

浅谈中职体育课堂教学有效性的提高

马海晗

(河北省青龙职业技术教育中心 河北 青龙 066500)

[摘要]教育教学改革已经全面开启,中职体育课堂的教学特色,更加明显,关注整体教学的运行,升华课程体系,把握立德树人的方向,能够促使课堂教学的有效性,得以全面的提升。本文,全面研究中职体育课堂教学的运行机制,有的放矢的组合全新的教学内容,从多角度进行课程的延伸,增强学生的认知意识,让学生的思维始终处于动态发展之中,真正与学生的专业化成长,进行密切的联系,探索最新的教学方案,促使课堂教学的目标充满生命力,放松学生的心情,全面提高课堂教学的实际效果。

[关键词] 中职体育; 教学有效性; 提高

【DOI】 10.12252/j.issn.2096-6288.2021.10.1872

教育教学以其独特的形式,出现在学生的面前,特别是职业技术教育中心的各项工作,已经如火如荼地开展起来,各项教学内容更加精准,整体教学的方向,焕发出强大的力量,吸引学生的目光,促使专业课程的优势,得到全面的发挥,引导学生开开心心的接受专业课程,全面提高学生的职业修养,为学生今后参加工作奠定坚实的基础。作为中职体育教师,需要深层次的进行课程的分析,以学生为主体,精心的进行设计,全面进行课程的创新型研究,激发学生的潜能,帮助学生进行知识的转化,从多角度进行体育课程的改革和调整,发展学生的认知意识,增强学生自主锻炼的能力,促使课堂教学的形式,与学生的内心需求进行结合。那么在中职体育课堂中,应该通过哪些有效的方式和手段,提高课堂教学的有效性呢?

一、制定科学化的教学目标,促进学生的健康成长

把握其中的课程发展趋势,积极的进行转变,不仅能够让学生更加深入的进行目标的研究,同时也能遵循成长的规律,接受更多丰富的内容。所以在实际的中职体育课堂教学实践中,教师需要根据教材内容全面进行科学化目标的设定,不仅让学生拥有自主参与的机会,同时也要详细的讲解,每个具体的环节,让学生更加轻松的进行知识的内化,这样才能发挥学生的主观能动性,让学生的协调能力得到全面的发展,促使学生拥有终身体育锻炼的意识,关注学生的整体化成长和进步,积极的改善和调整课堂教学的步骤,以保障学生的健康发展。例如,在开展健美操教学过程中,教师首先应为全体学生讲解每一节健美操的特点、联系性以及注意事项,其次,教师带领学生开展热身活动,并且根据学生的身体以及心理素质,学生的学习基础与学习能力将学生进行分组。最后,教师对于协调性与节奏感强的学生掌握9节健美操的动作与技巧,对于学习能力较差,学习基础较为薄弱的学生,教师要求其掌握5节健美操的动作与技巧。

二、采取趣味性的内容,激发学生的运动热情

对于任何阶段的学生来说,趣味性的改革是最为重要的,只有在这样的情况下他们才能变得更加轻松自如,内心的感触才会更加深刻。所以在中职体育课堂教学实践中,教师要尽可能的激发出学生内心强烈的潜能,让学生拥有运动的热情,汲取丰富的经验,加强与学生之间的交流,尽可能的调控课堂教学的方法,真正把趣味性的活动融入到学生的训练之中,引发学生对体育课程的密切重视,让学生更加全面的进行知识的把握,适当的进行拓展,开阔学生的视野,用更多的措施,吸引学生的目光,这样才能找到学生运动的兴趣点,促使学生朝气蓬勃的参与到体育项目的研究之中,全面提高学生的接受和理解能力。比如在实际的体育项目之中,教师可以采用拔河比赛或者跑步竞赛等趣味性的内容,增添运动的乐趣,让学生拥有集体荣誉感,积极的进行参与和表达。同时在这些活动中,学生也具备团队精神,更愿意表现自己的才艺,这样才能让学生具备运动热情,完善体育课堂教学的体系,凸显学生的主体优势,最大化的唤醒学生的训练激情,改善课堂教学的方法和结构,以促使体育课堂教学效果和水平的不断提升。

三、运用现代化技术规范动作,促使学生养成运动习惯

我们都知道体育课程的内容相对比较单调,如果继续通过教材进行知识的灌输,则不能帮助学生进行知识的领会,而学生也无法体会到体育课程的魅力,在这样的状况下,学生的协调能力必然会受到限制,无法养成良好的运动习惯。打破常规的教学思想,全面运用现代化的技术手段,进行动作要领的规范,逐步进行分解,让学生从中进行深刻的体会,仔细的进行观察,才能达成体育教学的目标和任务。所以在实际的中职体育课堂教学实践中,教师需要通过现代化技术以简短的视频为学生播放,训练的要点,这样才能提高学生对于体育项目的感受,不断的进行探索,真正进行深度的理解,帮助学生进行动作的分解。并让学生反复的进行演示,此时学生不仅能够进行全方位的把握,同时也能进入到

