

中职体育教学中学生终身体育意识的培养

董娟

(河北省石家庄市高级技工学校 河北 石家庄 050000)

【摘要】近年来随着人们生活水平的提高,人们对拥有一个健康的身体特别向往。在核心素养的背景下如何上好中职体育课,是每一位中职体育教师关心的首要问题。我认为,应该践行以下2个方面。首先让学生对终身体育锻炼的观念要理解,其次教师通过学校体育课的教学,设计科学的体育教学内容,让学生养成终身体育锻炼的良好习惯。中职体育教师应改变自身传统的教学理念,通过现代化教学手段给学生上课,指引学生树立正确的体育观念,并引领学生将这种体育观念应用到社会生活中。

【关键词】中职体育教学;学生终身体育意识;培养

引言

当代学生在升学的压力下,整日埋在题海和文化知识的学习中,很少有体育锻炼的机会,即使学校有相关体育课程,也都是抱着敷衍的态度进行体育锻炼。近几年来,中职学生在体育运动中身体不适而昏厥的现象屡见不鲜,中职学生身体素质的提高成为体育教育重要任务。因此,不论是在学校还是在日常的生活中,学生都应该要有体育锻炼的意识,并且要在长期的高压环境中生存和生活,就需要体育运动作为调节,可见,终身体育意识对于学生的终身发展有重要意义。

1 中职体育教学对学生养成终身体育意识的意义

①良好的体育教学是学生养成终身体育意识的基础。随着素质教育的深入推行,体育教学的意义也变得更加重大,在中职生的成长生涯中也变得越来越重要,必要的体育活动不但是学生养成良好身体素质的基础,还对其好习惯的养成有重大帮助,对促进中职生综合素质的提升大有裨益。在实际的中职体育教学中,教师不应该只是一味地让学生利用体育活动来锻炼身体,更重要的是能够让学生认识到教师教学的理念,这样才能让学生在体育学习过程中不断提高自己的主观能动性,激发体育学习的兴趣,为培养终身体育意识打下坚实的基础。②体育教学能够促进学生的实践和创新能力。中职体育课堂上,教师利用各种体育活动来不断提高学生的身体素质,最终的教学目的除此之外,更重要的是让学生能够具备终身体育意识。与此同时,学生在实际的体育活动中,可以在教师的正确引导下,不断提高自身的创新能力,让学生不但可以有效地将体力与智力进行结合,还可以在此基础上将体育教学的作用发挥出来。

2 中职体育教学中学生终身体育意识的培养措施

2.1 明确中职体育教学思路

培养学生终身体育意识是一个持续的过程,因而应当明确中职体育教学思路。中职学校以及广大教师要适应形势发展需要,更加重视体育教学与健康教育的有效结合,同时还要在课程建设特色化、专业化、灵活化等诸多方面下功夫,这一点需要引起中职体育教师的高度重视。要牢固树立“以人为本”理念,着眼于促进学生全面发展特别是提升学生的专业素养,在课程设置方面更加体现学生的专业特点,强化体育教育专业教育的有效衔接,进而使中职体育教学满足学生未来就业、创业与发展的需要。要将“全民健身运动”与落实终身体育理念进行有效结合,切实加大对学生的调查和分析,找出落实终身体育理念存在的突出问题,制定有针对性的教学方案,进而使中职体育教学更具有针对性,最终能够在培养学生终身体育意识方面取得更大突破。

2.2 营造良好的体育学习氛围

体育教师对良好的体育氛围进行营造,从而有效增强学生对体育运动的参与兴趣。学校可以根据学生自身的爱好、年龄性格等对体育学习条件进行有效创造,例如可以对健康教育课以及体育节等进行设置,另外,除了运动会以外还可以多开展一些形式多样的体育活动,使学生将学习压力更好地释放出来,同时身体也得到进一步锻炼;学校还可以加大体育运动的宣传力度,如广播、校园宣传栏等,组织学

生对国际体育比赛进行观看。此外,学校还可以组织一些教职工参加体育活动,教师以身作则,给学生树立好的榜样,将学生的体育运动兴趣充分激发出来;最后,学校还可以多组织一些体育讲座,使学生树立良好的终身体育意识,正确认识到体育锻炼的重要性。

2.3 体育活动的组织应富有科学性

目前,因为高考压力很多中职生认为体育活动可以取消,因此,中职体育教师在设置体育活动的时候应该科学合理,并将趣味性很好地体现在体育活动中,这样便于使学生的体育意识得到强化。正是因为较大的学习压力,所以良好的体育活动对学生的压力具有一定舒缓作用,并能让学生身心处于健康状态中。中职体育教师可将竞技性设置到体育活动,这样引导学生对抗训练,将体育乐趣充分展现在对抗竞赛中。比如,中职体育教师在给学生讲解羽毛球这一体育活动的时候,可组织男女混双羽毛球竞赛活动,这种活动不仅能帮助学生了解和掌握羽毛球技巧,还能很好地培养学生的竞争观念及合作精神。除此之外,中职体育教师同课堂教学实际状况相结合,给学生们设定富含趣味性的长跑接力、跳绳比赛及拔河比赛等体育活动,这样使得学生信心得到显著提升,帮助学生形成良好的终身体育意识。

