

# 促进高职体育教学创新的教学策略探究

温新立

潍坊职业学院

**摘要:** 新时期的高职体育教学中,教师要探究促进体育教学创新的策略。传统的高职体育教学存在着一些问题,针对这些问题,明确推动高职体育教学创新具有重要意义,表现为:培养学生运动兴趣,提高项目教学效率,全面增强身体素质,更好培养体育人才。教师探究促进高职体育教学创新的教学策略,包括建立科学培养模式,构建混合教学模式,创新理论精神教学,组织多样训练活动,实施个性教育指导,搭建体育实践平台,建设体育联赛平台,构建多元评价体系。高职院校通过统一组织,教师落实这些创新教学策略,能更好提升教学成效。

**关键词:** 高职体育; 教学创新; 教学模式; 体育训练; 运动能力

**【DOI】** 10.12252/j.issn.2096-6288.2024.11.100

## 引言

体育作为高职教育教学重要课程,对于培养学生运动兴趣、增强学生身体素质、提升学生运动能力、促进学生身心健康等具有重要意义。基于立德树人根本任务,体育作为德智体美劳五育并举教育的重要组成部分,是其他教育的基础。因此高职院校应当将体育教学摆在极其重要的位置,结合“教会、勤练、常赛”,探索构建“课堂+实践+联赛”的三位一体体育教学创新路径。促进高职体育教学创新,重点是让学生在体育学习和运动训练中感受乐趣与形成兴趣,提升身体的素质,提高运动能力,理解体育精神与健全人格品格,锻炼坚强的意志品质等。教师要积极探究促进高职体育教学创新的教学策略,促进学生身心健康发展。

## 一、传统高职体育教学存在的主要问题

### (一) 教学培养模式滞后

在传统的高职体育教学中,教师多是根据体育课程主题内容,结合学生选课项目,按照固定的教学模式实施教学。在课堂上,教师主要通过讲述与演示方式实施教学,未能突出学生主体地位,师生互动不足,总体上教学培养模式滞后。

### (二) 教学基础不太到位

高职体育教学中,体育理论、精神品格、运动规则、训练活动等都属于教学基础内容。在以上教学过程中,教师多是基于讲授式的教学模式实施教学,教学过程趣味不足,训练活动不够丰富,无法引领学生积极参与学习与训练<sup>[1]</sup>。

### (三) 教学指导较为粗放

在体育教学的指导过程中,教师通常根据自己的观察和有限的数据分析进行指导,应用的监测方式也较为传统,体育实践平台也相对不足。这类粗放的教学指导

对学生的体育学习和练习带来不利影响,导致总体教学效果不尽如人意。

### (四) 活动评价不够完善

高职体育教学中还会组织各类赛事活动,然而过去的体育赛事往往只限制在有限的时间与空间内,体育赛事的级别也多集中在校级和区级。关于评价方面,教师多是依照传统的结果导向式评价方式,无法突出学生体育学习的过程。

## 二、促进高职体育教学创新的重要意义

### (一) 培养学生运动兴趣

根据高职学生认知情况,教师创新体育培养模式与教学模式,引入丰富有趣的教学内容,组织趣味多样的运动训练活动,生动多样讲述体育知识,能让学生感受到体育学习与训练的乐趣,培养学生运动兴趣,促进学生积极参与其中。

### (二) 提高项目教学效率

教师通过建立科学高效的培养模式,充分运用线上资源和平台,与传统线下教学模式有机结合,组织与开展多种多样的教学与训练活动,运用智能运动设备对学生运动监测,实施个性化指导,以此有效提高体育项目教学效率<sup>[2]</sup>。

### (三) 全面增强身体素质

教师可以根据高职体育教学目标,基于相关运动项目,组织多样的训练活动,根据学情进行个性化指导,引领学生课下训练,搭建体育实践平台,定期组织各类运动赛事,为学生创造各类展示自我的机会,能够全面增强学生身体素质。

### (四) 更好培养体育人才

高职体育教学创新中,教师要为学生创造更多的提升自我的机会,开拓通向更多方向的通道,选拔天赋型

选手向竞技体育方向迈进,引领学生参加各类比赛,参与各类活动。因此,在这样的过程中能更好培养各方面的体育人才。

### 三、促进高职体育教学创新的教学策略

#### (一) 优化体育教学流程,建立科学培养模式

基于新时期高职体育教学的要求,结合以往教学中存在的问题,高职院校要积极寻求创新培养模式。在高职院校中,体育教师应当通过交流合作,积极组织与实施主题教研活动,探究优化体育教学流程的方案,建立科学高效的培养模式。教师要确定人才培养理念,基于基本教学流程,持续探索、实践和改进。