良好的训练环节之中。比如在进行羽毛球的课堂教学实践中,教师可以运用互联网技术,展示一段林丹的发球动作,然后让学生从中进行把握,此时学生不仅能够掌握其中的技巧,同时也能研究出具体的运动方法和角度。在信息化技术的引领下,学生能够很好的掌握羽毛球的技术,刺激学生的感官,加深学生的认知,而学生也会循序渐进地领会其中的规律,逐渐养成运动的习惯。

四、渗透心理健康教育,培养学生优秀的锻炼品质

进入中职院校的学生,由于本身的能力有限,所以他们的成绩并不是很优秀,在这样的状况下,内心的抵触情绪也是十分强烈的,所以全面进行优化,巧妙地开展心理健康教育,兼顾学生心理的全面发展,能够塑造学生优秀的情怀,端正学生的认知态度,以更好的培养学生,优秀的锻炼品质。在这样的教学状况下,中职体育教师需要科学化的进行解读,针对学生可能出现的自卑感以及所承受的沉重压力,有计划性的进行体育项目的实施,巧妙的渗透心理,健康教育,改善学生的学习环境,让学生掌握更多的体育知识,同时也能培养学生积极向上的情怀,引导学生更加愉快地接受体育知识。比如在进行足球或者篮球类的体育项目的训练中,教师需要把不同的心理健康教育融入进来,不仅让学生拥有对这些运动项目的强烈参与意识,同时也逐步缓解学生训练中的疲劳,让学生更加开心的接受体育项目,具备健全的人格,坚强的体魄,这样才能获取丰富的教学效益,以保障学生身心的健康成长。通过心理健康教育的引导,中职体育课堂教学的形式会更加完善,而学生也能暂时得到心理的缓解,优化和创新教学内容,形成强大的力量,突出学生的主体性,实现课堂教学的创新发展,让学生始终保持最佳的训练状态。

五、精心的选择教法,提高学生的运动效果

我们都知道每个学生在知识的接受中都有其不同之处,如果没有进行合理化的分析,就无法制定出与学生成长方向,相一致的教学方案,而在这样的状况下,学生的学习热情也会渐渐的被消耗掉,学习的效果不能得到全面的提升。对于职业技术教育中心各专业的课堂教学实践来说,每个学科都有自己的特色,针对不同的专业,为学生传授不同的体育知识,全面进行把握,能够量身定做及时的弥补学生成长中的缺陷,促使课堂教学的形式真正发生转变,这样才能精心的进行布局,有针对性的进行体育训练,而学生也会积极的进行参与。比如计算机专业或者会计专业的学生经常会对着电脑工作,长期下来,会对眼睛造成不小的伤害,在体育课堂上,最好就能够帮助他们,做一些对眼睛有益的运动。

另一方面,经常坐在电脑桌前,脊柱也会出现问题,久坐会带来腰酸背疼以及肩膀疼的感觉,所以,对于这些专业的学生,可以选取一些手和眼睛都能够得到锻炼的运动,比如乒乓球等。适当的增加和改善新的教学内容,才有助于学生未来的生活工作,才能够真正的提高学生的身体素质和综合能力,促使学生对体育课程表达出浓厚的热情。

六、明确就业的导向,发展学生的核心素养

对于职业技术教育中心的工作来说,其专业化的特征是十分明显的,需要面对社会和市场,所以就业导向十分的明显。但是受传统教学观念的影响,中职体育课程在实施的过程中,由于过于追求片面的教学效果,没有真正认清形势,无法与当前的社会发展进行联系,所以学生不具备精湛的技艺,影响到学生核心素养的培养。打破常规的教学形式,明确就业的导向,合理化的进行课程的创新和实践性探索,真正把多种知识,与学生的认知意识,进行结合,引导学生熟练的运用体育技能,关注学生的整体化发展,显得十分重要。在此过程中,中职体育教师认真的进行分析剖析出课程的特色,积极的进行以就业为导向的教学改革,按照学生的内心需求,合理化的进行体育课程的延伸,全面发展学生的体育核心素养,提高学生的运动技能和水平。比如教师在为学生传授体育课程的过程中,可以加强与企业之间的联系,注入新鲜的血液,能够真正与时代接轨,要让学生意识到强身健体,对将来以后参加工作所产生的深远影响,这样才能巩固学生的学习效果,全面进行课程的延伸,以更好的展现课堂教学的独特气息。

总而言之,在全新的课堂教学氛围下,中职体育课程的特点得到全面的凸显,整体的教学改革已经高效的实施起来,注入更多的资源,能够全面体现中职院校的教学规律,显得十分重要。作为中职体育教师,需要认真的进行思考,通过对上述方法的分析和研究,创新型的进行资源的运用,调整教学结构,深入到每个学生的心中,能够切实有效地转变课堂教学的方法,通过多元化的手段,组合教学资源,增强学生的锻炼意识,让学生更加开心地参与到体育项目的练习之中,全面提高学生的体育能力和水平。

参考文献

- [1]姚西凯.浅谈分层教学在中职体育课堂教学中的运用[J].文存阅刊,2019(20):110.
- [2]施惠娟.中职体育教学中学生学习兴趣提升策略探析[J].当代体育技,2019(36):44-45.
- [3]胡晓群.浅谈如何提高中职业学校体育教学的有效性[J].中国校外教育,2019(14):140-141.