

中职体育教学中学生终身体育意识的培养策略分析

刘仲强

山东省莱阳卫生学校 山东 烟台 265200

[摘要] 将终身体育意识融入到中职体育教育中, 对学生的成长起到不可忽略的作用。终生体育意识能够有效地增强学生的整体体育素质, 增强他们身心的耐受性, 使他们形成终生体育的观念。中职这一时期的学生正处在思想观念逐步形成的时期, 具有强烈的竞争意识、自尊意识, 易于接受新观念, 需要树立正确的价值观。因此, 中职体育教师要积极探索教育改革的途径, 对学生进行有效的引导, 培养学生对体育运动的热爱, 树立他们终身体育的意识。

[关键词] 中职体育; 终身体育意识; 培养策略; 分析

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-6288.2020.04.1334

引言

体育终身意识的提高, 是人们追求自我发展意志的重要途径。学校体育作为整个体育体系中的重要部分, 肩负着培养学生终身体育意识的重任。教育部在《体育与健康课程标准》中, 提出了以“终身体育”为核心的体育教学模式。为此, 本文在总结当前中等职业学校体育教育现状的基础上, 试图将终身体育理念作为其改革的指导思想, 并在此基础上寻求一些行之有效的措施, 通过对中职学校学生进行终身体育教育, 促进其全面贯彻终身体育理念。

一、“终身体育”之内涵

其核心在于“终身”俩字。也就是学生能够终身自发地、持续地参加体育活动, 并且愿意终身去接受体育方面的知识。随着经济的快速发展, 人民的生活品质要求也越来越高, 我们现在所倡导的“健康生活”正是一种积极、向上的生活态度。因此, 许多人都在寻求终生的体育运动。终生体育具有长期性、新颖性、健康性等特点。这一观念的普及可以说是时代发展的必然结果, 顺应了人们对“健康生活”的要求。

二、在中职体育教学当中贯彻“终身体育”的重要性

中等职业学校学生终身体育意识的培养, 有利于促进学生的身心健康, 促进学生今后的职业生涯发展和人格发展。因此, 作为中职体育教师应当从教学实际出发, 不断地钻研和建构培养中职学生终身体育意识的模式。这就要求必须建立起和谐的师生关系、培养学生对体育的兴趣、加强体育理论教育的指导作用。还要加强对学校体育社团的组织方式, 加强对校园体育文化的引导。

三、在中职体育教学当中对实施“终身体育”的阻碍因素

应该说, 终身体育是把优良的体育教学模式和前卫的体育教学观念相结合而形成的新思维, 对提高学生体质和塑造其人格品质来说起到了很大的促进作用。但是, 从当前的情况来看, 部分中等职业学校的体育教学观念和系统还不够健全, 存在着许多缺陷和漏洞, 对实施“终身体育”产生了一些阻碍因素, 从而不利于中职学生“终身体育”观念的形成。本文通过综合性的分析, 认为有待于从三个方面着手加以解决。

(一) 一些教师对“终身体育”的认知程度不足

当前, 体育教学在中职的课程体系中早已得到了强化, 对体育课程的重视程度也在不断得到提高。但是, 一些中职的体育教师对于“终身体育”的认知程度不足。虽然对于体育课堂进行了很多改进和优化, 也采取了一些行之有效的训练措施。但是从整个教学观念和体系上来看尚未上升到“终身体育”的认知层面。所以, 教师的认知水平直接决定着“终身体育”的开展质量。因此, 提升中职体育教师对“终身体育”的认知程度是迫在眉睫的。

(二) 学生自身的学情及教师的一些不当的教学方式

中等职业学校学生正处在从少年向青年的成长期, 身心也正处在由“不成熟”向“成熟”转变的过程。从这一阶段学生的特点来看, 他们通常更倾向于张扬个性、突出自我。而在体育课堂上面, 一些老师采取的教学方式往往不够科学, 训练手段过于单一, 对学生的个性特质兼顾的不足, 限制了他们的自由发挥, 不能充分调动他们的体育兴趣, 难以让他们的课堂活动量达到应有的水平。那么, “终身体育”的目标就不容易得到发挥。

同时体育老师自身的因素, 对学生对于体育的喜好也有着一定的影响。学生在碰到自己喜欢的老师时, 会非常努力地学习, 自觉地符合运动项目的标准和要求。反之体育老师对学生的态度太过苛刻、太过消极, 会影响到他们的学习积极性, 此时体育教学就容易给学生带来压力。在教学当中, 一些教师的做法比较简单粗暴, 就容易造成学生对于体育课的兴趣下降, 那么学生就难以建立起“终身体育”的观念。

(三) 一些中职学校的体育场馆的利用率低, 难以满足教学需要

随着我国整体实力的提高, 对优秀技能型人才的需求日益增加, 教育主管部门也开始关注中职教育当中对人才的全方位培养, 并在多个角度进行了大力的帮助和扶持, 不断地加强中等职业学校的办学条件, 提高其办学水平。目前, 许多中等职业学校为了给学生提供体育锻炼的场地, 已经建立了自己的体育场馆。但一些学校受制于落后的教学观念, 在体育场馆建成之后, 更多的情况下只对学校的大型活动、大型会议等场合开放, 其他的时候针对学生开放的则比较少。另外, 体育场馆里的体育设备的使用率也比较低, 并没有发挥出应有的作用。这就造成了一些学校的体育场馆在事实上基本处于闲置的局面, 而体育设施并没有得到充分的利用。

