

# 职业能力背景下高职体育教学策略探析

倪春玲

长春医学高等专科学校

**摘要:** 在职业能力背景下, 高职体育教学需要通过体育课程和实践活动, 培养学生的体育素养和职业能力, 使学生在体育方面具备一定的理论知识和实践技能, 能够适应社会发展的需要, 为职业生涯做好准备。基于此, 文章将围绕职业能力背景下高职体育教学意义与原则, 对具体的教学策略进行探析, 以期能够为高职体育教学改革提供有价值的参考依据, 从而为社会培养更多高质量复合型人才。

**关键词:** 职业能力; 高职体育; 教学策略

【DOI】 10.12252/j.issn.2096-6288.2023.08.045

## 引言

职业能力是一个人在从事某一特定职业时所需要具备的技能、知识和素质, 这些能力和素质可以使其在职业生涯中取得成功。随着社会和经济的发展, 职业能力的概念也在不断演变。在传统观念中, 职业能力主要是指从事某一职业所需的专业知识和技能。然而, 在现代社会, 人们越来越认识到, 职业能力还包括许多非技术性的能力, 例如, 沟通能力、创新思维、领导力、适应能力等, 对于个人的职业成功和全面发展至关重要。因此, 高职体育教学应该以职业能力为指引进行实践, 进而促进人才全面发展。

### 一、职业能力背景下高职体育教学意义与原则

#### (一) 意义

##### 1. 提高学生的身体素质和健康水平

高职体育教学的首要任务是提高学生的身体素质和健康水平。在高职教育中, 学生需要具备较强的身体素质和专业技能, 以适应未来职业发展的需求。体育教学通过科学合理的课程设计和训练方式, 有助于提高学生的身体素质, 增强其抵抗疾病的能力, 为学生未来的职业生涯打下坚实的基础。

##### 2. 培养学生的团队协作和沟通能力

在高职体育教学中, 团队协作和沟通能力是学生必须具备的重要能力。通过参与体育活动, 学生可以学会如何在团队中发挥自己的作用, 与他人协作完成任务。此外, 体育活动还可以帮助学生提高沟通能力, 学会如何有效地与他人沟通交流。

3. 培养学生的自律意识和责任感

体育教学过程中, 学生需要遵守纪律, 按时完成训练任务, 这有助于培养学生的自律意识和责任感。在未来的职业生涯中, 具备自律意识和责任感的员工更容易获得成功。因此, 高职体育教学对于培养学生的自律意识和责任感具有重要意义。

##### 4. 促进学生心理素质的提升

无论是学习, 还是未来的工作, 学生会面临各种挑战和压力, 需要克服心理障碍, 保持积极的心态。通过参加体育活动, 学生可以锻炼自己的心理素质, 学会如何面对挫折和困难, 增强自信心, 为未来职业发展提供强大的心理支持。

##### 5. 丰富学生的校园生活, 提高学生的综合素质

高职体育教学通过举办各种体育活动和比赛, 丰富了学生的校园生活, 提高了学生的综合素质。学生在参加体育活动的过程中, 可以学会如何合理安排时间, 平衡学习与锻炼的关系, 提高自己的生活品质<sup>[1]</sup>。

## (二) 原则

### 1. 教育性与职业性原则

一方面, 高职体育教学应注重学生的全面发展, 培养学生的体育意识、兴趣和习惯, 提高学生的体质健康水平, 培养学生的团队协作、拼搏精神和自律意识等。另外一方面, 根据不同专业和职业领域的需求, 设计具有针对性的体育课程, 使学生在体育方面的学习和实践与职业特点相结合, 提高体育教学的实用性和针对性。

### 2. 实践性与科学性原则

通过组织丰富多样的体育实践活动, 让学生在实际操作中掌握体育技能, 提高体育教学的实践性和有效性。同时, 应遵循运动生理学、心理学等科学原理, 确保教学内容和方法的科学性, 避免因不科学的教学导致学生运动损伤或心理负担。此外, 注重体育教育与职业教育的有机融合, 培养学生在体育和职业方面的全面发展, 提高学生的职业竞争力。

### 3. 个性化和创新性原则

尊重学生的个体差异, 因材施教, 关注学生的兴趣和特长, 为每个学生提供个性化的教学内容和方法, 激发学生的学习兴趣和潜能。在高职体育教学中, 教师应积极探索和运用现代科技手段, 例如, 数字化教学、网络教学、多媒体教学等, 推动体育教学模式的创新, 提高教学质量<sup>[2]</sup>。

