

# 提高中职生《国家学生体质健康标准》达标率的研究

王涛

(河北省唐县职业技术教育中心 河北 唐县 072350)

**[摘要]**工作的改进,是一个不断升华的过程,针对中职院校的运行情况,明确整体教学的发展目标,找到学生成长的方向,能够促使学生拥有更为健康的身体。本文结合国家学生体质健康标准的全面研究,能够从多角度进行中职学生达标率的分析,意识到此项工作开展的重要意义,遵循实事求是的原则,能够真正探索出其中的教学目标,为课堂教学的发展,提供强大的动力和支撑,这样才能借鉴各种教学经验,及时的弥补中职院校教育教学发展中的缺陷和不足,保障学生身心的健康成长。

**[关键词]**提高; 中职生; 国家学生体质健康标准; 达标率

**【DOI】**10.12252/j.issn.2096-6261.2021.12.1368

教育教学改革已经全面开启,真正把握中职院校的发展情况,全面进行优化和安排,能够及时有效的进行更新,找到侧重点,提出符合学生实际的成长方向,提供更具建设的参考性一点,这样才能保障各项工作井然有序地开展起来。对于中职院校的教育教学改革工作来说,提高《国家学生体质健康标准》达标率,促使各项任务更具特色,能够提供有针对性的策略,才能从整体上保障工作的深度运行和发展,真正了解学生的成长状况,有重点的进行工作内容的转化,能够及时的缓解学生成长中的各种困扰和问题,完成各项教学改革的任务,吸引住学生的目光,确保各项教学决策得以全面的运行和发展,搭建广阔的平台,确保专业课堂教学的特色,得到充分的发挥。那么在中职院校的教育教学工作中,提高学生《国家学生体质健康标准》达标率,有何重要意义?又应采用哪些策略和方法,得以落实呢?

## 一、提高中职生《国家学生体质健康标准》达标率的研究的教育意义

教育教学工作的创新性研究,是一个不断迁移的过程,只有明确整体课程的发展方向,针对学生的运行情况全面进行把握,才能促使各项教学机制,日趋完善和健全。对于目前中职院校的学生来说,保障他们身体机能的发展,研究其中的方法,才能提供更具参考性的意见。所以在实际的工作运行过程中,更应该牢牢的抓住每个教学的机会,促使《国家学生体质健康标准》的实施方向,充满强大的力量,真正深入到学生的心中,成为学生成长的强大动力,并提出具有建设意义的看法和观点。具体的教育意义和作用表现在:

### (一) 有助于完善人才培养的目标

对《国家学生体质健康标准》达标率的研究,是反映学校体育工作一项重要指标,也是衡量评价同类中职学校间体育工作好与差的重要指标,中职学校,作为学生教育的职能部门,对扭转学生体质与健康下降的趋势,责无旁贷。这一任务的开展,积极促进了学生主动参加体育活动,养成良好的体育锻炼习惯,提高学生体质健康水平,为增强中职学生体质,有效的改善体质健康提升了途径,成为真正促进学校

体育工作的动力源,对我国中等职业教育人才健康全面发展具有深远的意义。

### (二) 有助于调整工作开展的进程

在中职院校的教育教学实践中,通过多元化的手段安排和调整,进行《标准》达标情况的分析,更有助于调整工作的进程能够切实有效的缓解各种困扰,真正找到教学发展的目标,突出学生的主体性,让学生拥有主动锻炼的意识,能够真正增强学生的体质,积累更为丰富的教学经验,这样才能找到课堂教学的落脚点,不断的进行转化,促使学生身心的健康成长,能够真正深入,到教学的发展实际之中,提供更为充足的依据,寻找到适合学生成长的训练方法,这样才能保障达标率的全面提升。

## 二、提高中职生《国家学生体质健康标准》达标率的研究的具体策略

为了保障工作的深度发展和实施,必须把各项教学任务安排进来,这样才能符合国家教育教学发展的目标和方向,切实有效地进行各项机制的完善。在提高中职生《国家学生体质健康标准》达标率的过程中,必须认真的审视每个教学的环节,能够促使各项教学体制的完善,以保障学生身心的健康成长,能够丰富教学的内容,全面进行改革,增强学生的锻炼意识,从多种教学角度入手,真正赢得学生的喜爱,全面进行转化。具体的做法如下:

### (一) 加强宣传力度,锻炼训练的态度

教育教学的实践性改革更加完善,真正明确整体工作的方向,找到学生的成长目标,真让学生意识到训练的重要性,显得十分重要。在此过程中,需要对《国家学生体质健康标准》进行全方位的解读,从多个角度入手,进行宣传,要真正挖掘出该项标准的意义及测试过程的本质,把各种教学思想融入进来,根据各方面的因素选取正常化的方式,采用讲座的形式,深入的解读这一标准的内容,全面进行剖析,要充分调动学生参与该测试的积极性,避免流于形式,应该积极的进行调整和部署,以保障学生拥有正确的训练态度。比如学校学校可以利用广播站等宣传媒介,加大对这一

