

高职院校开展职业实用性体育教学初探

罗信洪

(四川九州技师学院 四川 绵阳 621000)

【摘要】 高职院校的办学理念就是培养更多适应社会需求的实用性人才,有助于提高职业技能,提升高职院校竞争力。在体育教学中,对体育教学内容进行改革和创新有助于提升学生的实践能力,开展职业实用性体育教学有助于改变传统的教学模式,培养高素质人才。本文主要从高职院校开展职业实用性体育教学方面进行分析,提出改进措施,养成健康的体育锻炼习惯,提供相应参考。

【关键词】 高职院校; 职业实用性体育; 教学

在传统的高职院校体育教学中,体育教学课程单一,并且教学的理念和模式都比较落后,不利于学生树立健康的体育意识,养成良好的体育习惯。学生如果没有强健的体魄,过硬的心理素质,在步入工作岗位之后不利于身心健康的发展,容易形成职业病,不利于长远发展。因此高职院校要改变传统体育教学模式和内容,开展职业实用性体育教学,加强锻炼,培养全面发展的人才。

一、高职院校开展职业实用性体育教学的必要性

(一) 有利于提高学生职业体能素质

职业实用性体育教学应该根据学生未来的职业发展路线为主,制定符合职业特色的体育教学内容,因此要具备职业劳动特点。学生在步入到工作岗位中根据岗位的职能和工作内容会开展相应的工作,开展工作需要强健的体魄以及过硬的心理素质作为支撑,并且岗位对于学生的整体素质具有一定的要求,需要对学生的身体素质以及心理素质等进行检查,通过体育锻炼可以提高学生的身体保健意识,形成健康的生活理念。可以提高岗位适应能力,更快的融入到工作中。随着经济的发展,岗位竞争日趋激烈,高职院校学生只有具备更高的素质,更好的适应能力,才能在职场中得到长远发展。

(二) 有利于形成终身体育观念

现如今随着科技的发展,电子产品以及网络等吸引着学生的注意力,挤占了学生的学习以及锻炼的时间,并且电子产品的辐射等会给身体健康带来危害,因此要改变这种现状,培养学生正确的体育观念。高职院校教学中通过体育教学模式的改进可以有效树立正确的体育观念,对学生的兴趣以及爱好等进行分析,在此基础上开展体育教学内容,提升学生的学习兴趣,更好的融入到体育学习中。职业实用性体育教学可以让学生对未来职业的技能需求以及身体素质要求等有所了解,形成自主锻炼意识。

(三) 有利于培养高素质人才

高职院校随着时代发展规模逐渐扩大,学生数量增加,高职院校注重培养学生的实践能力,适应岗位需求。在高职院校中开展职业实用性体育教学可以培养出更多高素质人才,不仅具有职业技能,同时具有良好是身体素质以及心理素质,在岗位竞争中更具竞争力,培养专业化人才。

(四) 符合高职院校体育课程改革发展趋势

随着课程的深化改革,高职院校对于传统的教学模式以及教学内容进行改进,更加适应当今时代的发展,培养出更多实用性人才,满足社会需求。在传统的教学中钙质院校存在教学模式落后,教学内容不合理,教学方式单一死板等问题,严重制约了高职院校的发展,因此在改革中需要突出职业性和实用性,职业实用性体育教学内容在传统教学的基础上增设了对于职业病的预防并且开设心理健康课程,在注重身体素质的同时,也要加强对心理的关注,在高压之下保持良好的心态,提高学生的意志力以及职业体能,增强核心竞争力。

二、高职院校开展职业实用性体育教学的课程模式

(一) 结合普通体育课进行教学

职业实用性体育教学需要在教学大纲的基础上开展教学活动,对体育教学内容进行更改,在保证学生进行基础体育锻炼的同时对职业体育技能进行培养和强化。学生的专业不同,因此教师在教学中需要对教学内容进行改变,符合学生的职业特点,具有针对性和可行性。培养专业技术必备的身体素质和运动技能。比如球类运动可以培养学生的身体协调能力以及敏捷性,在球类运动中有助于扩大视野范围,培养学生的体能。开展长跑运动可以锻炼学生的意志力,并且学会正确的运动呼吸方法,培养耐力,加强对缺氧的抵抗力。因此职业实用性体育教学离不开传统的体育项目,需要更好的结合起来。

