

# 素质教育背景下中职体育教学方法的改革与创新

刘延宾<sup>1</sup> 李玉珍<sup>2</sup>

1. 东营市技师学院; 2. 东营市东营区瀚文小学

**[摘要]** 中职学校体育课程的素质培养, 既可以有效地提高学校的教学效果, 又可以促进学生的全面素质和全面发展。在进行正规的教学和扩展训练中, 要注意改变自己的教育理念, 进行创造性的教学思考, 对特定的教育方式和相应的教学方式进行调整, 使课堂教学的主体环节更加完善, 为学生提供丰富多彩的课堂教学内容。但目前中职体育教学中还存在诸多问题, 相关人员对此应该重视起来, 以素质教育为发展导向, 转变教学理念, 构建多样化教学模式, 更新教学内容, 丰富教育资源, 充分发挥学生的个性, 提升学生的学习兴趣, 为学生良好体育素养的形成和综合素质的全面发展奠定坚实的基础。

**[关键词]** 素质教育; 中职体育; 教学创新

**[DOI]** 10.12252/j.issn.2096-6261.2021.10.445

## 引言

随着经济的发展和科技的进步, 社会对于高素质、高质量人才的需求越来越迫切。而作为培养实用型人才的中职学校也应积极地进行教学改革和创新以适应社会的发展, 为社会培养出高素质的创新人才。但健康的体魄是人进行一切活动的前提条件。这就意味着中职体育教学在素质教育中发挥着重要的作用。文章从中职体育教学的现状入手, 提出了基于素质教育的中职体育教学的创新路径。

### 1 中职体育教学的现状

#### 1.1 教育观念落后, 教育方式比较单一

在中职院校的其他专业课程改革风起云涌的今天, 体育课程仍然是以传统的教学观念和单一的方式进行着。不管是老师, 还是学生, 都没有转变思想, 没有意识到体育教育对人的身心发展的重要作用, 没有意识到运动的本质, 仅仅把它看成是提高体质的一种手段。而在实施素质教育的过程中, 由于缺乏对学生实际需求的了解, 无法实现因材施教, 只能死板地死记硬背传统的课堂, 这不仅会严重制约着学生的身体和精神状态, 而且还会严重阻碍着素质教育的实施, 阻碍着职业学校的健康发展。

#### 1.2 体育课教科书单调乏味

中等职业学校相对于一般高中的教学具有很大的特色, 即专业化程度高。然而, 中职的体育课, 大部分都和高中的课本差不多, 没有什么特别之处, 也没有体现出他们的特长。此外, 中职的体育教学基本都是以跑、跳等基本技术为主, 在素质教育的大环境下, 缺少专门的课程。教学内容单调乏味, 不能引起学生的兴趣, 也不能使他们在娱乐性、趣味性和健美性上得到充分的发挥。

#### 1.3 教育经费的投入短缺, 教育资源相对短缺

当前, 部分中等职业院校把主要精力集中于专业课程的改革与技术比赛, 对运动的重视程度较低, 因而对其经费的投资相对较低。这就造成了运动器械、器械的老化, 无法及时地进行更新。俗话说, 没有运动设备, 再先进的教育观念和多样化的教育方式也很难达到理想的效果。

#### 1.4 体育师资和学生的主体性尚不清楚

素质教育需要“回归”到“学生”的课堂, 与“学生主体”建立起一种全新的师生互动关系。然而, 大部分的体育老师并未认识到师生关系在课堂中存在的“平等性”, 依然沿用着“主客”的传统模式, 师生与生生之间无法实现心灵交流, 造成了课堂交流的低效。

### 2 素质教育背景下中职体育教学方法的改革与创新方法

#### 2.1 关注个体差异与个性需求, 合理安排教学内容

1. 科学测量, 分层定制, 提高教学内容与学生水平的适配度。素质教育认同差异, 认同因材施教, 因此体育教师必须通过问卷调查、交流座谈等方式“摸排”学情, 了解学生的体育素质差异, 尤其是体能水平的差异、抗压心理的差异、知识储备的差异等等, 从而将相关学科知识进行层次化分析, 并改革重点教学知识与难点教学知识的教学方法, 合理调整体育学科的主要教学活动, 分层订制教学菜单, 优化教学设计环节, 并为学生制定个性化的学习目标、学习内容, 准备不同的学习材料, 帮助学生快速掌握体育技能, 提升整体素质。

2. 项目扩充, 分类实施, 提高教学内容与学生需求的耦合度。素质教育同样强调个性, 趋向扬长避短。为此, 体育教师必须充分了解学生的体育兴趣、体育特长、体育风格, 丰富课堂教学主要内容, 创设更加全面的、满足学生多元需求的体育教学活动, 以确保体育课程因为天气等各类外在因素具有弹性和调整余地, 确保学生对体育课程内容有一定的选择性。

例如, 在开展篮球运动教学活动之前, 笔者在教学设计过程之中, 根据授课学生的篮球运动水平, 优化篮球运动以及篮球教学的重点教学内容。笔者在开展篮球技巧教学与训练活动的过程中, 适当穿插一部分投篮运动以及传球运动, 针对一部分学生的“薄弱区”开展包括投篮运动、传球运动等专项训练。考虑到教学是一个动态的过程, 且学生的能力差异和需求差异也在动态变化, 经过一段时间的教学与训练之后, 笔者也会在日常教学活动以及拓展训练活动之中, 多

