

# 体质健康测试对高职体育教学改革的影响探讨

毛瑰荔 周惊雷

(滁州城市职业学院 滁州市实验中学 安徽 滁州 239000)

**[摘要]**随着高职体育课程教学改革工作的深入推进,对于学生的体质健康提出新的更高的要求。高职体育课程作为高职学生身心健康的一个重要保证,很多高职院校在体育课程教学过程中都是以选课的方式来推进小班化的教学模式,但是要实现高职体育课程教学的改革和指导思想的更新,就需要在体育课程教学过程中牢固树立“健康第一”的教学理念,确保体育课程教学目标和人才健康发展的目标保持一致性,让各方能够且还对高职学生的健康水平有个充分地了解。作者将在本文中以高职学生的体质健康测试为研究的出发点,从高职院校体育课程教学方法、教学内容和教学方式等为研究内容,以提升高职体育课程教学成效为目的,研究如何推动高职体育教学改革工作。

**[关键词]**体质健康测试; 高职体育; 教学改革; 影响; 探讨

随着素质教育理念的深入实施,更加注重于学生德智体美劳实现全方位地发展,体育课程教学工作也得到了人们的高度关注。高职学生大部分时间都在学校,因此体育课程教学质量将对学生的体质健康水平具有直接性的影响。当前更多的人已经充分地认识到身体健康的重要性,体育课程教学目的就是推动学生身体素质实现提升。

## 一、当前高职学生体质健康测试的现状分析

第一,当前很多高职院校学生的体质测试工作,在高校体育课程教学改革的发展背景下,从内容和形式上都发生了很大的变化。最为显著地就是,学生对体质健康测试的本质要求和内容比较忽视,在体育课程中学生都是以模仿的方式来学习的。测试也是以指定性的动作和标准来进行演示。对高职学生的体育素质要求将是严重的忽略,将很难实现体育健康测试的要求和宗旨。学生也未能充分地认识到体育锻炼对自身健康的重要性,在体育运动锻炼过程中,学生追求的是学分,只要按时上课参加考试就认为可以达标。所以,造成学生体育锻炼的积极性和主动性不高,特别是田径长跑等项目学生的参与积极性不高。高职院校在学生身体健康测试中,没能准确地认识学生学习和两者之间的关系,所以很多学生不太重视体质测试的重要性和基本内涵。

第二,高职学生在参加体育课程学习过程中,对于健康的认知还存在不到位的情况,课程评价体系不科学等问题。同时,一些高职院校对于体育健康测试工作不重视,评价标准和测试项目设计不够科学,当前的体质健康测试体系不能对将学生真实的健康水平反映出来。如果评分标准比较低,将会对学生造成心理误导,学生在不参加体育运动的情况依然体质健康测试都可以过关,这样就造成学生对体育课程更加地不重视。

## 二、体质健康测试对高职体育教学改革影响途径分析

### 1. 努力构建科学化、多方角度的评价体系

与别的课堂教学不同,体育课堂教学中,学生的自由度比较高,所以在课程教学中可以说基本上没有教学内容或者教学氛围,学生都是按照自己的兴趣来开展体育运动的。所以,在体质健康测试中,体育老师要根据学生的体育运动兴趣和体育运动水平来设定科学化、合理性的评价体系,这样增加学生对体育课程学习的认可度。在高职体育课程教学中,一个重要的教学环境就是“教”与“测”。体育健康测试要针对体育课程教学中的不同环节来进行客观地评价,在高职体育课程教学改革中,需要着重培养学生体育运动技能以及体育运动的兴趣,对学生的体育运动技术、运动性趣以及运动能力进行科学、合理地规划,要紧紧围绕着学生身心健康全面发展。根据当前体育课程教学内容和教学评价方式,以统一、协调的方式来以随时测试和评价的方式,在推动学生参与体育运动积极性不断提升的同时,确保体质

健康测试结果的真实性和可靠性得到提升,这样就能做到“课课练”活动,确保学生有基本的体育运动时间。

### 2. 强化对高职学生体质健康测试标准的执行

根据《学生体质健康标准》有关条款的规定,如果学生体质成绩不达标,学生就不能毕业。这一点,对于高职院校来说,要认真贯彻,严格执行,不能打折扣、阳奉阴违。高职院校要高度重视学生的身体素质问题,这也是学校教育教学工作对学生负责的一种表现。高职院校可以将学生的体质健康测试成绩纳入对学生的评价体系中,让学生充分地感受到体质健康测试工作的重要性。在体质健康测试的时候要以实名制考核,避免出现弄虚作假的问题。高职体育老师要重视培训学生参加体育运动锻炼的习惯,不要过于重视于体育运动方法技巧的讲解。高职体育老师要让学生高度重视对体质健康测试工作,让学生充分地认识到体育运动锻炼的重要性,激发学生参加体育运动锻炼的主动性和积极性。此外,要从根本上确保体质健康测试的真实度,对于学校的监管力度和执行力度要注重提升。

