

探究中职体育有效教学模式

高玉琴

(河北省张家口市宣化区教师进修学校 河北 张家口 075000)

【摘要】中职学校是培养具有专业技术能力的实用性人才的教育机构,在我国社会经济飞速发展的背景下,社会对于人才的要求,标准在不断提升,首先,能够服务于社会的实用型人才,必须具备良好的身体素养,保证自己的身心健康发展。而在中职学校,体育学科教学是学生提升身体素质,保障身体健康,以及心理健康的重要教学途径,由于教学体制以及学生的学习观念等方面的问题,很多中职学校的体育教学效果不佳,对学生的身心健康发展也无法起到良好的保障作用,基于这一点,本文探究论述了中职体育有效教学模式。

【关键词】中职体育;有效;教学模式

【DOI】10.12252/j.issn.2096-627X.2021.11.689

在中职学校开展有效的体育教学,一方面可以促进学生的体制发展,另一方面可以结合体育课增强学生的团队凝聚力,应对学生的心理健康发展予以关注。对于中职学生而言,他们即将面对的是要走进社会,以及就业所带来的挑战,拥有健康的身心,是其成功迎接挑战的重要保障,基于中职体育教学的重要作用,中职学校以及教师都应当创新教学理念,充分体现体育学科教学的有效性,使体育教学能够为中职学生将来步入社会打下良好的身心健康基础。当前阶段,很多中职学校的体育教学存在学生参与性差,教师教学方法保守,手段单一等实际问题,从而导致体育学科教学的实效性不强,学生无法从体育课堂当中得到切实的锻炼,甚至于有些学校的体育课形同虚设。本文结合以上中职学校体育教学所存在的现实问题,对其有效教学策略及模式进行了相关论述。

一、创新教学模式,提升参与兴趣

中职学生大多不具备良好的学习习惯,在教学过程中,教师要调动学生的学习积极性,引导他们积极的参与与学科学习,就必须从他们的兴趣点出发,通过激发学生对于学科的探究兴趣,来增强学生对于该学科学习的参与度。体育学科教学同样应当如此,对于很多中职学生来说,体育教育的实际效果显露需要较长的时间,这种情况下,该学科的教学价值也很难被学生认同和发现,这就会造成学生对该学科的不重视。针对这一情况,中职体育教师可以通过有效的课堂教学设计,增强体育教学的趣味性,使学生能够在课程学习过程当中得到更多乐趣,以此来展示体育课堂的魅力所在,吸引学生更为自觉更为主动的参与到体育训练过程当中。具体来说,我们可以从以下两个方面着手:首先,运用游戏化的手段,整合教学资源,能够真正把独特的教学内容,融入进来。其次,变革课程内容,巧妙的进行课程设计。比如,在进行篮球教育的课堂教学中,就可以组织进行各类篮球比赛,可以是男女组合,可以是男男组合等。在这样的比赛竞技之中学生能够感受到篮球的魅力,从而好好学习其理论知识和实践知识。

二、改善师生关系,促进学生发展

俗话说,亲其师,方能重其道。中职体育教学过程中,体育教师要善于向学生展示个人魅力,并在课堂教学过程当中对学生予以更多的关注,借此来改善师生关系,使更多的学生由于受到老师个人魅力的感召,更喜欢体育课,更愿意参与到体育锻炼的过程当中。自古以来,我国都有严师出高徒的说法,但这种教学方法在中职体育课上并不适用。如果教师过于严厉,就会导致在教学过程中师生之间缺乏沟通和交流,当学生的学习处于完全被动的状态下,教师又无法照

顾到他们的个性化体验时,他们就会对于体育课堂产生逆反心理,中职学生正处于青春叛逆期,如果他们无法对老师产生亲切感,他们往往会用自己的方式来表达对老师的不满,这种情况下,体育课程的教学效果可想而知。例如,许多男同学喜欢参加更为激烈的运动项目,比如篮球、足球等,女生则倾向于运动量较小的体育项目,比如打羽毛球、乒乓球。中职体育教学过程中只有既关心集体的发展又关心个体的进步才能实行有效的教学。