角度考查学生的实际学习情况,降低或者提高篮球运动技巧标准,确保教学内容处于学生最近发展区,正向激励学生更加主动地参与投篮运动与传球运动。

## 2.2 注重感官体验和空间延展,高效应用信息技术

1. 发挥信息技术优势,推进新型“感官教学”过去,感官教学指教师通过对实物或直观教具的演示,使学生利用各种感官直接感知客观事物或现象而获得知识的教学方法。现在,教师则可以应用全新互联网教学技术,尤其是VR技术,在室内创设仿真运动场景,为学生提供新型的“感官教学”,刺激学生的体育学习兴趣。在此过程中,体育教师需优化固有的教学流程,将情景体验嵌入教学环节的前端,让重点教学内容和难点教学内容呈现在多媒体教学屏幕或者学生“眼前”,并对训练场景进行三维重构,通过还原真实的陪练环境帮助学生制定具有针对性、便捷性的体育训练计划。

2. 整合信息平台资源,打造数字“教学空间”在面向体育教学对象时,体育教师必须重视其对网络教学空间的适应力,整合数字化体育教学资源,打造在线教学空间。也就是说,一方面,教师可以在互联网搜索引擎之上,查找更加全面的教学资源,收集教学资料之中的各类有益信息,快速把握体育学科的教学动向;另一方面,教师可以在互联网教学平台之上发布相关教学资源与教学任务,或者是将一部分教学视频与教学课件投放到互联网教学平台之上,同步利用社交软件,与学生保持平等交流与积极互动,开展“在线教学”并实时了解学生的学习情况、实时调整教学内容,提升教学效率与教学质量。

例如,笔者在针对女性学生开展实心球运动教学之前,会将具体教学材料以及相关教学资源投放到多媒体教学屏幕上,并引进奥运会实心球比赛时运动员的体育技巧、训练要点以及注意事项,让部分“盲目跟风”选择实心球项目的学生了解实心球项目的历史渊源和关键人物,在激发其学习兴趣的同时,引导其正确学习实心球运动的主要技巧以及相关运动方式,保障教学安全和规范。在教学过程中,笔者会在互联网平台发布教学任务,鼓励学生利用课后时间与休闲时间,自主学习实心球运动的具体方法以及相关运动技巧,同时第一时间收集和解答学生开展实心球运动中遇到的问题,并针对不同学生的体育运动情况以及学习情况提出较为个性化的问题解决方案和相关教学对策,形成学生在校期间的体育素质成长档案。

## 2.3 注重师生关系和生生关系,弹性优化教学形式

1. 转变教与学角色,建立新型师生关系教与学的角色转变一直是体育教学内容落地的关键因素,因此构建新型师生

关系的第一步就是把教师单向的输出转为师生双向的互动。当教师退居“二线”成为课堂的引导者、辅助者、支持者,学生成为课堂主人之后,课堂必然从“一言堂”变身为“群言堂”。教师需要让学生参与课堂内容设计与安排,鼓励学生“发声”,并把更多的时间留给学生自主运动与锻炼。同时鉴于班级、学生之间的差异,适度提供教师的导学、导思、导练服务,确保师生“双边”活动顺利进行。

2. 灵活运用教学策略,建立新型生生关系体育课堂往往更容易实现,教师必须更加灵活地选用集体教学、分组教学、个别教学等策略,让学生同质或异质合作,建立新型的生生关系。此时,可以结合学生课堂表现情况以及综合素质能力,实施体育课代表轮流制,设立“体育助教”,并弹性、动态组建“优+优”与“优+差”的教学小组,既让学生扬长,在强强对抗中发掘自身潜能,也让学生互助,在结对帮扶中寻求进步空间,从而营造良好的生生互动氛围,融洽生生关系、师生关系。

例如,笔者在组织开展50米短跑教学活动时,在解说和示范短跑技能要求后,采取分组锻炼的形式,让学生自由组建团队、自制训练计划、完成组内PK;当小组训练结束后,各小组进行组间竞赛和成果展示,并要求小组互相点评是否符合短跑规范、是否满足教学要求等;最后笔者结合各小组情况,进行小组奖励和个人奖励,从而再一次激发学生的学习内生动力,促使学生快速感受短跑活动的无限魅力。

## 结语

综上所述,素质教育是指一种以提高受教育者诸方面素质为目标的教育模式。素质教育要求教师着重培养学生多种学科素质,中职学校体育教学也应该融入素质教育相关理念,为中职学校后续教学活动奠定良好的基础。

## 参考文献

- [1]次旺. 中职体育教学中学生学习兴趣的提升策略探讨[J]. 汉字文化, 2017(11): 83-84.
- [2]冉旭. 中职幼师专业体育教学中的素质教育——基于幼儿园体育活动教师行为回应[J]. 运动, 2017(11): 48-49.
- [3]赵智. 试析中职体育教学改革创新与实践[J]. 职业, 2017(13): 76-77.
- [4]吴昊. 试论中职体育教师在素质教育体系下的能力更新实践思考[J]. 科学大众(科学教育), 2017(03): 172.
- [5]江石泉. 新课程下中职体育教学开展的困境及优化策略研究[J]. 当代体育科技, 2017, 7(06): 74-75.
- [6]孙学东. 落实素质教育理念提高中职体育教学质量的思索[J]. 吕梁教育学院学报, 2016, 33(03): 76-78.