10.16661/j.cnki.1672-3791.2017.28.166.
- [4] 戴斌荣. 基于“四化”课堂转型理念下小学体育教学组织小组化的实践探索[J]. 体育世界, 2024, No. 852 (06): 93-95.

作者简介：袁帅，1979.12，汉族，湖南长沙，硕士，讲师，体育教育训练学，湖南涉外经济学院