三、传统结合现代,加深知识理解

当前阶段,各种现代化的教学手段被应用于学科教学,在实际的教学过程中起到了非常重要的作用。中职体育同样应当重视现代化教学手段的应用,以保证我们的体育课堂跟上时代发展的脚步。在体育课程教学过程中,对于体育技巧的教学,是一项重要的教学内容。传统体育课堂上,教师会采用亲身示范的方式,引导学生模仿相应的技巧操作,并借此加强学生对于相关操作的理解。这一教学方式固然有明显的的作用,但对于一些难度较大的动作,教师需要反复的示范和讲解,甚至于需要将动作进行拆分,以帮助学生理解消化和吸收,对于老师而言,这会占用他们大量的体力和精力。而在现代化信息技术为载体的教学模式下,教师就可以将自己的亲身示范录制成视频,指导学生通过反复播放视频进行自主学习;甚至可以利用网络上现成的视频,来完成教学工作。如在羽毛球教学当中,教师先用平板播放一段林丹的发球动作,第一次是正常速度播放、第二次是0.5倍速度播放,这样可以让学生观看的更加清楚,动作表现也会更加细腻。之后再为学生讲解与羽毛球发球相关的知识,告诉学生需要注意的事项分解动作,加深学生的印象,让学生对羽毛球的发球拥有全新的认知,此时学生不仅能够全面进行理解,同时也能提高学生的运动效果和水平。

四、衔接体育课堂,强调教学实践

要想使学生的体育训练达到一定的效果,并非一朝一夕就可以实现。针对这一问题,中职体育教师要对教学内容和教学策略进行科学的设计,使课内与课外,课堂与生活有效衔接,在此基础上,教师还要重视体育教学实践的作用,带领学生进行多样化的体育学习实践,使学生在运用体育的基本知识以及基本技能开展身体锻炼时,不断丰富对于体育学科的认识,不断提升学生参与体育锻炼的实效性。要做到这一点,教师首先需要在教学内容当中植入更多实践性,操作性强的内容,将以往传统教学中过多的理论内容予以删减,与此同时,要对课外体育实践活动进行优化设计,将学生按照身体素质,兴趣爱好,学习效果等方面的差异划分为不同的学习层次,并结合他们各自的特点设计相应的体育实践任

(下转第1351页)

纯的进行体育课程的传授，而是让学生拥有强烈的热情。在实际的初中体育课堂教学实践中，教师必须变革课堂教学内容，体现寓教于乐的思想，精心的选择任务，要把更多的游戏化资源融入到学生的学习之中，真正体现课堂教学的目标，深度的进行把握，这样才能提高学生的综合素养，完成各项教学任务，刺激学生的感官，真正让学生拥有强烈的训练热情。比如在进行“篮球技能”的课堂教学过程中，教师可以通过绕过障碍运球游戏方式，为学生规划好运球路线，要求运球穿越其中并最后将篮球投入篮筐，从而锻炼提升学生的篮球运球技能，这样他们会积极参与其中，在轻松活跃的气氛中促进了体育运动能力的提升，能够促进教学目标更好的实现。通过游戏化教学的设计，不仅能够打破常规的形式，同时也能调整课堂教学的思路，确保初中体育课程的形式，不断的发生更新，为学生注入更多的力量，充分体现课堂教学的目标，确保课堂教学的体系更加健全，这样才能让学生兴致勃勃的参与到体育训练之中，全面转变课堂教学的思维。

六、组织精彩活动，提高运动效果

初中阶段这是学生成长的关键时期，积极的组织不同的活动，明确课堂教学内容的目标和方向，完善每个教学的细节，意识到学生之间的差异性，增强学生对课程的认知意识，促使学生的运动效果和水平，得到大幅度的上升，才能确保素质教育真正融会贯通到各个学科的教学实践之中。作为初中体育教师，需要创造性的进行课程的变革，创新型的进行课程的完善，能够组织多元化的实践活动，改变以往的训练形式，引领学生拥有强烈的感悟意识，真正创造性的

进行资源的运用，促使学生感受到体育锻炼的快乐，真正让学生的认知能力和水平得到大幅度的上升，这样才能调整课堂教学的进程，全面进行转化，让学生不再讨厌体育课，而是具备自主锻炼的精神，提高学生的体育运动效果。比如在进行《我爱体育》的训练活动中，教师可以采用小组竞赛的活动，完善体育项目的内容，诸如，在田径赛和跳高比赛的实施过程中，能够让学生拥有强烈的体育精神，并带来巨大的动力，这样才能给予学生更多的肯定。通过这样的实践活动，不仅能够探索出运动的主旨，同时也能变革课堂教学的内容，真正让学生爱上体育训练。

