

# Research on Strategies for Cultivating Competitive Awareness among College Students in Physical Education Teaching in Universities

Long Zhao

Liaoning University of International Business and Economics, Dalian, Liaoning, 116052, China

## Abstract

In modern college students, the competitive consciousness is regarded as one of the key qualities, and the sports activities of higher education institutions have played a positive effect on stimulating the competitive consciousness of college students. The research shows that there is a close connection and influence between college physical education and college students' competitive consciousness. Physical education in higher education is a comprehensive project with many functions and objectives. By making full use of the various functions of sports and strengthening the cultivation of competitive awareness among college students, it is a concrete manifestation of the core goal of teaching reform to cultivate the comprehensive quality of college students, in order to meet the diverse needs of modern society for talents.

## Keywords

college physical education; physical education teaching; college students; competitive consciousness

# 高校体育教学中培养大学生竞争意识的策略研究

赵龙

辽宁对外经贸学院, 中国·辽宁 大连 116052

## 摘要

在现代大学生中, 竞争意识被视为关键的品质之一, 而高等教育机构的体育活动对于激发大学生的竞争意识起到了正面的推动效果。通过研究表明, 高校体育与大学生竞争意识之间存在着密切的联系和影响。高等教育体育是一个具有多种功能和目标的综合性工程。通过充分利用体育的多种功能, 强化大学生的竞争意识培养, 是教学改革中以培养大学生全面素质为核心目标的具体表现, 以满足现代社会对人才的多样化需求。

## 关键词

高校体育; 体育教学; 大学生; 竞争意识

## 1 引言

随着改革进程的持续推进, 竞争机制已被广大学科所采纳, 并展现出了显著的益处。作为高等教育体系中一门基础科学的体育, 在其发展过程中也不可避免地要受到市场竞争的影响和冲击。当前的教育体系可以被描述为“与市场紧密相连的教育”, 而市场经济的一个显著特征便是竞争, 即“适者生存, 物竞天择”。因此, 在高校中加强对大学生进行竞争意识和能力培养显得尤为重要。现代社会是一个竞争激烈的经济社会, 而未来的社会将是一个竞争更加激烈的多元社会。竞争已成为当代人们生活中不可缺少的一部分。作为未来社会的核心力量, 大学生必须培养竞争意识。竞争意

识不仅表现在学习上, 更体现在生活、交往和择业中。大学生必须具备竞争意识这一基本品质, 这是受到社会进步的影响和决定。在当代, 竞争已成为一种普遍现象, 竞争意识的强弱直接影响到个人能否顺利地实现自己的人生目标以及事业是否能取得成功。体育活动的核心属性在于其强烈的竞争性质, 这要求所有参与者都必须拥有高度的竞争意识。体育运动本身就包含着一种竞争精神, 这种精神能够使人更加勇敢地面对困难与挫折并最终取得胜利。体育活动不仅激发了人们对胜利的渴望和追求, 同时也培育了人们对失败的无畏和接受态度, 这对于一个人的整个人生旅程具有深远的现实影响。体育教育不仅对个体身心全面健康地成长起积极作用, 而且对增强民族凝聚力, 提高国家综合实力都有重要意义。在体育教育过程中, 培育学生出色的竞争观念和能力, 构成了学校体育改革和持续发展的基础要素。

【作者简介】赵龙(1982-), 中国吉林人, 硕士, 副教授, 从事体育教育研究。

## 2 在高校体育教学中培养大学生竞争意识的重要性

### 2.1 在这个时代，我们需要培育出具备全面素质的合格人才

一个人在真实的社会背景下，是否能够维持在一个健康的状态，主要依赖于他在社会中的适应性。体育是促进人类全面发展、提高人民素质最有效的手段之一，也是人类生存和文明进步的重要标志之一。从社会文化的角度分析，有些人将体育课堂描述为“课堂社会”，并将体育的核心精神看作是现代社会精神的一个缩影。体育课堂不仅能满足学生学习和娱乐等基本需求，而且还可以为学生提供一种特殊的心理环境——竞争氛围。因此，学校体育在培育学生的竞争意识上，拥有其他教育方式所不能达到的独特价值。同时，体育课堂教学作为一种特殊的社会现象，它不仅影响着人们的行为方式和生活方式，而且对整个国家和民族都产生了巨大的影响力。竞争被视为人类进步的关键驱动力。

为了适应这个时代的需求，现代人必须采取更加主动的态度，勇敢地面对各种挑战，并积极参与各种形式的竞争。因此，培养学生竞争意识是当今素质教育的必然要求和必然趋势。在此过程当中，是否拥有出色的竞争观念变得尤为关键。因此，培养大学生的竞争意识成为高校教育的一项十分紧迫和重要的任务。高等教育改革的核心目标是提升大学生的整体素质，其中，竞争意识作为大学生全面素质的关键部分，需要通过多种教育手段进行培育。高校作为培育人才，培养人才和提供服务的主要阵地应该把加强大学生竞争意识的培养放在首位。