2.4 强化学生对体育学习锻炼的重视

针对传统职业中仅仅注重专业知识学习,忽视体育教学问题的现象,学校在新课程改革之后,还需要增加体育课程的时间、次数来提升重视程度,将原有的教学方式,模式进行改进,分成体育的室内学习和室外学习两种。在两个空间对学生不同的体育项目锻炼与培养,可以极大地提升学生的体育学习乐趣。例如,教师可以在室内给学生讲解一些理论,做一些体育游戏等,而在室外进行更专业性的体育锻炼,让学生能够清楚地了解到体育锻炼对自身发展的影响,在长期的锻炼中培养起兴趣热情,只有有一个健康的身体,才能够完成好其他的活动,才能够获得自己想要的的生活,牢记只有保证身体健康才是做好一切的前提。

结语

现代体育教学应当立足于学生的长远发展,教学过程中教师要不断地完善和丰富自己的教学手段,教学过程中要重视学生的意见和建议,给予学生关怀,促进师生关系的和谐,建立学生终身体育的意识,需要从培养学生的兴趣点入手。体育运动项目繁杂多样,中职体育教师要善于观察和发现学生的长处以及感兴趣的体育项目,以培养学生“终身体育”的意识。

参考文献

- [1]王维智.浅谈高校体育教学中学生终身体育意识的培养[J].体育世界(学术版),2019(11).
- [2]包文静.关于中职体育教学中学生终身体育意识培养对策[J].课程教育研究,2019(38).
- [3]严徐洁.体育教学中学生终身体育锻炼意识的培养策略研究[J].新课程(综合版),2019(07).

“鸳鸯绣取从人看,要把金针度与人” ——职业教育中的价值观教育之我见

肖战胜

(西峰职业中等专业学校 甘肃 庆阳 745700)

【摘要】价值观是调整人生方向的“罗盘”和“指南针”,不同的价值观成就不同的人生。中职教育中需要以博大的胸怀、求真务实的态度、至善至美的情怀面对学生,教学过程贯穿育人标准,融入职业素养、人文情怀,注重良好习惯养成,培养身心健康、脚踏实地、敬业乐业的高素质职教人才。

【关键词】职业教育;价值观教育

在一次国培项目教学法培训的开班仪式上,国家教育部职教研究所研究员、著名职教专家江大源教授的一个说法对我极有触动。他说:我们教学生,核心的就是教给学生价值观和方法。不正是这样的吗?回想多年之前,老师教给我们的知识或许早已随着岁月流逝已然随风,而真正对我们影响深远的就是当初耳濡目染的老师的价值观和行为处事方法。

价值观是调整人生方向的“罗盘”和“指南针”,不同的价值观成就不同的人生,千差万别的人生主要是因为纷繁复杂的价值观导致的。没有方向的人生是盲目的,没有价值观的人生是迷茫的,人生的苦恼和不幸主要在于没有正确的方向和价值观。而我们职业教育所面对的学生,就是没有明确的价值观,或者说他们的价值观是混乱的、不确定的。面对如此现状,职业教育要怎么样突出重围,让职教有所作为,让学生学有所长,现结合教学实践,浅谈自己的一些认识:

一、明晰入职标准,明确培养目标

职业学校学生入学之初,学校、专业课程老师就应该依据专业特性,对学生进行入学教育。遵规守纪、言行习惯属于管理层面,而将来干怎样的事儿、成为怎样的人,应该是专业课程的要求。也就是入学之初就应该结合毕业后的入职要求,让学生明晰自己的成长方向。新课程进行前也必须介绍专业课的课程标准,并在教学环节中始终贯穿职业素养的培养,从体系到课程、从章节到课堂,课程的实施都应该紧紧围绕培养标准展开,虽然不应该做到时时碎碎念,但教师必须了然于胸。这样才能让教学活动做到的放矢、弹不虚发。这样的教学才不盲目、不涣散,才能有有条不紊、有序推进、卓有成效。

国务院《关于〈中国教育改革发展纲要〉的实施意见》中规定:“职业教育的培养目标应以培养社会大量需要的具有一定专业技能的熟练劳动者和各种实用人才为主”。说明职业教育要以培养受教育者的劳动能力和生产技能为主,使具有一定职业能力的高素质劳动者在生产、服务、管理第一线为社会创造价值。这就打破了