

探析中职计算机技能竞赛平面设计项目赛前训练策略

张雪

广西壮族自治区桂林市，桂林市旅游职业中等专业学校

摘要：中等职业院校教技能比赛是一项非常重要的赛事，是展示中等职业院校学生的专业技能水平，提高他们的实践能力，并能促进职业教育的发展，是教育教学的一种重要的形式和有效的延伸。职业技能比赛不仅为学生提供了一个展示个人才华的平台，还能够促进学校之间的交流和合作，推动职业教育的教学改革和创新。学生通过参加技能竞赛，展示所学的专业技能和提升综合能力。同时，学生可以更好地了解自己的不足之处，进一步提升自己的专业技能水平，帮助学生更好地适应未来的职业发展。近几年我校连续参加自治区、市级中职院校技能大赛计算机平面设计项目，参赛学生成绩不佳，难于提升。通过对中职学生职业技能比赛计算机平面设计项目培训的研究，提升参赛学生比赛培训的质量，使我校在中等职业院校计算机平面设计比赛项目中参赛选手的选拔、专业技能培训、综合素质培养等方面形成规范的体系，制定科学的、多元化的赛前训练模式，有策略、有步骤、扎实的提高参赛选手的技能水平。

关键词：中职；计算机；平面设计；技能竞赛；赛前培训

【DOI】10.12252/j.issn.2096-627X.2022.11.228

引言

中等职业院校技能大赛的探索与实践是一个复杂且多元的过程，它涉及比赛的组织、实施、效果评估以及对学生和教师的深远影响。技能大赛的形式和内容设置注重学生的综合素质和技能的全面发展，对学生各方面的提升都具有一定的促进作用。技能大赛不仅仅是技能的比拼，而是要求选手在掌握基本技能的同时，展现出良好的职业素养、团队协作能力、创新思维等综合素质。这种设置有助于选拔出真正具有发展潜力的优秀学生，通过参与比赛，学生的职业技能得到了显著提升，同时也激发了学生的学习热情和创新精神，使学生更加明确自己的职业发展目标和方向。

当前，培养高综合素质、高技能水平人才是中等职业院校的重要使命，也是推动社会经济发展和产业升级的关键。近年来，国家大力开展的技能大赛已成为培养和选拔高层次技能人才的重要平台。通过竞赛，使学生能熟练掌握专业知识和技能，促进中职业专业建设与教学改革，实现工学结合的人才培养模式，培养行业高素质技能型人才。为此，中等职业院校应当从多个方面入手，全面提升学生的专业素养和实践能力。此外中等职业院校应加大投入，引进和培养一批具有丰富实践经验和高度专业素养的教师，加强与优秀院校、企业的合作与交流，了解行业发展趋势和人才需求，及时调整专业建设和专业教学课程安排，确保人才培养与行业需求紧密对接。

一、我校技能竞赛计算机平面设计项目赛前培训的状况

（一）技能竞赛训练与常规专业课教学相脱离

中职学生通过参加技能竞赛，可以强化职业技能水平，培养解决问题和赛场上的应变能力，提高各方面综合素质，与当前中职学校人才培养目标相一致。我校目前专业课教学与技能竞赛训练脱离主要体现：一是日常专业课教学内容与竞赛要求达到的技能水平不匹配，竞赛对专业技能的要求高于常规专业课教学的标准；二是日常教学方法与竞赛训练方式的差异以及教学资源与竞赛资源相分离。

（二）突击式训练方法影响技能竞赛训练效果

省部级技能竞赛从组织到正式比赛的时间较短。无法保证选拔学生到赛前有充足的培训时间，常规专业课教学无法达到竞赛技能要求标准，参赛选手在日常教学难于提升专业技能和创行设计能力，无法积累平面设计经验。这种突击式训练方式，时间紧、强度大、训练内容较为单一、训练模式枯燥，导致学生心理压力过大，在参加比赛时容易出现焦虑、紧张等不良的情绪，严重影响比赛的成绩。