在大学这一关键阶段，人们的竞争意识正在形成，因此需要充分利用各种教育手段，以加强对大学生竞争观念的培育。学校是培养和发展大学生竞争意识最有效的场所。通过学校体育活动，学生的竞争意识得到了有效地培养。现代竞技体育运动已进入了激烈对抗，高度紧张的时代，“健康第一”成为当今体育发展的主题和指导思想。因此，在高等教育体育课程中，教师有责任加强对大学生竞争意识的培育，让学生深刻理解到竞争能力是“社会化”过程中不可或缺的一环，而培育学生的竞争意识则是为他们具备全面素质并顺利融入社会做好充分准备<sup>[1]</sup>。

### 2.2 体育教育改革的核心目标是强调培育学生的竞争精神

该课程的目标被划分为五个主要领域：运动参与、运动技巧、身体健康状况、心理健康以及社会适应性。在体育教学中，应根据不同层次和水平学生的需要进行分层教育。在此背景下，社会适应的核心目标是培育大学生拥有出色的体育伦理和团队合作能力；妥善平衡竞争与合作之间的相互关系；形成积极乐观的心态和坚强顽强的意志等。逐渐培养出健康的行为模式。在体育教学过程中应加强对大学生进行素质教育，注重创新教育和实践能力培养等方面来提高学生的

综合素质。在新的课程改革的改革中，增强学生的竞争意识被视为一个核心目标，这强调了培养他们适应现代社会的能力的重要性。

### 2.3 培育竞争意识对于大学生的健康发展是有益的

竞争意识构成了形成竞争行为的基础条件。培育学生的竞争精神对于他们的健全成长是至关重要的。

①激起学生对知识的浓厚渴望。竞争环境会让学生明白，仅当他们拥有足够的知识和技能时，他们才能走在前列，因此他们会努力掌握各个学科的基本知识和技能。

②这有助于激发学生的积极参与态度。拥有竞争精神可以帮助学生战胜害怕、保守和自卑的心态，并加深他们对于抓住机会的重要性的理解。

③提升学生们的自信水平。当学生在竞赛中展现出他们的精神和天赋时，他们往往会对自己给出积极的评价。

④培养学生的成就感。学生在竞赛中所获得的成就感，将进一步激励他们积极进取。

⑤努力增强学生面对挫折的韧性。不是所有的竞争对手都能获得胜利，但通过体验失败的经验，我们可以增强对未来可能遭遇的困境的应对能力。

⑥努力提升学生们的集体意识和精神。通过竞争，学生能够认识到集体的力量和群众的智慧，并深刻理解团结的重要性。

## 3 在体育教学中培养学生竞争意识的策略

### 3.1 致力于培育学生的团队合作精神

那些不擅长合作的人是不会参与竞争的，他们只能在竞争的过程中学习如何合作。只有通过合作学习才能够提高自己的综合能力。只有这样，我们才能进行有效的市场竞争。论文从培养学生学习能力和合作意识入手，结合自己教学实践，对如何引导学生学会合作进行了探讨。

引导学生掌握合作技巧的主要方法包括：首先是个体之间的协同策略；其次是个体与团队间的协同策略；最后是小组与群体之间的合作策略，即集体教学中教师对各个层次和不同类型的学习小组进行分组指导。

关于小组与小组间的协同策略。在课堂教学中，教师要善于组织学生开展各种形式的合作学习，如讨论交流法、分组研讨法等。不同的学习团队或研究活动团队之间的互动。通过相互交换研究成果和经验。通过频繁地分享学习和研究的经验，我们可以互相学习、互补不足，从而达到共同进步的目标<sup>[2]</sup>。

### 3.2 致力于加强学生在竞争意识方面的自主发展

培育学生的竞争观念的核心目标是帮助他们逐渐建立起自我发展的技能。它可以在学校教育过程中通过各种途径和方法来实现。此外，它还可以转变为一种具体的社会适应性。因此，在教学过程中必须注重激发学生的竞争欲望。学生的成效在很大程度上依赖于他们个人对自己愿望付出的

努力水平。教师需要擅长捕捉学生的这种期望和付出,同时也要指导他们准确地分析各种主观和客观因素。帮助学生克服消极情绪。识别导致竞争成功或失败的各种因素。在教学过程中注意激发、强化和维持学生的学习动机,并根据不同层次学生的需要采取有针对性的教学方法和手段。致力于将学生塑造成具备一定程度竞争力的专业人士。

