

中职体育教学中学生终身体育意识的培养分析

舒航

重庆市九龙坡职业教育中心

[摘要] 中职教育是我国教育体系中不可或缺的一部分,同时中职教育在教学方式、教学目标、教学内容上也具有一定的特殊性,以培养应用型综合人才。尤其是在素质教育背景下,中职体育教学工作实施中,必须不断增强学生的终身体育意识,帮助学生养成良好的体育锻炼习惯,提升整体体育教学质量。

[关键词] 中职体育; 学生; 终身体育意识; 培养策略

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-6261.2021.10.885

终身教育的概念始于20世纪下半叶,指的是人终其一生所受的教育。终身体育意识,即是建立在这种概念下发展起来的一种思想意识。终身体育意识,即人终身进行体育锻炼,接受体育方面的教育,根据人的身体产生的变化合理地进行长期不间断的锻炼。中职体育教学即是在终身体育锻炼中不可或缺的重要组成部分,依照不同学生的具体情况,采用合理的手段,使学生养成终身体育锻炼的习惯和意识。

一、中职体育教学中的不足

(一) 学校以及体育老师理解不到体育意识的深层内涵

体育教学改革不仅仅只是对教学形式进行改革,这是一种教学理念上的改革。首先,就是要转变现在的教学模式,充分地发挥出以学生为主体的教学优势,老师要积极的对学生进行引导。其次,体育教学也要向其他课程一样因材施教,在教材的制定时要考虑到一些学生的心理需求,结合学生的体质情况和运动情况进行不同的教学。这样可以有利于挖掘出一些学生的潜力,同时培养他们养成终身的体育意识,增强学生的体质水平,为国家培养出更多的体育人才。最后,就是要实行一个课堂游戏化,把体育课堂的氛围活跃起来,吸引学生能够主动地参加到活动中来,而且还要实现互动式教学,在一些体育锻炼中,老师和学生要进行互动,老师要具有亲和力,这样才能收到学生们的欢迎。这就要求体育老师要具有一定的锻炼能力,并且具有一定的组织意识和控场能力。

(二) 学校的体育基础设施建设不到位

目前我国很多的学校的体育设施建设非常差劲,很难满足学生的一些锻炼需求。这些学校主要是由于资金上的原因或者其他原因,不完善体育基础设施,导致体育课上老师没有东西去给学生传授,不能采用一些丰富的教学。这样导致学校的体育课堂变得非常单一,学生对体育课不感兴趣,也就不能积极地参加锻炼。

二、中职体育教学中学生终身体育意识的培养策略

(一) 日常教学强调学生树立终身体育的意识

在中职体育教学过程当中,为了实现学生能够成功培养终身体育的意识,中职体育教师要在日常教学当中强调学生终身意识的培养情况,在课堂教学的实践活动设计当中有意引导学生的体育锻炼活动,帮助学生通过体育课堂的学习活动,能够成功树立终身体育的意识。所以,体育教师的日常教学活动也必须采取有效的措施,结合相应的课堂活动设计来帮助学生树立终身体育意识,在学生体育锻炼的同一过程,贯彻落实终身体育的意识教育,从而能够更加有效地推动学生这一体育意识的培养。例如,在展开篮球项目的体育活动教学课堂当中,体育教师可以通过定期组织篮球比赛,通过比赛的趣味性和竞争性来吸引学生的运动参与,从而在这一过程当中,让学生产生对体育活动的热爱,在热爱的基础之上来实现终身体育意识的成功培养。

(二) 创新体育课堂教学方法

多样化的教学方法可以让学生积极主动参与体育课堂教

学,体育项目是培养学生竞技精神、团队合作精神的实践活动,教师应该寓教学于游戏中,让学生在轻松的环境中参与教学。针对不同性格特点的班级选择不同性质的游戏活动,例如面对相对活泼的班级学生时,教师为了提高学生的灵敏素质可以采用玩篮球的游戏,将学生编号并围成圈站好,教师喊一个号将一个篮球抛高,没被喊到号的学生跑开,被喊中号的学生上前拿球喊停,然后用球滚过击打其他同学,打中后交换角色,没中则继续游戏。这样性质的游戏可以让学生摆脱懒散,在游戏中锻炼、在游戏中学习。综上所述,中职体育教育于学生而言可以增强身体素质、提升体育技能。新课改的提出为中职体育课堂改革提供了新的契机,教师要改变传统体育机械式的身体锻炼,树立正确积极的终身体育精神,贯彻落实新课改教学理念,培养学生体育锻炼良好习惯,以提升学生综合素质。竞技类的体育项目可以帮助学生筑造拼搏奋进的求胜心理,中职教师要在课堂上为学生营造较为紧张、激烈的比拼氛围,设置目标奖励,激励学生主动参加,帮助学生挖掘内在能力,培养学生不惧挑战的人生态度。游戏是创新性教学方法之一,它是增加趣味性、培养学生兴趣的有效手段。中职体育老师可以在课堂上开展趣味性较强的比赛项目,将竞技法与游戏法进行有效结合,提高学生体育学习兴趣。

(三) 做好体育设施的维护和使用

确保学校开展正常的体育教学活动,维护和投入体育设施是基本条件。很多体育运动,需要体育设施才能进行,如果没有体育设施,体育活动就无从谈起。所以学校在体育设施的投入方面,要加大经费的使用,还给学生一个干净的体育场,修建一部分必要的体育馆,让学生可以选择不同的体育项目,提升自己的体育锻炼意识。而在维护方面,中职学校的老师要格外的注意,保证体育设施的使用寿命,嘱咐学生体育设施正确使用方法还有注意事项。当然,如果出现了体育设施的损坏,就要及时更换。此外,开发体育器材的借用,将学校的体育器材借给学生,让学生能够在其他时间参与体育活动,增强身体抵抗力。

结语:

综上所述,在中职体育教学中培养学生终身体育意识对学生的生活、学习和未来的发展都有非常积极的作用。开展体育教学,不仅有利于学生的身体素质和身体素质,而且有利于培养学生良好的锻炼习惯,使其受益终身。因此,在当前的中职体育教学中,体育教师应该对培养学生终身体育意识过程中存在的诸多问题进行探索和探索,结合教学实际,创新教学方法,进而提高体育课程的教学效率。

参考文献:

- [1] 陈章. 中职体育教学中学生终身体育意识的培养[J]. 体育风尚, 2018, 000 (001): P.160-160.
- [2] 张洁. 中职体育教学中学生终身体育意识的培养[J]. 现代职业教育, 2018, (23): 189.