

中职体育教学改革与创新与实践

易建竹

(四川省攀枝花市经贸旅游学校 四川 攀枝花 617000)

[摘要] 体育教育贯穿学生的每一个成长阶段, 在一些中职、高职院校及大学院校中, 体育课程是一门必修的基础课程, 占据一定的学分。设置这门学科的目的就是为了提高学生的身体素质, 增强身体抵抗力和抵御力。因此, 体育教学意义匪浅。本文主要讨论了现阶段我国体育教学的基本现状, 以及传统模式下的中职体育教学弊端, 并针对这些弊端做出了创新性改革, 讲述了中职体育教学的具体改革措施和创新性改革方向, 从实践出发来实现体育教育的创新发展。

[关键词] 中职学校; 体育教学; 改革; 创新与实践

根据现代教育的内容来看, 其要求在体育教学中训练学生体育技能、丰富学生体育知识、提升学生身体素质、培养学生综合能力, 而这也进一步的推动了中职体育教学的改革。为了更好的探索如何高效的开展中职体育教学, 以下分析了现今在体育教学中其存有的问题, 立足于此提出了在体育教学改革中创新与实践的措施, 以此来完善中职体育教学体系。

一、中职体育教学的基本现状

(一) 体育教学课程单一, 体育教学目标不明确

对于大多数在中职学院就学的学生来说, 其专业课程往往内容较多, 而且课程也比较繁杂, 在体育课上, 学生能够有放松的时间, 同时可以释放压力, 因而体育是培养个性和兴趣的最佳课程。由于传统的体育教学方案教学方法比较落后, 其教学内容也比较单一, 因此很难培养学生的良好兴趣, 只是为学生提供了在学院内课程的休息时间。逐渐的, 一些人开始对体育课程的设置及学习体育的目的发生疑惑, 无论对学生还是对老师来说, 体育教学的目标都比较模糊。在这一时期, 中职学生开始忽略体育课程的学习, 而将大多数的学习心思注重于专业技能的学习, 从而使得学生内部出现身体虚弱的情况, 不能够进行专业技能的良好学习, 并且也很难做到技能的有效发挥。

(二) 教学思想落后, 缺少正确的教学方法

传统的教学思维是采用灌输式的教育措施, 无论是体育课程, 还是其他专业课程大都采用这一教育方法。这种灌输式的教育通常是以教师为主体, 课堂变成了老师一个人的演讲, 很少会出现学生互动的教育环节。虽然, 灌输式的教育措施确实能够在短时间内向学生传输大量的知识, 但是无法避免课程枯燥繁杂的问题, 使得大多数学生厌恶满堂灌课程, 对学习缺乏兴趣。这一教学方法在实践的过程当中, 逐渐显露其弊端, 很难实现教育的需求。对于体育课程教学来说, 其存在的问题是一致的, 体育教学缺乏与学生的互动, 使得学生失去自我锻炼的意识和兴趣, 只是单纯地为了成绩或任务而进行锻炼, 使得学生缺乏主观能动性。这就使得大多数学生身体呈亚健康状态, 对中职学校来说, 这种体育教学模式也会带来不利的影响。因此, 各个中职学院需要对体育教学课程进行改革和创新, 制定出使学生感兴趣的、适合时代发展趋势及国家目标的课程内容和教学方法。

二、中职体育教学改革的创新与实践措施分析

(一) 创新体育教学目标

在中职体育教学中通过创设具体的教学目标可以保证课堂具有清晰的指向, 这样可以加强教师对课堂的掌控程度。在体育教学改革的过程中对于体育目标需要从创新的角度出发, 以理论知识及实践技能的培养为基础进行综合考虑, 使学生在体育课程中可以对体育知识及体育技能有更为清晰的认知及掌握, 以此来体现出教学目标的导向作用, 保证体育课堂可以更为高效、高质的展开。并且对于体育教学目标还需考虑如何进一步的引导学生进行全面的发展, 使学生在体育活动中自主能力、创新能力等得到良好的提高。

(二) 创新体育教学内容

在体育教学活动中为了提升学生对体育运动的兴趣, 教师需要对以往教学内容进行改进及革新, 通过丰富教学内容的方式使在尝试不同体育运动的过程中领会到体育运动所具备价值及

魅力。以兴趣为引导可以使学生充分的在体育课堂中发挥出自身的主观能动性, 进而使体育教学更为顺利的展开。并且体育教师要做到因材施教, 对教学内容进行修改和创新可以有效地提高学生的身体素质, 并为今后学生的发展打下夯实的基础, 使学生的身体和心理健康达到共同发展的目的, 使学生激发学习体育的兴趣, 并做到终身锻炼这一目标, 达到教学效果。

(三) 创新体育教学模式

在中职体育教学中应针对不同年级学生的特点及需求来采用对应的教学模式, 通过此种教学改革的方式可以使教学活动中得到更好的实践。因此对于体育教学模式的创新需要以体育教学活动要求为基准来进行合理分析, 保证教学模式实行的有效性。例如, 对于一年级的学生应重视体育基础教学, 为今后的学习生活奠定基础, 针对在体育方面极具天赋的学生要相应地增加锻炼时间, 对于体育方面天赋较差的学生应根据他们在体育方面的兴趣爱好进行有效的引导, 逐渐培养对于体育锻炼的兴趣, 并将某一项培养成特长。而对于二年级和三年级的学生来说, 教师应针对学生的选择进行目的化训练, 综合培养学生的体育素养, 激发学生的创造力。

(四) 创新体育教学方法

对于中职体育教学方法要考虑如何在教学活动中充分的体现出学生的自主学习效果, 并以课程内容及教学要求为基准来选择不同的教学方法, 以此来引导学生可以自主的参与到课堂活动中, 这样可以培养学生的自主能力、体育能力、团队协作能力等, 使学生形成自主锻炼意识, 以此来促使其体育素养得到提高。并且需要注意在新课程标准的的要求下教师主要在课堂中起到引导者的作用, 因此教师需要遵循以人为本的理念来设计教学方案, 保证教学方法的应用可以对学生进行全面综合的培养, 使学生的体育素质得到切实的提升。例如, 在进行跑步训练时, 教师先进行理论知识的讲授, 如起跑的姿势、跑步前的热身、跑步技巧等, 并分组进行接力赛跑, 教师在一旁进行动作指导, 并鼓励学生间进行探讨和交流, 不仅可以锻炼学生的团结协作能力又能有助于学生对于所学的知识理解并掌握。

三、结语

在现今中职体育教学改革中需要坚持以人为本理念来充分的维护学生在教学活动中的主体位置, 这样可以充分的激发出学生在体育活动中的潜能, 使其更好的参与到各项体育活动中。同时在体育教学创新及实践中还需针对学生实际情况来制定完善的教学方案, 以此来对学生进行个性化培养, 从而使中职体育教学改革更为顺利的开展。

参考文献

- [1] 张景青. 新时期中职体育教学改革的创新与实践研究[J]. 当代体育科技, 2018, 8(19): 37-38.
- [2] 赵智. 试析中职体育教学改革的创新与实践[J]. 职业, 2017(13): 76-77.
- [3] 徐崔华. 中职体育教学改革的创新路径探究[J]. 青少年体育, 2015(05): 71-72+125.
- [4] 林金芳. 中职学校体育教学改革的创新与实践[J]. 漯河职业技术学院学报, 2014, 13(05): 189-190.