

浅谈技能大赛赛前训练及赛后影响

李 珏 王 品

(河南省水利水电学校 河南 周口 466001)

全国职业教育技能大赛每年举办,我校连续几届参加工程测量项目。笔者曾多次指导学生参加以上赛事,在训练学生备赛过程中已形成较为完整的方法体系,为提高学生整体测量实习效果,尝试把技能竞赛训练方法和竞赛项目用于日常测量实习教学中,本文主要探讨了技能竞赛法在测量实习教学中实施的可行性、实施过程和实施效果。

一、大赛赛前的技术训练

技术是我们技术人员的根本,各种比赛过程中最重要的就是技术。技术是我们测量精度和速度的最重要的因素。技术来源于训练,来源于老师的指导,来源于日复一日重复的练习,来源于不停的总结和提升。在水准路线时,每一个转点、每一个架设仪器的点如何达到最佳位置,如何考虑视野,如何控制视距。

下面分两方面介绍训练要点:

(一)水准方面:仪器整平需要达到25秒以内,还有读数要快,要准,吐字清晰,记录整洁,计算迅速准确;还有就是视距的问题,用步数卡距离也不是唯一,也不能是唯一的方式,用眼看需要5秒钟,用步数往往都需在15秒左右,这一站就将近错了10秒,用眼卡视距固然好用,但想练成也需要花很大的功夫,但练成之后的效果明显;关于仪器的架设位置只需设置更复杂的路线来让学生训练来让他们考虑的更多更全面,其次就是看个人性格,有的性格比较跳脱选的路线相对来说说比较冒险一点,性格比较内向的选路线是会相对稳妥一些的,当然也少不了老师的讲解。

(二)导线方面:

导线相对于水准变数要小一点,主要的侧重点就在放样上,这也是导线变数最大最容易出现问题的地方,今年的省赛没出什么问题,但国赛400米放样就不一样了,无论是从距离从精度和省赛完全不是一个等级的;还有就是学生体力的问题,现在由于天气的原因,外业训练达不到想要的效果,现在只能把理论和体力的训练做好,还有最重要的精度,精度的控制无非就放样精度的控制,放样时应注意采用小棱镜放样,把棱镜扶直对准方样板的中心,观测者反复校核把误差控制在1秒以内。其次就是测角和架仪器棱镜,还有记录计算,测角精度保持在半测回差和一测回差小于5秒,测一个角不能超过4分钟;架仪器不能超过1分钟,架棱镜不能耽误观测者观测;记录要求字体工整,干净整洁,不能出现画改;计算包含角度计算和坐标计算,其中角度计算只需不出现错误即可,坐标计算需要注意坐标推算准确,计算迅速即可。

二、大赛赛前经验积累

(一)对各种路线熟悉的经验。学生的经验不能老师比较,正因为这样,老师们就更应该设置更复杂的路线来增强学生的经验与应变能力;经验都是靠实际的操作来积累的,而老师的责任就是把学生不懂的地方教导传授给学生,从而增强学生的经验。

(二)经验带来的逻辑培养。我一直认为控制网设置是培养逻辑和思维的一个非常好的方法。前后通视、位置优缺点判断。长期的控制网设置练习,可以让学生多想、多看、多思考,当形成本能时,水准路线才会选择最佳位置。学生在比赛时会因为巨大的心里压力失去往日的自信和活跃的思维,只有将他们的思考变成本能,才会减少在比赛过程中忘记判断的概率。

三、大赛赛前心态调整

技术决定了我们是否有能力拿下比赛,而心态决定了我们能否发挥出应有的技术。从历年的比赛情况来看,学生的心态这个东西怎么说呢,说好培养也好培养,说不好培养也不好培养,每个学生的经历不同,所面临的问题对心态的磨练都各不相同,有的学生因为经历得多,心态自然也就相对来说比较好。

根据每个人的实际情况不同采取不同的方案,检测心理承受能力的最好办法就是在人高度紧张的状态下做一件事情的方式的效率和应变突发情况时的处理方式,通过这些可以看出一个人的心态;其实按部就班测完一圈水准或导线如果没出现什么问题还好,一旦出现问题那么就是看心态能不能平稳,其实像平常训练出现问题相信每个队员都能从容应对,但到赛场上就不一样了,陌生的环境和强大对手都造成将造成巨大的压力,以我校水利竞赛A组为例,平常训练没问题,哪怕两个组一起跑也没有出现大问题,但到了赛场上出现问题。出问题的关键就是心态,因为心态不够强大所以出现了问题,也没有处理好这些问题;因为每一届的学生都经历不同,心理承受能力不同,所以前几届都没出现这些问题,让我们忽略了心态的重要性;其次就是应变能力了,每个人的想法都不一样,处理事情的方式当然会各不相同,只有经历更多的状况才能在赛场上遇到这种状况时从容应对。

至于怎样磨练心态,当然想要短时间内一下子提高太多是有点不切实际的,就是在高强度的压力下才能有效的磨练一个人的心态。

四、大赛赛后总结促进课堂教学

我们学校一直提倡以赛促学,技术上的训练可以培养学生学习的信心和兴趣。对于中职学生来说学习的兴趣大部分学生是有的,但大部分学生丧失学会的信心。而参加工作室可以给他们学会的信心,老带新,师带徒,有老师和学长们手把手教,学生觉得学得会,自然就对学习有了信心,学的越多,发现自己会的越少,越研究越深入,自然对学习有了兴趣,不单单会对这门课,也会对相关的其它科目有了兴趣,学生自己会学习。这就是严抓学生技术的原因。而学会了技术,那我们的学生工作之后也可以凭借技术有了立身之本。

良好的心态不仅仅是保证我们的学生在比赛过程当中可以正常发挥出水平,同时良好的心态也可以延续下去,在以后的工作当中,无论发生什么样的情况,我们的学生都可以沉着冷静的去处理去应对,而不至于慌张。在遇到大场面时可以不怯场。

国家目前正在扶持职业教育,提高专业技术人员的福利待遇。我们中职教育培养的是未来要进入第一线的技术人员,这就要求我们的学生毕业之后即插即用,其实很多学生毕业的时候和成手技术人员最大的差距并不在技术,而在于经验、心态。学校学习是课本上的知识,平时的练习也是标准化的练习。如何把知识运用到实际工作当中,如何应付现场多变的复杂环境。

总之,技能大赛前后对教学的各个方面影响很大。用比赛的竞技性提高学生的学习兴趣,用比赛的技术标准来要求学生,强化了学生规范测量和记录计算的意识,让每个学生变被动为主动,积极参与到测量实习中去,通过师生间生生间的互助学习,达到学生测量技能水平整体提高的目的。

基金项目:河南省职业教育教学改革项目(ZJC19017)