## 二、职业能力背景下高职体育教学策略

### （一）课程设置与优化策略

首先，针对不同专业和职业领域的需求，设置具有针对性的体育课程是非常必要的。例如，对于护理专业的学生，可以设置与护理相关的体育课程，例如，急救知识、心肺复苏等，使学生在在学习体育的同时，也能够掌握相关的职业技能。对于建筑专业的学生，可以设置与建筑相关的体育课程，例如，攀岩、瑜伽等，使学生在在学习体育的同时，也能够锻炼身体，提高工作能力。针对计算机专业的学生，可以设置与计算机相关的体育课程，例如，智能运动课程等，使学生在在学习体育的同时，也能够掌握相关的职业技能。例如，智能运动课程，将运动与计算机技术相结合，培养学生的智能运动技能和计算机技能。在智能运动课程中，学生可以学习智能运动设备的基本原理和使用方法，了解智能运动技术的应用和发展趋势，同时也可以学习计算机编程、数据分析和机器学习等相关知识。通过学习智能运动课程，学生不仅可以锻炼身体，提高运动水平，还可以掌握相关的职业技能，为将来的就业打下基础。其次，在设置体育课程时，还应该结合学生的兴趣和特长，提供多样化的体育课程供学生选择。例如，对于喜欢篮球的学生，可以设置篮球课程；对于喜欢足球的学生，可以设置足球课程。这样，学生可以选择自己感兴趣的课程，激发学生的学习兴趣和积极性。最后，通过对课程的评估和调整，可以确保课程内容与时俱进，满足行业和学生需求。例如，在评估过程中，可以了解学生的学习情况和课程设置的合理性，根据反馈结果对课程进行调整。同时，还可以结合行业的发展趋势，对课程进行更新和改进，使学生能够更好地适应社会发展的需求<sup>[3]</sup>。

### （二）教学方法改革策略

在职业能力背景下，高职体育教学需要注重培养学生的实践能力和职业能力，因此需要进行教学方法改革。下面将从三个方面介绍高职体育教学方法改革的具体内容。首先，现代教学手段包括数字化教学、网络教学、多媒体教学等，这些教学手段具有互动性、多样性、灵活性等特点，能够提高学生的学习兴趣 and 参与度，同时也可以让学生更好地掌握体育技能。例如，在教学中可以采用多媒体教学手段，通过视频、图片、音频等多种形式，让学生更加直观的了解体育技能的动作要领和注意事项；在网络教学中，可以通过在线讨论、互动问答等方式，让学生更好地理解和掌握体育知识。其次，个性化教学是指根据学生的特点和需求，制定个性化的教学计划和方案，让学生在适合自己的学习方式

下进行学习。在高职体育教学中，个性化教学可以根据学生的体育水平、兴趣和特长，制定不同的教学方案，使学生能够更好地发挥自己的优势，提高学习效果。例如，对于体育水平较低的学生，可以采用基础教学法，从简单的动作开始，逐步提高学生的技能水平；对于体育水平较高的学生，可以采用拓展教学法，让学生学习更加复杂的动作和技能。最后，实践性教学是指通过实习、实训、项目制学习等方式，让学生在实操中掌握体育技能。在高职体育教学中，实践性教学非常重要，因为体育技能需要通过不断地实践才能够掌握。例如，在实习中，学生可以到体育场馆、健身房等场所进行实践，了解体育场馆的管理和运营；在实训中，学生可以参加各种体育比赛和活动，提高自己的技能水平；在项目制学习中，学生可以参与体育活动的策划和组织，提高自己的综合素质<sup>[4]</sup>。

### （三）学生能力培养策略

首先，在高职体育教学中，培养学生的体育素养是非常重要的。体育素养包括体育知识、体育技能和体育文化等方面，是学生全面发展的重要组成部分。在培养学生的体育素养的同时，还要注重提高学生的体质健康水平，通过各种体育活动，让学生保持健康、积极的生活方式。其次，还要培养学生的团队协作、拼搏精神和自律意识等，这些都是学生职业生涯中必不可少的素质。例如，在团队运动中，学生可以学习协作和配合，培养团队精神；在个人运动中，学生可以锻炼拼搏精神和自律意识。最后，除了培养学生的体育技能外，还要注重培养学生的非技术性能力，这些能力对于学生的职业发展非常重要。沟通能力是职业生涯中必不可少的技能，通过体育活动，学生可以学习与人沟通、协调的能力；创新思维可以帮助学生更好地适应社会变革和发展，在体育活动中，学生可以学习创新思维和解决问题的能力；领导力是学生未来职业生涯中必不可少的素质，通过体育活动，学生可以学习领导和管理团队的能力；适应能力是学生面对职业挑战时必须具备的能力，通过体育活动，学生可以锻炼适应能力和应对压力的能力。

### （四）教师队伍建设策略

首先，体育教师是高职体育教学的重要组成部分，其职业能力的提升对于提高教学质量至关重要。因此，学校应该加强体育教师的职业能力培养，包括专业知识和技能的培训，以及教育教学能力的提升。例如，学校可以组织定期的师资培训，邀请行业专家进行授课，让体育教师了解最新的体育教学理念和方法，掌握更多的技能和技巧。同时，学校还可以鼓励体育教师参加相