（三）教学资源匮乏对技能竞赛训练的影响

（1）中职学校的教师具有一定的知识储备和专业技能，但因长期教学缺乏在企业的实践经验，无法了解最新的行业发展和竞赛要求。

（2）教学资源的匮乏限制了技能竞赛训练的深度和广度，训练效果大打折扣。

（四）技能竞赛赛前训练模式单一

中职技能竞赛不仅能够提升学生的技能水平和综合素质能力，也是展示学校教育教学成果的重要途径。通

过对近年来技能竞赛现在的调查发现,指导教师由于缺乏技能大赛的培训经验,赛前训练无法形成系统的体系,在训练时无从下手,缺乏指导学生训练的经验,导致比赛成绩不理想。

二、制定中职计算机技能竞赛平面设计项目赛前训练策略

(一) 建立“教赛”常态化管理和选手选拔机制

建立“教赛”常态化管理和选手选拔机制,是提升教学质量、促进学生技能发展的重要举措。第一,常态化管理机制的核心在于将技能竞赛与教学紧密融合,加强教学内容与竞赛要求的对接。将竞赛内容融入日常专业课教学计划中,使课程内容与竞赛标准相衔接,确保学生在学习中能够掌握竞赛所需的知识和技能。第二,改革教学方法和训练方式。专业课教学可以借鉴竞赛训练的方式,采用实践操作、团队合作等教学方法,提高学生的实践能力和创新能力。竞赛训练也可以借鉴专业课教学的方法,注重基础知识和技能的巩固和提高。第三,定期举办校内技能竞赛,为学生提供实践平台,培养他们的创新能力和竞技水平。此外,还应加强教学资源的建设和优化,确保学生在充足的设备和场地条件下进行学习和训练。选拔标准应综合考虑学生的技能水平、学习态度、团队协作能力等多方面因素,以全面评估学生的综合素质。同时,选拔过程应分阶段进行,通过初选、复选等环节,逐步筛选出最具潜力的选手。此外,还要建立选手的跟踪培养机制。对选拔出的选手进行定期跟踪和评估,了解选手的训练情况和技能提升进度。为选手提供个性化的指导和支持,帮助他们解决在训练过程中遇到的问题和困难。通过持续的跟踪培养,确保选手能够保持稳定的竞技状态,并在竞赛中取得优异成绩加强“教赛”之间的互动与交流。第四,加强教学资源与竞赛资源的共享和整合。学校可以建立专业课教学与技能竞赛的资源共享平台,使学生能够充分利用各种教学资源进行学习和训练。同时,也可以邀请竞赛经验丰富的教师或专家参与专业课教学,提高教学效果。专业课教学与技能竞赛训练的紧密结合是提高学生实践能力和创新能力的重要途径。通过加强教学内容与竞赛要求的对接、改革教学方法和训练方式以及加强教学资源与竞赛资源的共享和整合等措施,可以有效解决专业课教学与技能竞赛训练脱离的问题。第五,鼓励教师将竞赛经验融入教学中,丰富教学内容和形式;也鼓励学生将所学技能应用于竞赛实践中,检验和提升自身的技能水平。通过教学与竞赛的良性互动,促进学校整

体教学质量的提升。建立“教赛”常态化管理和选手选拔机制是推动教学质量提升、促进学生技能发展的重要举措。通过不断优化和完善这一机制,培养出更多具备高技能、高素养的优秀人才。

(二) 建立参赛选手综合素质培养体系

为了提高技能竞赛的训练效果,应该避免突击式训练方式。相反,应该注重选手的个体差异和全面发展,采用持续、系统的训练方法,结合日常的教学和训练,逐步提升选手的技能水平。同时,针对参赛技能竞赛的选手,还应该关注他们的身心健康,定期开展心理解压和心理疏导。比赛过程中,选手可能会面临各种压力和挑战,如时间限制、技术难题等。通过培训选手能够学会调整心态、保持冷静,并在压力下发挥出自己的最佳水平。这种培训对于提升选手的心理素质和抗压能力非常有帮助,使得参赛选手在竞赛中控制好比赛节奏。培养参赛学生顽强拼搏的竞赛意识,也有助于学生在未来的工作和生活中能更好地应对各种挑战。

(三) 加强竞赛指导教师的队伍建设

加强竞赛指导教师的队伍建设,定期组织教师到行业中参观、交流,使其了解最新的行业发展和竞赛要求,提升教师专业技能。选派教师去优秀院校交流比赛经验,积极为指导教师提供教学方法的创新的培训和深造的机会,全面提升指导教师的专业技能水平、专业素养、创新能力以及对学生的指导和引导能力、丰富教育教学方法和竞赛指导战略,积累教育教学经验,开阔眼界。加强团队建设和协作,鼓励指导教师之间开展团队合作。从选拔机制、专业培训、团队建设等多个方面入手,打造一支高技能水平的教师团队。

(五) 开展多元化的专业技能竞赛训练模式

开展多元化的专业技能竞赛训练模式,是提升选手技能水平、培养综合素质以及取得优异竞赛成绩的重要途径。通过灵活多样的训练方法,满足选手不同阶段的训练需求,激发他们的学习兴趣和创造力,从而全面提升选手的竞技实力。

1、准确地解读大赛相关规程和竞赛大纲,制定最佳的培训方案

指导教师要准确地解读本年度大赛的相关规程和竞赛大纲,明确比赛时间、比赛规则、比赛内容及要求等重要相关信息。此外,还须对前几届大赛规程、赛题和技术要求进行分析,对比与本年度大赛的相同点、特点、赛题的变化等。根据参赛选手的实际情况制定出最佳的培训方案,有针对性的开展训练。同时,将竞赛的