简单地讲体育场馆和体育设施在体育课堂当中未能真正地得到利用。这自然对于学生的体育素养培养不利,也不利于学生“终身体育”的观念的形成。

四、在中职体育教学当中对实施“终身体育”的主要原则

(一) 体育教师应积极转化自身的教学观

在本文第三章第一节提到,中职的体育教师对于“终身体育”的认知程度,直接决定着“终身体育”的开展质量。因此,提升中职体育教师对“终身体育”的认知程度是迫在眉睫的。所以教师在对于体育课堂进行改进和优化当中,不光要采取一些行之有效的训练措施,更重要的是将整个教学观念和体系,都上升到“终身体育”的认知层面,在课堂上有机地融入“终身体育”的观念。从而给“终身体育”的实施创造重要的先决条件。

(二) 在校园文化方面要不断地强化“终身体育”方面的元素

中职校园文化是进行“终身体育”教学的重要载体。所以,中职在校园文化方面要不断地强化“终身体育”方面的元素,努力给学生营造这方面的氛围。对此,可以在校园文化建设上面,通过播放“终身体育”宣传片、大型体育赛事视频等方式来激发学生的体育激情,引导他们一步步产生“终身体育”的意识。同时,通过举办一些大型的终身体育活动,使学生充分体验和感悟到体育运动给自身带来的愉悦感和满足感,从而一步步体验到终身体育的优越性,使学生对终身体育有一个正确的认知。

同时,利用校园文化墙、班级黑板报等多种形式来宣传“终身体育”。在有条件的情况下,把与“终身体育”有关的知识印制成校本教材,用于在校内推广。通过培养学生对“终身体育”的认识,创造一个良好的学习氛围,从而增强学校和教师、学生三个主体的终身体育意识。

(三) 有效地塑造学生对“终身体育”的积极性

要适应“终身体育”的进一步推广,就必须要在学校当中各个方面共同推动下,制定出切实有效的教学措施和方案。其中,培养学生的主体性是一个很重要的努力方向。

首先,要对校内的体育器材和设施进行及时的维修和更新,使其发挥其应有的功能和作用,以提高学生的积极性,并更好地指导学生主动进行体育运动。其次,学生积极参与运动的根本动力是他们对运动的喜爱和重视,并且能意识到“终身体育”对身心健康和自我发展上面的帮助。体育教师应在教学中不断创新,丰富教学内容,避免单调乏味的体育教学。同时,教师也要通过有效的激励方法,培养学生的体育自信心,为他们的“终身体育”开展更好地注入动力。

五、在中职体育教学当中对实施“终身体育”的主要方法

(一) 进一步密切师生关系

建立良好的师生关系,是有助于学生形成终身体育意识的基础。这其中的一个先决条件就是要让学生们真正的愿意

配合教师的教学。结果表明,一个好的教师不仅要具备更高的专业水准,而应该是一个懂得关心和尊重学生的教师。中职“终身体育”应注重培养学生的个性。首先,老师要主动地融入到学生的体育活动当中。

体育作为一项实践活动,在教学中,师生共同训练、交流探讨、分享快乐、使学生真正体会到来自老师的关怀,就会主动去拥护教师的教学。其次,教师和学生的角色关系要重新定位。许多老师对于学生的具体情况关注的不够,仅仅是为了完成教学任务去进行教学。青春期的学生的性格多是活泼的,他们有自己的思想和情感。尤其是对于职业学校的学生来说,如果老师在教学中“高高在上”的话,那么给他们所带来的只会是一种压力。反之,教师若能在教学当中做到与学生,共同面对问题,共同探讨解决问题,学生就不会在学习过程当中感到压力,会感到体育课程是很有趣的课程。从而有效地调动学生的非智力因素,确保“终身体育”意识的形成。

(二) 注重理论教育的引导作用

体育理论课是向中职生传授体育科学文化知识的主要渠道,通过体育理论学习,学生可了解运动人体科学、体育养生保健常识、世界体育科技发展、全民健身及大学体育动态等知识,学习获得体育知识和信息的方法,以及学习体育欣赏和评价的方法。同时,还应充分发挥理论知识对掌握运动技术、技能和培养体育能力的作用,只有这样才能把体育理论和实际锻炼相结合,才能使体育锻炼更加科学,帮助学生建立终身体育意识^[1]。

(三) 不断完善课外活动组织形式

这是进一步提升学生的体育兴趣,进一步促进“终身体育”观形成的重要方式,还有利于学生健康心理的发展^[2]。在校内建立中职生体育俱乐部,如乒乓球俱乐部、网球俱乐部、健美俱乐部,让学生主动参与体育锻炼和管理,培养中职生参与管理的能力和自觉锻炼身体的习惯,最终使学生养成终身体育锻炼的习惯。中职学校体育教学还担负着培养全社会终身体育意识的责任,要以终身体育思想审视中职体育教学的改革和发展,建立长远的教育目标,以及符合中职生需求和时代要求的教材内容、教学模式、教学方法和教学评价等。

结束语

在中职体育教学当中打造“终身体育”的教学体系,对于提升学生终身的体育素养来说都很有帮助。对此,作为中职体育教师应当对于以往在教学当中那些不够科学合理的地方加以改进,从而不断地促进课堂上“终身体育”观的生成。

参考文献

- [1] 沈洋. 中职体育教学中影响终身体育的因素及对策[J]. 高考, 2018, 10(15): 90-91.
- [2] 易顺虎. 中职体育教学中终身体育意识的培养分析[J]. 体育风尚, 2018, 11(1): 100-102.