关的学术研讨会和交流活动,提高其教育教学能力和专业水平。其次,鼓励教师参加行业培训和实践,提高教师的行业背景和实际经验。高职体育教学需要与行业接轨,因此,体育教师需要具备一定的行业背景和实际经验。学校可以鼓励教师参加行业培训和实践,提高其行业背景和实际经验。例如,学校可以与体育场馆、体育俱乐部等合作,安排教师参加实践性的工作,例如,场馆管理、赛事策划等,让教师了解体育行业的运作和管理,提高其实际经验和职业能力。最后,教师队伍的激励和管理是提高教学质量的关键因素之一。学校应该加强教师队伍的激励和管理,提高教师的教学积极性和教学效果。例如,学校可以设置教学奖励制度,对教学质量高、学生评价好的教师进行奖励,鼓励教师提高教学质量;同时,学校还可以建立教师考核制度,对教师的教学效果进行考核和评估,帮助教师发现自身不足,提高教学效果<sup>[5]</sup>。

### (五) 教学质量评价与反馈策略:

在高职教育中,体育教学不仅关乎学生的身心健康,更是培养职业能力的重要途径。为了提高高职体育教学质量,构建一套科学、有效的教学质量评价与反馈策略显得尤为重要。第一,建立多元化、全过程的教学质量评价体系。首先,在教学质量评价中,要充分考虑学生、教师、教学管理人员等多方利益相关者的评价意见,以保证评价结果的全面性和客观性。其次,教学质量评价应涵盖课程设置、教学方法、教学资源、学生能力培养等多个方面,确保评价内容的完整性。最后,将教学质量评价贯穿于教学活动的始终,通过定期收集和分析教学数据,为教师提供实时、有效的教学反馈。第二,利用现代信息技术收集和分析教学数据。一方面,通过网络教学平台、在线教育资源等,实现教学资源的共享与互动,提高教学质量。另外一方面,运用现代信息技术对教学数据进行收集和分析,为教师提供有针对性的教学改进建议,帮助教师及时发现和解决问题。第三,根据教学质量评价结果,及时调整教学策略。首先,通过教学质量评价,及时发现教学过程中的问题和不足,为教师提供反馈,促使教师调整教学策略。其次,根据行业发展趋势和学生需求,调整教学内容,确保教学内容的前沿性和实用性。最后,探索创新教学方法,提高学生的学习兴趣和参与度。

### (六) 体育基础设施建设策略

一个完善的体育基础设施不仅可以为教学提供良好的环境,还能促进基于校园文化的建设,为强化学生职业能力提供基础保障。第一,明确体育基础设施建设目标。(1)提高体育设施的覆盖率,确保师生能够就近

锻炼;(2)提升体育设施的质量和功能,满足多样化锻炼需求;(3)营造良好的校园体育氛围,促进师生身心健康;(4)强化体育设施的管理与维护,确保其长期有效运行。第二,合理规划体育基础设施建设。首先,在制定体育基础设施建设规划前,首先要对学校的体育设施现状进行调查,了解师生对体育设施的需求和期望,为规划提供依据。其次,根据学校的实际情况,合理规划体育设施的位置和功能,确保其与校园整体规划相协调。最后,在规划体育基础设施建设时,要充分考虑师生对各类体育项目的需求,例如,结合不同专业职业能力的特点,可合理配置设施资源,以满足不同项目的需求。第三,强体育基础设施建设与管理。首先,应制定体育基础设施的相关管理制度,明确责任分工,确保设施的正常运行。其次,通过合理安排课程、活动等,提高体育设施的使用率,使其发挥最大的效益。最后,进行定期检查和维修,确保其安全可靠,对损坏的设施要及时更新,以满足师生需求<sup>[6]</sup>。

## 三、结语

综上所述,在职业能力背景下,高职体育教学具有重要的意义。通过体育教学,学生可以提高身体素质和健康水平、培养团队协作和沟通能力、养成自律意识和责任感、促进心理素质的提升以及丰富校园生活,提高综合素质。因此,高职教育应高度重视体育教学,充分发挥其在培养职业技能型人才中的作用。总之,在职业能力背景下,高职体育教学应遵循教育性、职业性、实践性、科学性、个性化、创新性和整合性原则,培养学生的体育素养和职业能力,使学生在体育方面具备一定的理论知识和实践技能,为职业生涯做好准备。

## 参考文献

- [1]徐春豪.基于职业能力视角下高职体育教学的路径研究[J].佳木斯职业学院学报,2022,38(08):155-157.
- [2]韩雪岭.职业能力导向下的高职体育教学改革探讨[J].中国多媒体与网络教学学报(中旬刊),2022(03):25-28.
- [3]谢存.职业能力视角下的高职体育课程改革及方法分析[J].科学咨询(教育科研),2021(06):86-87.
- [4]毛玉柱.高职体育教学中培养学生职业能力的分析[J].当代体育科技,2019,9(20):178-179.
- [5]王建华.高职体育教学中培养学生职业能力的探讨[J].文体用品与科技,2019(10):148-149.
- [6]付彦.职业能力导向下的高职体育教学改革初探[J].农家参谋,2019(07):216.