(二) 开设专门职业实用性体育教学课

职业实用性体育教学需要从两个方面进行改进,一是理论课程,二是实践课程。体育教学需要培养学生树立正确的体育观念,并且掌握正确的体育锻炼方法,才可以进行实践。理论课内容会涉及到职业中所需的体育技能,对体育技能有所了解,加强对体育知识的学习。比如对于旅游专业的学生,在未来步入工作岗位中会经常与人沟通,并且坐车、爬山需要耗费大量的体力,因此要培养学生的耐力,以及肌肉酸疼的恢复方法,减少职业病的形成。将职业和体育结合在一起可以让学生意识到体育活动的重要性,提高学生的学习积极性,更好的融入到体育学习和锻炼中。同时要帮助学生制定体育锻炼方案,根据职业特点制定具有针对性的锻炼计划,掌握保健操的锻炼方法,并且了解基本医学知识,具备养生常识,有助于提高学生的身体素质。实践课的教学要将实用性作为基础和依据,对于旅游专业设置长跑、爬山等项目。对于需要长期静坐的职业,需要进行跑步、体操等对心血管进行锻炼。

结束语

综上所述,高职院校开展职业实用性体育教学符合高职院校的改革内容,有助于培养更多的高素质人才,形成健身意识,提高学生的身体健康。教师要対从传统教学模式进行创新,结合职业特点形成具有针对性的教学内容,提高学生的核心竞争力,促进长远发展。

参考文献

- [1] 刘西晓. 高职院校开展职业实用性体育教学初探[J]. 肇庆学院学报, 2016, 37(02): 97-100
- [2] 何景龙. 高职院校职业实用性体育教学改革研究[J]. 辽宁师专学报(自然科学版), 2016, 18(02): 70-72
- [3] 林桂池. 高职院校开展职业实用性体育教学探讨[J]. 山东体育科技, 2009, 31(01): 71-73

探究中职电子技术实训教学新思路

努尔米拉

(新疆生产建设兵团第十一师职业技术学校 新疆 乌鲁木齐 830054)

【摘要】 面对信息化高速发展的社会需求,技术性人才成为了当下最稀缺的人才。针对电子信息化的社会发展趋势,电子技术等相关专业成为当下炙手可热的热门专业,因此,本文就职业院校电子技术实训教学方面的问题与建议进行探讨,拓展新的实训教学新思路,希望能够对我国中职院校电子技术专业方面的教育起到帮助,为社会提供更多更为优秀的专业电子技术人才。

【关键词】 中职; 电子技术; 实训; 新思路

电工电子实训是一门在电工和电子技术方面入门性质的技术基础课程,它既有自身的理论体系,又有很强的实践性,是工科专业开设的一门电类专业基础课程,是培养应用型人才的重要组成部分。但传统的教学模式就目前的整体教学状况来看,还存在着“理论强、实践弱”的问题,已无法满足实际的教育与教学需求。电工电子实训教学模式必须以全面培养学生的实践技能、分析发现和解决问题的工程能力与创新实践能力为宗旨,注重电工电子实训的先进性、工程性和应用性,并且要充分兼顾低年级学生理论知识与实验能力较弱的实际情况。因此有必要对传统的电工电子实训教学方法进行改革创新。

一、中职院校电子技术专业开展实训教学的必要性

1. 是适应时代发展的重要趋势

当前随着科学技术的快速发展,计算机互联网已经逐渐普及,影响着各行各业的发展,多数行业已经逐渐与电子技术相融合,因此中职院校做好电子技术专业教学尤为重要,如此才能够培养出与时代发展相适应的人才。而电子技术则属于实践

性内容,对人才有较高的技能要求,这就要求中职院校电子技术教学中要注重实践方面的教育,摒弃传统理论为主的教学模式,不断提升人才的应用能力,如此才能够满足各个行业对电子技术人才的需求标准,推动人才更好地适应时代需求。

2. 是促进人才全面发展的重要要求

当前素质教育已经成为了国家提倡的重要教育标准,要求教师要根据学生的实际情况来开展教学,将素质教育落实到具体教学过程中,有效促进学生全面发展。中职院校电子技术专业也一样,应当注重素质教育,而如果在实际教学中教师依然是采用传统纯理论模式,而不注重实践方面教育,势必会导致学生的动手能力低下,无法适应社会需求,也无法全面发展,这与素质教育的要求是相背离的,所以有效开展实训教学,不断提升实训教学的有效性尤为重要,是推动人才全面发展的重要途径。

二、中职电子技术实训教学新思路

1. 加强师资队伍建设。实行开放性实训教学,实训教师和专业教师业务素质