

如何提高中职体育教学质量的策略分析

吴德利

(河南省驻马店财经学校 河南 驻马店 463000)

[摘要] 近年来,随着社会的发展,我国的现代化建设的发展也日新月异。今天,我国大力提倡素质教育,要求学生要德智体美劳全面发展,判断一名学生是否优秀也不再只看学生的成绩。一名合格的学生一定要有一个健康的身体素质和心理素质,从而更好的应对学习、适应社会。而体育教学能帮助学生锻炼身体素质,增进心理健康。因此学校也不再只重视数学、语文、英语等文化课,纷纷开展体育课。然而,中职体育教学没有得到普遍的重视,教学效果很不理想。由此可见,提高中职体育教学质量刻不容缓。

[关键词] 提高; 中职体育教学质量; 策略分析

引言

社会的不断发展,带动了人们对于身体健康的注重。作为职业教育的主阵地,中等职业教育肩负着培养优秀技术人才、为社会发展服务的重要责任。中职学校俨然也需要注重学生的专业素质和技能的培养,也需要开展基于中等职业学生身心发展特点的终身体育意识。学校要培育和激励中等职业学生树立科学的终身体育意识,促进学生身心健康的健康发展,更好地适应本职工作的需要,并有利于社会的发展。

1 当前中职体育教学现状分析

当前中职院校不够重视体育教学,中职院校教育在培养优秀人才时更注重提升学生的专业技能,中职院校在日常教学时没有意识到体育学科的重要性。部分中职院校存在体育课程被其他学科占用、体育课程安排少,中职院校存在师资配备不足情况、体育教师没有进行专业培养,部分体育教学内容没有随着教育改革进行更新。体育教学没有在中职院校发挥出重要作用,阻碍了体育教学有序发展。由于体育教学受到一定限制,降低了学生学习体育的热情以及课堂教学效果。部分教师教学方式存在落后情况,没有充分调动学生学习体育知识的积极性。当前部分中职体育教学课堂上,存在教学内容陈旧、教学方法单一等,都降低了中职学生学习情趣。部分中职院校的体育老师有很多年,没有进行提升性体育知识学习以及参与体育教师培训。造成体育教师减少了接收教育改革信息,造成没有建立一个完善的体育教学体系,导致部分体育课堂教学时教学方式陈旧、没有对当前体育知识内容及时进行更新、课堂教学内容单一、体育课堂上没有建立一个完善的考核制度,这些情况大大降低了学生学习体育知识的积极性,严重影响了体育教学质量。很多中职院校学生自身存在着自控能力相对较差、学习能力差、缺乏体育锻炼以及学生升入中职院校后,由于学习的压力等情况造成学生没有充分重视体育的学习。此外在进行体育课堂教学时,体育教学没有针对中职院校学生具备的特点进行有针对性的教学,体育课堂教学内容没有考虑到学生的性别、学生真实需求以及所在的专业等情况,都降低了学生学习体育知识的兴趣。

2 优化措施分析

2.1 优化教学设计,在实践中渗透终身体育理念

体育是具有很强实践性的重要学科之一,在中职开展体育教学的过程中,教师需要通过理论与实际相结合的方式,优化体育教学课程内容,使体育教学能够充分渗透终身体育意识,提高学生接触体育、参与体育的主动性。例如在篮球教学时,教师首先要从理论出发,对学生是否熟悉篮球运动进行一个全面分析,由于男生与女生的偏好不同和身体素质的不同,应设计多元化的训练方案,体现了以学生为中心的教学理念;其次,教学内容的设计要符合学生需求,教学难易度得当。在进行技战术训练的时候,以基础技术和战术指导为出发点,从简单技巧开始,逐渐过渡到难点,循序渐进地引导学生形成配合,从而进一步提高训练效果;再次,关注学生的体育情感,在团队建设和体育训练中,强化学生的集体荣誉感,磨练心智,提高学生思想认识;最后,基于多元评价理论,以激发学生主动参与为前提,提高学生体育锻

炼水平。在体育教学训练中,教师应从学生的长远发展着手,摆脱传统短期训练的局限性,设计具有多元化的评价系统。

2.2 提高教师素质

体育老师在体育课堂上起主导作用。因此教师应端正工作态度,认真备课,积极参与课堂,使学生真正理解运动的益处。教师还应该不断更新自己教学内容,规范自身示范动作,上网学习新的教学内容。上课时认真,设计合理的教学内容。在课堂上利用一切可以利用的器材来辅助教学,比如将废旧的栏架改造成跨越障碍的“门”,向电视上的《奔跑吧》学习,将里面的游戏设计成体育课可以实施的体育活动。教师可以从一些保健运动做起,教学生一些常用的热身动作,吸引学生兴趣;也可以采用集体做游戏竞赛的方式,如拔河比赛、长跑接力、跳绳竞赛等等,提高学生的学习兴趣,感受团体竞技的魅力。只有真正从体育课堂中得到知识,感到快乐,学生才会主动去了解体育,热爱体育。教师还应该积极开动思维,变旧为宝,比如传统的太极课,本来节奏沉闷,动作舒缓,教师可以别出心裁,让同学配上流行的歌曲,运用太极的动作来编舞,对学生的微小进步进行鼓励、表扬,学生在体育中得到了成功的喜悦,自然就喜欢上体育课了。学生爱学,教师乐教,体育教学质量必定会得到提高。

2.3 引导自主锻炼,培养学生形成良好的运动习惯

学生终身体育意识的培养任重而道远,提高学生个体的主观能动性直接影响着体育终身意识的培养。对此,中职体育教师应重视对学生主观能动性的发掘,在日常的体育训练中引导学生养成良好的体育运动习惯。教师在设计体育教学内容时,需要将终身体育教育的理念不断渗透其中,鼓励学生寻找最适合自身的、自己最感兴趣的体育运动项目,帮助学生制定可行的运动方案。千里之行始于足下,将运动的点点滴滴融入生活之中,形成终身意识。教师可以将学生分成若干兴趣小组,让学生自己寻找伙伴,自觉相互督促开展体育锻炼,从而保证能够长期坚持;教师还可将运动与职业发展相结合,现代人长期从事某项工作,例如会计专业会出现颈椎问题等,教师可以根据学生的专业特点,设计一些简单易行的运动项目,为学生未来参加工作,以及实现终身体育锻炼做好准备。

结束语

综上所述,当前在中职体育教学时,由于部分中职院校对体育教学不够重视、体育教师没有进行系统性的培养、师资配备不够充足等情况,都造成学生学习体育知识积极性不高,降低了中职体育教学质量。为了改善中职体育教学当中存在的不足情况,中职院校应意识到体育教学对学生们的重要性,更新体育教师教学观念、丰富课堂教学内容,定期组织体育教学进行培训学习、完善体育教学的配套设施,不断的提升学生学习兴趣,促进学生综合发展。

参考文献

- [1] 陈怀锋. 从中职学校特点探究中职体育教学改革[J]. 当代体育科技, 2017(28): 80-81.
- [2] 王晓蕾. 针对专业特点的中职学校体育教学改革探析[J]. 体育师友, 2017(01): 40-41.