简而言之，课堂教学的运行方向，真正探索出新的目标，能够打破常规的思路，与素质教育进行完美的结合，保障课堂教学的专业化素养，得到大幅度的上升，这样才能体现课堂教学的创新性。作为初中体育教师，需要全面进行更新组织专业化的培训活动采用不同的方式，积极的进行完善，意识到上述措施，对学生所产生的深远影响，关注学生在课堂中的变化，让学生更加轻松的进行体育锻炼，做到与时俱进，以更好的探索教学的目标，促使课堂教学的思路更加完善，这样才能为学生的未来发展奠定坚实的基础。

参考文献

- [1]李东. 游戏教学在初中体育课程中的有效实施策略[J]. 教育教学, 2016(07): 21-22.
- [2]刘玉翔. 探讨初中体育教学有效性的[J]. 教育研究, 2017(02): 28-29.
- [3]张宇磊. 浅谈体育游戏在初中体育教学中的应用[J]. 中国校外教育, 2019(12): 49.

(上接第1349页)

务。比如，可以在明确各体育项目实践任务、要求、注意事项后，让学生自由选择体育运动项目，巧用跳高+跳远、跳高+短跑、跳高+跳绳等多样化形式，丰富体育课外实践内容。

五、迎合社会需求，符合时代特点

时代的发展呼唤创新，对于中职学生来说，创新性的教学思维，教学策略也更符合他们的学习需求，不仅如此，中职学校教学的一个重要目的，是要在教学过程中培养学生的创新精神以及实践能力，以此保证能够为社会输送更多优秀的专业性人才。在中职体育课程教学过程中，教师同样应当具备创新意识和创新理念，并借此来影响学生，激发他们的创新意识，这既是我们培养人才的重要途径，也是时代发展的必然要求。要做到这一点，我们首先要承认学生之间存在着差异性，认识到只有通过因材施教，结合学生之间的差异性制定不同的教学方案，才能够切实的体现学生的主体地位，在教学过程中，最大限度的激发学生的潜能，为学生的创新发展奠定基础。其次，在中职体育教学中，教师要善于启发、鼓励学生在实际运动中实践自己的各种猜想。在教学中要注重加强他们的知识应用能力，例如在体育理论知识的讲解中，学生可能会突然迸发出创新的想法，教师要鼓励学生把这种想法进行实践，对所学知识进行探究。如花式篮球是最容易让学生产生新的想法的运动，教师在教学中鼓励学生在活动中实践自己的想法，不管成功与否都给予他们肯定的态度，激发学生的想象力。

六、多元评价主体，开展多样评价

在国家的中长期教育改革发展纲要中曾经明确指出，职业学校的教学评价方式应当区别于普通高中，以专业技术人才的培养和选拔为出发点。针对这一具体要求，我们在中

职体育教学过程中，可以通过实施立体化的教学评价，来促进体育学科教学效果的显现。所谓立体化的教学评价，首先要做到的就是定性评价与定量评价相结合。这种评价方式需要学生和老师的共同参与。对于中职学生而言，他们的身心发展程度，已经完全可以胜任学习过程中的自我评价和相互评价工作，因此，教师可以通过鼓励学生开展自评和互评，帮助学生找到他们努力的方向，树立他们参与体育训练的信心；其次，就是要形成师生之间的交叉评价，通过这种评价方式，增强师生之间的相互了解，保障体育课程教学目标的明确性。在中职体育教学中还应该采用建设性评价与阶段性评价相结合的评价方式。

综上所述，当今社会，人才的竞争越来越激烈，保障人才有良好的身体素质，实现人才的身心健康发展，是中职学校在人才培养过程当中的一个重要教学目标。无论是学校还是教师，我们都应当站在为学生的将来负责的角度，利用各种有效的教学模式，使我们的体育教学更为深入人心，为更多的学生所接受，在此基础上，增强学生参与体育锻炼的能动性，充分发挥体育教育对学生身心健康发展的促进作用，帮助学生形成良好的体育锻炼习惯，培养他们终身运动的训练意识，是我们的体育教学真正为学生的未来发展保驾护航。

参考文献

- [1]严杰佳. 基于拓展训练的中职体育教学模式研究[J]. 文体用品与科技, 2020(18): 116-117.
- [2]胡晓群. 浅谈如何提高中职学校体育教学的有效性[J]. 中国校外教育, 2019(14): 140-141.
- [3]李石鹏, 邹建新. 基于中职体育教学改革创新的研究[J]. 读与写(教育教学刊), 2019(07): 112-113