### 3.3 鼓励学生在真实的实践中培育竞争精神

年轻的学生们展现出了强烈的竞争意识、不屈不挠的精神和积极向前的态度。体育教学是培养学生意志品质最有效、最直接的途径之一。在教学过程中,教师需要根据各种实际因素(如气候、地理位置、场地条件、学生年龄和素质等)来营造一个具有竞争性的环境,充分激发学生的主观能动性和创造力,并通过各种形式的、富有趣味性的游戏比赛来进行教学。通过竞赛促进学生全面发展。在培养身体素质过程中,我们也要培养出竞争意识所需的机敏、勇气、快速判断和独立创新的积极态度。但在比赛中,我们必须确保学生遵循规定,并在公平竞争的基础上参与。在组织形式上采取小组合作与分组对抗相结合的方式。与此同时,在制定竞争准则时,我们应该强调鼓励进步和团结互助的理念。

通过竞赛培养学生坚强的意志和顽强的毅力,将竞赛转化为一种激发学生积极进取精神的途径。培养和提高学生良好的组织纪律性,使之成为一个坚强而有集体观念的人。在竞赛中,我们应该努力提高学生获胜的可能性,并培养他们的自信。对每个同学都应该进行全面考核和评价,以保证竞赛公平公正。此外,为了避免给学生带来更大的心理压力,还需要减少频繁的比赛活动。

### 3.4 努力创造一个积极的课堂环境

在教室的授课过程中。是指在师生共同活动过程中所表现出来的各种形式的人际关系以及由此产生的心理状态。教师与学生、学生与学生之间的互动交流。师生间的互动交流是教学活动得以正常进行并取得良好效果的前提。这代表了一种独特的人与人之间的关系场景。因此,教师应努力营造一个民主平等、相互理解的学习氛围。它不只是与课堂教学成果有直接的联系,同时也在不知不觉中推动了学生的竞争意识的塑造和成长。有利于调动师生双方积极性和创造性、和谐的教师与学生之间的关系,优良的班级风气是保证学生身心健康成长的重要因素之一。为了让课堂充满活力和生气,学生可以深入体验到体育活动带来的快乐,并感受到满足与审美。营造民主和谐、宽松愉悦的课堂气氛。

体育教师应当高度重视并推动良好的学术氛围和班级文化的建立。在培育竞争观念的过程中,我们也要注重团队合作,为体育教育创造一个积极的环境,鼓励学生之间的相互关心和信任,充分利用他们的特长和优势,培养集体意识,这不仅可以增强团队的凝聚力,还可以优化意识的培养

过程<sup>[3]</sup>。

### 3.5 根据每个学生的特点来培养他们的竞争意识

在体育的教育过程中,实施因材施教的策略变得尤为关键。要根据不同层次、水平的学生特点进行分类指导。在深入了解学生的个性特点(如身体状况、技术能力和心理状态等)后,教师进行教学。根据其特点进行分类指导,采取不同形式的教学方法来激发学生学习兴趣。实施适当的策略,以培育学生的竞争精神,激发他们积极参加体育锻炼的兴趣,增强锻炼效果。

对于那些胆怯、容易受到外界影响、犹疑不决的学生,我们应该培养他们的勇气、果断和大胆的竞争意识,并有针对性地组织如球类、田径等具有较强对抗性的活动。对于好胜心强、好争胜、易激动、意志薄弱的学生要加强其意志力训练,并结合体育游戏进行锻炼。对于那些行动开始得不够果断、缺乏决心的学生,我们应该鼓励他们逐渐培养出持之以恒、坚持不懈的竞争态度。如针对性格内向、胆小自卑、缺乏自信的学生可采取“激励”法,即运用表扬或批评相结合的办法,激发他们的自尊心和自信心,增强其克服困难的勇气与决心。专门进行了耐力相关的项目,如长跑等。通过这些途径来提高大学生的体质水平和竞争能力,是非常必要的<sup>[4]</sup>。

此外,教师需要根据学生的个人兴趣和特长进行差异化处理,运用各种有效的竞争策略和手段,以确保学生的兴趣和爱好得到充分满足,个人特长得以充分发挥,从而促进学生个性的全面发展。让每个人都成为自己所喜爱的体育项目的主人,为体育活动提供广阔空间。通过积极地培养学生的竞争意识,我们希望学生在进行自我与他人的竞争时,能够深刻地认识到竞争的核心是如何超越自己。

## 4 结语

综合来看,体育教育不仅可以加强竞争意识,而且这种意识也可以在体育教学过程中得到培育。通过对当代大学生进行调查发现,目前中国大学生的竞争意识淡薄甚至丧失。针对大学生的身心成长特性以及体育教育的固有规律,培育他们的竞争意识并将其内化,使其变得更加充满活力,已经变成了培育21世纪杰出人才的关键任务之一。

### 参考文献

- [1] 邹继豪.全国普通高校体育教材——理论教程[M].大连:大连理工大学出版社,2020.
- [2] 赖天德.学校体育要全面贯彻“健康第一”的指导思想[J].体育教学,2020(1).
- [3] 杨迎天.重视学生的心理健康[J].中国学校体育,2020(4).
- [4] 张志宇.试谈体育教学对学生的竞争能力培养[J].科学教育论坛,2021(19).