例如,高职院校体育教师与教研组,应当研究同类院校的体育教育成功案例,基于因地制宜的理念,探索适合本校的体育教学模式。如浙江体育职业技术学院,走出了9位奥运冠军、71位世界冠军、72位亚运会冠军和113位全运会冠军。因此在教研活动中,体育教师就要深入研究这所院校的案例,明确其前瞻性创新“五环模式”,即目标、制度、课程、资源、评价这五个环节,确立“文化素养与竞技运动能力并重,竞技体育人才全面发展”的培养理念。因此一般高职院校也可以学习建立这种科学培养模式,根据本校情况,适当变化培养理念。比如将“竞技运动”“竞技体育”等去掉,变为“基本运动能力”“高素质技能”。

#### (二) 开足开齐体育课程,构建混合教学模式

由于硬件设施的限制,加上体育专职教师不足,一些高职院校未能开足体育课程,仅限于有限的几个项目,这给学生的选择带来了很大限制,影响育人效果。因此高职院校应当尽可能开足开齐各项体育课程,确保学生可以自由选择。基于线上资源和工具,教师还要探究与构建线上与线下融合的混合教学模式。

例如,根据教育部《高等学校体育工作基本标准》《全国高等学校体育课程指导纲要》等文件要求,为了满足学生的基本体能、基本运动能力、专项技能等要求,高职院校要尽可能开设完善的课程。除了传统的足球、篮球、排球、乒乓球、羽毛球等项目,还可以加入武术、太极拳、体育舞蹈、民族体育、友谊舞等项目,有条件的再加入飞盘、登山、徒步等新兴项目。学生根据各项体育项目的运动技术特点,根据自身兴趣爱好、身体素质与运动能力,自由选择合适的项目。教师指引学生通过登录系统,点击“网上选课”等选择相应项目。新学期,教师先实施体育导论与体验课程,便于学生后续及时调整项目。教师根据男女生特点,结合速度、耐力、力量和柔韧性

等要求,运用递进式的教学方式实施教学。教师课前运用智慧平台推送自主学习资源,课上主要通过身体示范等方面实施教学,课后再推送辅助学习的微视频、运动训练案例等资源,以便学生课后参与训练。教师还可以根据学生身体发育特点和运动水平,动态调整教学内容,在线上进行相应指导,以此完善各类项目的教学,发挥混合教学模式的优势。

#### (三) 把握体育育人理念,创新理论精神教学

体育基础理论、体育精神等是高职体育教学的重要组成部分,教师应当把握体育育人的理念,创新体育理论和体育精神等教学,促进学生更好掌握运动规则,形成良好的体育精神。教师要根据五育并举的要求,把握体育育人的理念,运用智慧教育平台和体育软件实施教学,与其他教师合作实施跨学科教学<sup>[3]</sup>。

例如,德智体美劳全面发展,是对高职学生学习与成长的要求,而体育教学不仅能够增强学生身体素质、提高学生运动能力,还能培养学生顽强、勇敢、合作等精神品格。在足球课堂上,教师结合动画或视频,形象、直观讲授足球运动的规则,让学生认识传接球基本规则,避免越位等。教师播放我国参与奥运历程的视频,展现刘翔退赛、中国女排夺冠、苏炳添闯进奥运会百米决赛等内容,让学生从中学习勇敢、坚持、奋进等体育精神。体育教师还要与专业教师等合作,组织探访社会生产、文化打卡等活动,在过程中培养学生坚毅、爱国等精神。

#### (四) 体育活动贯穿始终,组织多样训练活动

基于以往高职体育活动不够多样的情况,新时期的体育教育教学,院校应当将体育活动贯穿到从新生入学到毕业的各个环节,以此培养学生终身体育意识。教师要根据各项体育项目,结合本校的基础硬件设施,组织多样的训练活动,让学生积极参与训练,逐步增强身体素质,提高运动能力,提高体测成绩<sup>[4]</sup>。

例如,在高职院校的统一组织规划下,教师要针对不同年级的学生组织实施不同的体育活动。在大一刚开始时,主要根据高中阶段体育教学特点,延续早上锻炼活动,根据本校操场和各类空地,安排好早锻炼的空间。体育教师要与班级辅导员、体育委员、班长等合作做好监督,以此培养学生每日锻炼的良好习惯。在大二,教师主要根据学生选课,指导和监督学生参与各类体育活动项目。大三阶段,教师重点指引学生参与课外活动,督促学生实习阶段参与体育锻炼,还要定期组织体育测试,按照《国家学生体质健康标准》测试。

