

中职体育教学中学生终身体育意识的培养

黄顺武

(湖南省邵东市职业中专学校 湖南 邵东 422800)

【摘要】 中职教育的初衷,是根据社会发展所需,为各个领域输送优秀的综合技能型人才。因此,中职学校除了要重视专业知识的讲解和技能训练外,还要培养学生其他方面的能力,如创新能力、团结合作能力、理解能力以及运动能力等,尤其是运动方面的能力,唯有强健的体魄和较高的身体素质,才能够让学生在学习或是日后的工作岗位中精神抖擞,精力十足。所以,学校及教师要重视体育教学的开展,并通过多样化的手段培养学生终身体育意识,以提高他们对体育运动的认知,为未来的全面发展奠定基础。本文对中职体育教学中学生终身体育意识的培养进行探讨。

【关键词】 中职; 体育教学; 终身体育意识; 培养策略

引言

在中职体育教学中培养学生终身体育意识,不仅符合素质教育理念提出的新要求,对学生自身发展与身心健康也有着重要的促进作用^[1],并且能让学生树立正确的体育锻炼意识,塑造完美的人生观、价值观。因此,中职体育教师在开展教学活动时,要充分的认识到体育活动对学生发展的重要性,在改变传统教学思维的同时,还要根据学生的性格特点与兴趣爱好,运用多种教学方法进行授课,从而激发学生的学习兴趣 and 积极性,提高他们的课堂参与度,在潜移默化中促使学生终身体育意识的养成。

1. 当前中职体育教学中存在的问题

1.1 缺少对终身体育教学的重视程度

在素质教育理念下,国家对学生德智体美劳全面发展的重视程度日益提高,尤其是为社会输送大量优秀人才的职业教育,并基于当前中职教育现状,提出了发展学生综合素养的要求。然而,我们在实际教学中发现,因为学生面临着毕业后就业的压力,再加上传统教育理念的影响,使得他们无心学习体育技能,而是将所有的心思都放在如何提高自己的学习成绩和专业技能上。另外,部分教师并未意识到体育教学对学生的积极影响,过于关注学生的学习成绩、班级的就业率等,无心也没有精力去过问学生的运动情况;对于部分中职学校而言,既没有合理设置体育课程,也没有完善体育教学中所需的器材,导致体育教学无法顺利开展。

1.2 学生未养成坚持体育活动的习惯

与普通高中有所区别的是,中职学生毕业后就要走向社会,步入工作岗位,为了能够找到自己满意的工作,大部分学生都将心血倾注在学习中,再加上父母和老师的殷切希望,导致学生对体育锻炼的兴趣全无,即便是按时参加体育课程,也是一种应付的状态,没有全身心的投入到体育活动中,不仅无法养成良好的体育锻炼习惯,还会影响学生的健康发展。

1.3 教学中未培养学生终身体育意识

在个体因素的影响下,学生有着不同的性格、爱好,在体育课堂中对体育锻炼的热情以及所喜欢的运动项目也有所不同。然而,在中职体育教学中发现,部分教师在开展教学活动时,没有考虑学生的主体地位和个体间存在的差异性,使用“一刀切”的方式进行授课,降低了学生的学习兴趣 and 课堂参与热情,无法实现培养学生终身体育意识的教学目标。

2. 中职体育教学中学生终身体育意识的培养策略

2.1 采取科学有效的教学方法,调动参与积极性

中职体育教师在开展教学活动前,应根据学生的发展特征与年龄特点详细制定教学计划,打造与学生相契合的体育教学内容^[2]。中职学生从小学的懵懂无知过渡到青春期,他们对一切事物都充满好奇,保持着新鲜感,在这种情况下,为了提高学生的整体体育意识,可以合理的组织体育运动和体育游戏活动,充分调动学生体育运动的积极性。例如,在进行“100米短跑要诀”教学的时候,首先要将基础知识讲授给学生,当学生明白了运动

规则以及运动过程中所需注意的事项之后,再开展后续的教学活动。教师可以将学生划分为不同的小组,设计“百米接力赛”,要求学生以小组的形式进行比赛,通过实践演练来检验学生的学习情况;在这样一种教学过程中,不仅有效的调动起了学生的学习兴趣和参与积极性,同时也锻炼了学生们的集体合作意识,强化了学生对于体育运动的正确认识,使其感受到了体育运动的快乐所在,这对于学生终身体育意识的养成也是极有帮助的。

2.2 转变教学观念,培养自主锻炼意识

在以往的中职体育教学中,教师将教学的侧重点放在传授运动技能上,忽视了学生的主体地位和个体间的差异性。而在同一班级上,不同学生的身体素质、运动偏好都会存在明显的不同,因此,体育教师需要转变传统的教育理念,立足于学科特点,尽显体育教学的层次性、多样性,多贴近学生的个性特点来选择教学项目,提高体育教学的灵活性和针对性,这样可以保证每个学生都能感受到体育运动带来的成就感和快乐感,树立起积极的体育运动情感^[3]。同时,教师要转变过去以“教”为中心的传统落后观念,确立学生在体育课堂学习与训练中的主体地位,让学生全方位感受体育运动的运动价值,激发体育学习兴趣和训练热情,调动学生课外自主参加体育锻炼的积极性和主动性。

2.3 开展丰富多彩的体育活动,提高学生的学习热情

学校是学生心灵寄托的住所,是他们成长的必经之站,为实现学生的全面发展,提高他们的身体素养,让其在日后有所作为,学校除了要重视专业知识与实践技能的讲解外,还要开展体育文化活动,丰富学生的课余生活,让学生养成良好的体育锻炼的习惯^[4]。在学生时期,学生接受了系统地体育知识的教育和体育活动的陶冶,容易形成终身体育意识,养成参与某一项体育运动的习惯。因此,在学校加强体育文化活动,让学生保持良好的身心,能够为学生的一生打下坚实的身体基础,有助于终身体育意识的养成。

3. 结束语

综上所述,在中职体育教学中对学生的终身体育意识进行培养,对学生的全面健康发展有着积极的促进作用。所以,学校及教师要重视体育教学的开展与实施,充分认识到体育锻炼对学生的重要影响,在此基础上运用有效手段培养学生良好的体育锻炼习惯,促进学生终身体育意识的养成。

参考文献

- [1] 洪晓君. 浅谈如何在中职体育教学中培养学生的终身体育意识[J]. 中外企业家, 2016, (26): 162, 167.
- [2] 胡萍. 中职体育教学中学生终身体育意识的培养对策分析[J]. 现代职业教育, 2017, (05): 052-053.
- [3] 李宗珍. 论体育教学中学生终身体育意识的培养[J]. 淮北职业技术学院学报, 2016, 15(06): 059-061.
- [4] 杨朝霞. 中职体育教学中学生终身体育意识的培养对策[J]. 西部素质教育, 2016, 02(19): 104-105.