任务的宣传力度,从多角度进行变革,要形成良好的训练氛围,在学生遇到问题时,能够积极的进行引导,让学生产生对体育运动的热爱之情,深度的进行创新,明确《国家学生体质健康标准》的重要性,合理化的进行构思,能够突出教学的影响力,真正让学生置身其中,促使他们的训练动力得到持续的上升。

### (二) 严格制定目标,提高训练的热情

从教学的实际出发,全面进行更新,意识到整体训练的目标和方向,不仅能够完善每个教学的细节,同时也能彰显出教学的特色,能够规范每个教学的细节,这样才能实现训练效果的不断提升。在全面提高中职生《国家学生体质健康标准》达标率的过程中,需要全面进行理念的更新,要逐步推广先进的教学思想,根据学生的成长实际制定出严格的评判标准,加深学生对体育健康知识了解和掌握,能够引起家长和学校的共同关注,切实有效的进行规范性的指导,要实现整体工作的创新和变革,这样才能避免尴尬局面的出现。比如在进行目标的设定中,必须严格遵循教育教学的发展规律,要以学生身心的全面发展为目标,提出一系列的政策,严格进行测试,要明确考评条件,积极的进行优化,满足社会新时代教育发展的根本要求。通过训练目标的制定,不仅能够很好的进行展现,同时也能促使各项教学机制,更加深入,多角度进行工作的转化,激发锻炼的动力,转变教学思维,能够促使学生的训练热情得到大幅度的上升,真正达到达标率的提高。

### (三) 采用多元化的评价,提高体测达标率

正面引导学生,打破单一的评价方式,形成多元化的机制,针对学生健康状态不是很好的现象,正确的进行审视,发挥学生的独特个性,这样才能找到体质健康测试的目标,能够促使达标率的不断提升,培养学生的核心素养。所以在实际的标准判定中,更应该通过不同的方式对学生进行鼓励,激发出他们的体育潜质,要从生活和学习等各方面进行评价探索多元化的手段充分体现健康体质评价的客观性和真实性,要切实有效的缓解学生成长中的问题,意识到学生在身体中的差异性,能够肩负起监督的责任,这样才能保障学生进行综合性的参与,为学生核心素养的培养,做好充足的准备,以拓展学生训练的渠道,确保《国家学生体质健康标准》达标率的全面提升。比如,在核心素养的教育指导下,要求健康标准的方向,更为精准,精细化的进行任务的编织,要注重与家长的联系,优化评价的形式,在日常观察中,促使学生意识到自身的不足,真正唤醒学生的主动参与,延伸课程资源,丰富学生的体育生活。

### (四) 开展社团活动,提升体质健康水平

新形势下以学生喜欢的方式进行各项教学工作的改进,不仅能够打破常规的教学形式,同时也能完善每个教学的细节,对于整体中职院校的体育项目来说,为了保证工作的顺利开展,提高学生的体质健康水平,必须为学生提供自主权。为了深度的研究和探索中职生《国家学生体质健康标准》达标率提高的具体策略,需要开展多种形式的社团活动,积极地丰富学生的体育运动锻炼内容,且有科学化的进行归纳,促使学生的锻炼动力得到持续的上升。目前受应试教育的影响,关于体育的社团活动并不是很丰富。因此中职院校在组织改革的过程中,必须先了解学生的基本情况,然后精心的进行选择,规划社团活动的形式,要善于挖掘学生的常住,及时的提供强大的动力和支持,能够活跃学生的体育思维,科学化地进行整合,拓展学生训练的空间和领域,真正让学生积极的参与到不同形式的体育赛事中,发挥学生的主体优势,能够更好的进行变革,展现独特的教学优势,促进学生体质健康发展的重要作用,拓展学生的训练空间,提高中职生《国家学生体质健康标准》达标率,最终实现学生综合素质的全面发展。

## 三、结束语

总而言之,真正进行把握,全面进行创新型工作的安排,确保中职院校深度的贯彻《国家学生体质健康标准》,能够真正打破常规的训练模式,让学生逐步养成坚持体育锻炼的良好习惯,这样才能提高学生的整体素质。在此过程中需要意识到此项工作开展的重要性,学校要充分利用好体质测试这个平台,要全面研究上述措施,创造良好的条件和氛围,切实解决教育教学工作的各种困扰,促使该标准对学生的体质增强产生强烈的引导作用,这样才能切实有效的调动学生的积极性和主动性,培养学生良好的训练习惯,以保障学生身体素质和水平的不断提升,做到真正提高中职生《国家学生体质健康标准》达标率,提高学生的健康程度,能为祖国培养出合格的中职人才。

## 参考文献

- [1]张强峰,孙洪涛,颜亮.核心素养视阈下《国家学生体质健康标准》的问题及发展策略[J].武汉体育学院学报,2018,51(8):68-73.
  - [2]何春刚.中职生《国家学生体质健康标准》测试结果探讨[J].长江丛刊,2019(10):98-99.
  - [3]毕亮,苏艳红.“健康中国”视角下中职生体质健康教育的思考[J].湖北体育科技,2019(12):1104.
- 基金项目:本文为河北省职业教育科学研究“十四五”规划2021年度课题:《提高中职生《国家学生体质健康标准》达标率的研究》(立项号JZY21242)阶段性研究成果。