# 运动生物化学教学实验改革的探究论文

来源：网络 作者：清香如梦 更新时间：2024-01-09

*运动生物化学是高等学校体育专业的一门重要基础课，在基础理论和实践学习中都起到了重要作用。下面是范文网小编收集整理的运动生物化学教学实验改革的探究论文，希望对你有所帮助！>摘要：运动生物化学是高等学校体育专业的一门重要基础课，在基础理论和实践...*

运动生物化学是高等学校体育专业的一门重要基础课，在基础理论和实践学习中都起到了重要作用。下面是范文网小编收集整理的运动生物化学教学实验改革的探究论文，希望对你有所帮助！

>摘要：运动生物化学是高等学校体育专业的一门重要基础课，在基础理论和实践学习中都起到了重要作用。掌握好运动生物化学的相关知识对于评定运动员的机能状态、疲劳恢复和损伤康复等方面有重要的意义。通过梳理大量文献发现运动生物化学教学和实验过程中的诸多疑惑和问题，本文有针对性地提出解决方法和建议。期望对学生的学习和教师的授课有一定的启发和引导，对运动生物化学的教学和实验改革起到促进作用。

>关键词：运动生物化学 教学 实验 改革

>一、研究方法

本文通过对中国知\*、万方数据库等学术库进行了检索，查阅到65篇关于运动生物化学教学、运动生物化学实验改革的相关论文。通过对这些文献的梳理，提出以下相关问题和建议。

>二、运动生物化学的教学现状及存在的主要问题

（一）教学方法单一

在传统教学思想中，教师是作为“知识的传授者”的角色已经不适应新时代的要求。在未来的体育教学中教师需要是一个主导者，带领大家一块去学习探索知识。同时教师不仅需要给学生传授知识点，同时应教会学生如何自主的去获取知识，教师主要利用多媒体在课堂上讲课，大多数是“填鸭式”教学，缺乏交流的时间和平台。运动生物化学是属于理论性较强的课程，如果教学中依然是教师为主体的教学方式，授课效果会很差。

（二）教材“厚”，对应的习题集没有特色

教材“厚”，且重点不够突出是现行教材明显的特点。现行教材较之以前教材内容添加得越来越多，基础知识和重点知识不够突出。另外，有些章节内容详略不太合理。

运动生物化学习题集的习题与实践联系不够，与运动联系不足。这将不利于学生更好的掌握运动生物化学的理论重点、要素，不利于学生更好的把理论和实践的结合起来学习。

（三）教材有些内容与学生实际情况不接轨

我们编写教材和教学过程中应重点考虑学生的可接受性与理解能力。体育专业的学生有将近一半的都是文科生，他们的理科知识尤其是高中化学的基础知识相对薄弱，运动生物化学教材里面许多的生化反应过程复杂，学生初次接触掌握有些困难。

（四）实验环节薄弱

传统的实验教学观念认为：实验教学从属于理论教学，实验教学只是验证学科理论、培养学生动手能力的辅助教学环节。实验主要以训练学生的基本动手操作技能为目的，限制了学生创造发挥的空间和创新思维的发展，影响了学生的专业工作能力和科研创新能力的训练。

传统的教学实验是老师带领学生做，提前将实验步骤设计好，学生模仿练习，学生缺乏自主设计能力，活动缺乏创新。这是传统教学的一个很明显很重大的弊端。还有一方面就是运动生物化学的实验教学资源不足，满足不了学生做实验的需求。

>三、改革措施：

（一）创新教学方法的积极运用。

“传统式填鸭式”的教学方法经过长时间的证明，这种教学方法是效率较低下的教学方法。随着时代的不断发展，对国内外的理论学习、总结。提出了优秀的理论和教学方法，如改革“灌输式”以及偏重讲授的教学方法，倡导启发探究式、讨论式等方法，这些教学理论将会更好的指导运动生物化学的课程学习。

（二）教材形式多样化

教材多样化表现形式是多方面的，包括教材品种、教材内容、教材呈现形式和教材建设过程等方面的多样化。教材多样化是为了将不通教材结合本校的实际情况，根据学生水平和能力因地制宜，因材施教。

教材的多样化，可使教师根据学生的实际情况，整理出符合学生需求的，同时将最新的知识传授给学生，使学生不再局限于课本。根据学生专业的不同，配以不同的习题集，同时也与实践相结合，使运动生物化学真正成为为体育服务的一门学科。

（三）课本简单化

在新科技革命中，知识“陈旧率”大大加快，“半衰期”迅速缩短。一般认为，前沿科学技术知识每三五年就有50%被淘汰。将基础知识，重点知识表现在课本中，内容基础化，易于学生的理解掌握。

（四）教学内容与学生的实际情况紧密结合。

教材固定的情况下，各个学校针对学生的水平采用不同的教学重点，使不同水平的学生都能从该课程的学习中汲取到专业知识。运动生物化学的教材应注重基础理论的解释，使学生更好地掌握基础理论，这样学生才会向更深层次学习，最终成为运动生物化学方面的学习精英。

（五）增加交流平台

实验教学是培养学生能力的有效途，一是大多数学校的运动训练器材、设备无法满足学生的需求，二是学生的内部交流较少。另外，定期举办运动生物化学的实践师生座谈会也是一个非常有效的措施。学生只有认可实践课程的重要性，才会兴趣盎然，提高学生的学习效率。

>四、结论

运动生物化学教学实验中可能会出现一系列问题，针对这些问题，本研究的建议是在教学过程中多采用创新式教学方法，满足不同层次的学生的需求，教材内容要与学生需求紧密相连，同时增加师生交流平台，以便教师把握学生的学习情况，有针对性的制定教学任务。

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！