规程、样题与培训计划向参赛选手详细解说，明确的训练目标和需要达到的技能要求。

2、及早着手、提前培训、准备充分

省部级技能大赛从发出竞赛通知到正式比赛时间较短。在这么短的时间里，要严格依照比赛规程和竞赛要求对学生进行训练，使选手有突飞猛进的提高，非常困难，导致选手基础知识、技能训练不扎实，不全面。因此，制定详细的赛前培训策略，至少提前半年预选参赛选手，保证参赛选手有充足的时间进行训练。从平面设计基础知识、专业技能到创作能力对参赛选手进行有计划、有步骤、有成效，循序渐进的培训。熟练掌握专业技能操作和独立创作能力，才能在比赛中取得优异成绩。

3、采用多元化的技能竞赛训练模式

(1) 多元化的技能竞赛训练模式强调分阶段、分层次的训练安排。针对不同阶段的选手，制定个性化的训练计划，确保选手在基础技能、专业知识、实践操作等方面得到全面而深入的提升。在初级阶段，注重基础技能的打牢，通过大量的练习和反复的操作，使选手熟练掌握基本技能；在中级阶段，加强对专业知识的学习和理解，提高选手的理论素养；在高级阶段，则注重实践操作和创新能力的培养，让选手能够在模拟比赛或实际场景中灵活运用所学知识，解决实际问题。

(2) 除了分阶段训练外，多元化的技能竞赛训练模式还注重理论与实践的结合。在训练中，不仅强调理论知识的传授，更注重实际操作技能的训练。通过案例分析、实践操作、模拟比赛等形式，让选手在真实或模拟的环境中学习和应用理论知识，提高他们的专业技能操作能力和应对问题的能力。这种理论与实践相结合的训练方式，有助于选手更好地理解和掌握技能知识，提高他们在实际比赛中的应变能力。

(3) 多元化的技能竞赛训练模式还注重多样化的训练方法。除了传统的集中训练、个别指导外，还可以引入在线学习、小组讨论、团队协作等训练方法。多元化的训练方法能够激发学生的学习兴趣，提高学生的自主学习能力和团队协作能力。小组讨论则可以让选手在交流中碰撞思想，共同解决问题；团队协作则能够培养选手的沟通协作能力，提升整体战斗力。

(4) 多元化的技能竞赛训练模式还强调心理辅导和情绪管理的重要性。在技能竞赛中，选手往往面临着巨大的压力和挑战，容易出现紧张、焦虑等情绪问题。

因此，在训练中，需要配备专业的心理辅导老师，为选手提供心理辅导和情绪支持。通过心理辅导，帮助选手调整心态，保持冷静；通过学习情绪管理，让参赛选手在比赛中能更好地控制自己的情绪，发挥出最佳水平。

(5) 开展多元化的技能竞赛训练模式还需要建立有效的反馈和评估机制。定期对选手的训练成果进行评估和反馈，了解他们的技能掌握情况和存在问题。根据评估结果，及时调整训练方案和指导策略，确保选手能够不断进步和提高。同时，还可以设立奖励机制，对在训练中表现突出的选手给予表彰和奖励，激发他们的训练热情和积极性。

3、抓基础、强技能，开展比赛适应性培训

在赛前开展比赛适应性培训，指导教师根据大赛规程和竞赛大纲给学生布置训练任务，抓基础、强技能，让参赛选手有针对性地进行实训操作，还要在每次训练后进行总结性评价，通过总结交流及时纠正学生在实训操作中遇到的问题。

总之，指导教师需要准确解读大赛规程和竞赛大纲，制定培训方案，采用多元化的技能竞赛培训模式，对参赛的中职学生集中的开展赛前、赛中 and 赛后等相应培训工作。开展多元化的技能竞赛训练模式对于提升选手技能水平、培养综合素质以及取得优异竞赛成绩具有重要意义。通过分阶段、分层次的训练安排、理论与实践的结合、多样化的训练方法、心理辅导和情绪管理以及有效的反馈和评估机制，让参赛学生能够有正确的职业技能竞赛观，全面提升参赛学生计算机平面设计方面的技能水平和综合素质，为他们在技能竞赛中取得优异成绩提供有力支持。从而达到“以赛促教、以赛促学”的效果，切实的提升中职计算机平面设计专业教育教学水平。

参考文献

- [1] 王健娟, 丁晓明. 《中职学校技能竞赛现状分析与建议》[J]. 职业教育研究, 2012-12-08.
- [2] 和文丽, 谢庆仁. 《浅谈指导学生参加全省中职学生技能大赛动画制作项目比赛的培训策略》[J]. 新教育时代电子杂志(教师版), 2017-08-20.
- [3] 谢文婉. 《中职计算机平面设计技能竞赛训练的策略探究》[J]. 现代职业教育, 2020-06-23.

基金项目：2022年桂林市职业教育教学改革项目《中职学生职业技能比赛计算机平面设计项目技能培训的研究》项目编号：GLZZJG2022C03