

拓展训练在中职体育教学中的开展路径

杨永江

(山西省沁水县职业中学 山西 沁水 048200)

[摘要] 随着教育改革的逐步深化,学生的素质教育成为了教学的重要目标,而中学教学体系中体育教学对于学生的素质教育有着重要的影响与作用。而将拓展训练科学的应用到体育教学中不仅可以有效的丰富体育教学内容与形式,还可以激发学生兴趣,提升体育学习参与度。基于此,本文就对拓展训练的内涵进行研究与分析,并结合目前中学教学实际情况提出相关教学策略,以期能够推动中职体育教学的发展,更好的完成学生的素质教育。

[关键词] 拓展训练; 中学教育; 体育教学; 策略

拓展训练在中职体育教学中的开展,不仅可以培养学生的团队合作意识、创新思维能力以及管理能力,增强学生之间的沟通,还可以有效的丰富体育教学内容与形式,提升体育教学质量,可以有效的完成学生综合素质培养,对于现代素质教育有着重要的促进作用。所以,中职体育教师要加强对拓展训练的应用研究,从而更加科学合理应用到实践教学,更好的发挥其教学作用。

一、拓展训练的内涵

具体而言,拓展训练是时代发展与现代体育发展出现的一种新型的运动形式,它是指将体育运用与拓展相结合的运动方式。拓展训练不仅可以丰富体育运动的内容与形式,还可以有效的激发学生的学习兴趣,很好的被学生所接受,而将拓展训练应用到中职体育教学中不仅可以拓展中职体育教学内容,还可以为中职体育教学提供完善的教学平台。在拓展训练过程中,教师可以通过为学生创设良好的学习环境与情境,在游戏形式的学习形式中,有效的提高学生身体素质、培养学生的团队意识、增强学生的交流能力,从而实现学生各个方面能力与素质的提高。此外,科学的将拓展训练融入到中职体育教学中让学生能够提升专业技能的同时也能实现身体素质与心理素质的提升,为未来的学习与工作奠定扎实的基础。

二、拓展训练在中职体育教学中的实施策略

1. 科学的设计教学计划,合理的安排教学内容

科学的设计教学计划,合理的安排教学内容是实现拓展训练有效应用到重要途径之一。因此,中职体育教师要深入了解学生的实际情况,结合实际教学情况,科学的进行教学安排,才能更好的发挥拓展训练的教学作用与价值。而且,拓展训练要应用到具体的体育项目教学中,如具体到百米跑、篮球、跳高等项目中,这样不仅可以为学生营造适当的教学环境,有效的激发学生的学习兴趣,调动学生学习的积极性,还可以在教学过程中培养学生的团队合作意识,更好的完成学生团队合作精神的培养,实现身体素质的提高。此外,拓展训练在中职体育教学中的应用要注意训练强度的设置,训练强度高会打击学生的学习积极性,训练强度过低则无法有效的发挥其教学作用,所以实际教学中教师要注重训练强度的设置,教师可以通过开展分组教学形式,鼓励学生共同完成拓展训练任务,更好的发挥拓展训练的教学作用。

2. 加强体育教师队伍的建设

中职体育教师队伍的教学水平与专业素质对于拓展训练的

开展以及实际应用效果有着重要的影响。但是,受传统教育思维影响,中职体育教师缺乏创新意识,同时对于拓展训练缺乏正确的认识,这在一定程度上阻碍着拓展训练的有效应用。因此,中职体育教师要注重教学观念与思维的转变,积极创新教学模式,推动拓展训练在中职体育教学中的有效应用。同时,中学教育管理者要加强教师的培训与管理工作,将线上与线下培训方式相融合,更好的完成体育教师的培训工作。此外,还可以吸引专业教育人士来校通过知识讲座、教学交流等方式来加强教师对于拓展训练的认知,从而更好的完成体育教师队伍的建设,将拓展训练科学的应用到实际教学中,推动中职体育教学的发展,实现学生全面素质的培养。

3. 科学完善体育教学的考核机制

完善的教学评价考核机制不仅是提升教学质量的重要保障,同时也可以帮助教师及时获取学生学习情况,是发现教学问题的重要途径之一,而且还可以推拓展训练在中职体育教学中的科学应用。因此,中职体育教师要转变思想,改变传统教学中单一的评价标准,结合教育改革思路,设置多元化的评价体系与标准,将学生的课堂训练态度、团队合作意识与能力、创新能力以及最终的体育成绩等进行综合考核,同时还要鼓励学生进行自我评价、同学之间相互评价以及教师评价等多种方式进行考核,这样才能更加科学有效的发挥考核机制的作用,帮助学生及时发现自身的不足与问题,挖掘学生的内在潜能,帮助学生构建良好的学习自信心,更好的完成学生的体育教学与综合素质培养,促进学生全面健康的成长。

三、结语

拓展训练在中职体育教学中科学的运用,不仅可以有效的激发学生的学习兴趣,还可以丰富教学内容,推动中职体育教学的发展,更好的完成学生的素质教育。所以,中职体育教师要对于拓展训练有全面的了解,注重教学观念的转变,加强学生实际情况的研究,合理的制定教学计划与教学内容,同时教师还要加强自身素质与专业技能的培养,不断的完善教学考核评价机制,才能更加科学的将拓展训练应用到教学中,更好的发挥其教学作用,实现学生全面素质的提升。

参考文献

- [1] 杨国国. 拓展训练在中职体育教学中的意义及实施策略[J]. 当代体育科技, 2012, (31): 52-52.
- [2] 冯相朝. 拓展训练融入学校体育教学的意义及必要性初探[J]. 中国科教创新导刊, 2009 (20): 193-193.