### 3. 强化理论知识教学力度, 推动学生认知度的提升

高职体育课程教学工作要从理论和实践两个角度来重视。在强化学生身体运动锻炼的同时,对于理论知识教学不能放弃和松懈。对于高职学生体育素养的培养,在体育理论知识教学力度不断提升的同时,要指导学生进行正确的体育运动锻炼,让学生养成健康的生活习惯。在高职体育运动过程中,体育老师要充分地尊重学生的主体地位,以学生的身体素质和体育运动水平为基础,将体育理论知识教学有效地融入课程教学中,在学生掌握正确的体育运动技巧的同时,让学生通过体育运动养成良好的思想品格,让学生树立健康的生活态度和生活习惯,让学生拥有健康的体魄。

## 三、结语

身体作为革命的本钱,当前不论是家长还是学校都是高度重视学生身体素质的提升,所以当前高职院校体育课程教学工作得到了人们的高度重视。要想提升高职学生的身体素质将是一项长期和艰巨的教学任务,需要以学生的体质健康测试为基础,将开头工作做好,这样才能确保后续的体育课程教学活动更有针对性地开展。

### 参考文献

[1]杜文.基于学生体质健康现状对体育课程教学改革几点思考[J].内蒙古医科大学学报,2017,39(S1):225-228.

[2]谢冬兴.基于《学生体质健康标准》的高校体育教学思考[J].铜陵职业技术学院学报,2010,9(03):92-93.

### 作者简介:

毛瑰荔,1983年11月,女,汉族,安徽凤阳人,大学本科,讲师,体育教育。

周惊雷,1982年9月,男,汉族,安徽凤阳人,大学本科,中一,体育教育。

# 中职数学教学改革实践性教学的研究

王靖宇 陈志坚

(洛阳铁路信息工程学校 河南 洛阳 471000)

**[摘要]**进入二十一世纪以来,人们的生活水平不断提高,对教育模式的创新要求不断提高。目前,随着新课改,中职教学改革的全面施行,中职教师也在不断探究提升课堂教学成效的有效措施,数学课程属于中职教学当中的关键课程,其教学成效会对学生综合能力的全面发展产生直接影响。为了能够全面强化中职数学课程的教学成效,要对中职院校数学课程的教学现状进行改变,对教学理念进行有效更新,基于合理的教学理念对教学进行指导,着手于课堂实际教学,构建更为高效的课堂教学。

**[关键词]**中职; 数学教学; 课程改革; 方法

## 引言

随着社会的不断发展,现阶段中职学校教师的教学模式需逐步提高,在教学中,教师要充分结合学生的实际情况,进行针对性教学,为国家培养高质量的数学天才。在实际生活中,数学本身与生活存在一定的联系,教师要逐渐训练学生的思维能力,以此提升中职学生的数学能力。那么下文针对中职数学课堂实践性教学改革探究,给出了以下几点建议。

### 1 中职数学教学模式改革必要性

中职院校是专业技术型人才培养的重要教育场所,面对现代社会发展需要,对于专业技术型人才培养提出了更高的要求。中职院校日常教育教学中,对于专业学科教学重视程度较高,学生的参与积极性高,但是数学学科却始终处于边缘地位,无论是教师还是学生都未能予以高度重视。中职数学教学中主要是采用传统应试教育方法,未能充分调动学生学习积极性,实际教学成效偏低,数学学科教学力度不足,未能充分发挥数学学科作用,不利于学生逻辑思维能力的培养,制约其后续学习和发展。

## 2 中职数学课堂实践性教学的改革探究

### 2.1 完善数学课程体系, 提高学生学习的兴趣

在中职数学教学期间,数学作为中职院校的重要学科,教师在教学中要通过逐步改变教学模式,借助数学的知识来训练学生的思维能力,让学生逐渐爱上数学。在学生刚入校期间,数学教师要针对学生进行逐一分析,针对学生的基础知识进行逐一筛查,在课余时间针对学生的数学基础进行补课,在补课期间,数学教师要逐步观察学生的上课状态,通过与班主任的共同探究,以便更深入的了解学生。数学教师要尽力做好衔接性教育,在数学课堂上要端正学生的学习态度,通过改变教学模式,以学生为课堂的主体,让学生主导课堂,提升学生学习数学的兴趣。对于中职学生而言,上学是为了就业而做准备,在中职学校学习期间,教师首先要考虑好学生的专业需要,让学生对数学知识进行简单的概况,在数学教学体系中,逐渐形成合理的知识结构,通过课堂的教学态度,努力激发学生学习数学的兴趣,逐渐体现“以生为本”的教学理念,让学生逐渐感受到学习数学的好处,逐渐让学生由被动学习变为主动学习。