### （五）落实因材施教理念，实施个性化教育指导

不同学生的认知基础、身体素质、运动能力等的差异较大，教师实施同样的教学，作用在不同学生身上，往往产生不同的效果。因此教师还要落实因材施教理念，根据不同学生的实际情况，实施个性化教育指导。教师要秉持公正理念，尽可能为所有学生创造运动训练的机会，以此更好提高体育教学成效<sup>[5]</sup>。

例如，基于日常体育锻炼与体能测试，结合足球、篮球、排球等各类专项的体育运动项目，教师通过做好日常观察和记录，可以明确学生的身体素质与运动水平，以此针对不同学生实施对应教育指导。比如对于普通学生，教师要求学生保证正常的运动训练时间，积极主动参与各项运动训练。对于有某项运动特长的学生，教师要开设专门课程，对学生进行针对性的指导。对于身体虚弱或者存在一定问题的学生，教师需要适当降低要求，教授学生一些保健项目。教师还可以借助智慧教育平台，结合学生反馈情况，在线上及时实施科学指导。

### （六）创新运动监测方法，搭建体育实践平台

在信息化、智能化时代，运动软件、运动手环、智能手表等得到了非常广泛的应用，已经成为很多学生必不可少的软件和硬件设备。因此教师还要创新运动监测的方法，引导学生课后积极主动参与运动训练，根据运动数据调整运动方案，对学生监督与指导。教师还要搭建体育实践平台，为学生创造更多训练机会。

例如，当前几乎所有手机上都有三轴加速度传感器、定位系统、运动软件，教师要引导学生充分运用以上功能，或者借助智能运动设备，参与各项锻炼项目。教师将健身跑作为学期体育成绩达标的项目之一，要求学生借助软件工具参与到日常训练中，以此获得相应学风。学生需要按照规定配速与里程完成任务，每日或每周上传运动数据。教师也可以借助软件进行全程监测与管理，督促学生逐步养成每日锻炼的良好习惯。教师还要搭建线上体育知识竞答，以及线下越野跑、跳绳、踢毽子、拔河等体育实践平台，引领学生每日锻炼两小时以上。

### （七）定期组织体育赛事，建设体育联赛平台

高职院校体育教学创新，还要定期组织各项与各级的体育赛事，教师要倡导学生积极参与体育赛事，积极加入各类体育项目社团等。结合“常赛”和“专项运动技能”目标，高职院校还要与相关组织合作，建设体育联赛平台，鼓励天赋型学生、有特长的学生加入体育俱乐部，积极参与各项竞赛活动。

例如，根据高职体育教学项目，院校在学期开始、学期中、学期末、重要的节假日等时间组织各项体育赛事，如足球全场和半场比赛、五人篮球或三人篮球比赛、羽毛球联赛等，还要划分为不同年级、不同院系，同时或分开组织开展。各个体育社团也可以自主组织体育比赛活动，如徒步社团组织春季定向活动，如力量社团组织秋季拔河比赛等。基于以赛促教和以赛促练的理念，体育教师通过合作，建设“班级—院级—校级”的体育联赛平台，为学生创造更多机会。

### （八）综合体育教学情况，构建多元评价体系

基于高职体育教学创新背景，教师积极构建新型体育教学培养模式，在落实一段时间后，还要综合体育教学情况，构建多元评价体系。这需要改变过去通常基于结果导向的评价方式，而是将过程作为评价的重要指标，基于因材施教理念，对学生进行分类评价，多实施鼓励评价和引导评价等。

例如，教师要在教学过程中记录学生知识学习、运动锻炼的情况，最后通过测试明确学生运动成效，以此将运动过程和运动结果融合起来进行评价。教师要根据学生不同运动水平，对表现一般的学生进行鼓励，对表现突出的学生进行表扬，还要引导他们不同的发展方向，如引导有天赋的学生继续深造等。

## 结语

综上所述，以往的高职体育教学中存在着一些问题，体现为：教学培养模式滞后，教学基础不太到位，教学指导较为粗放，活动评价不够完善。针对问题，结合促进高职体育教学创新的重要意义，文章提出了系统性的教学创新教学策略。教师根据学情与教学需要，落实这些策略，可以有效提高体育教学的成效。

## 参考文献

- [1] 李翔. 基于职业能力视角下高职体育教学的革新策略[J]. 运动-休闲: 大众体育, 2023(15): 112-114.
- [2] 凌占一. 高职院校体育教学中融入拓展训练的意义与策略[J]. 职业技术教育, 2020, 41(35): 50-53.
- [3] 王海燕. 高职田径教学中创新应用体育游戏策略的分析[J]. 冰雪体育创新研究, 2020(2): 97-98.
- [4] 宋桥仔. 高职公共体育田径教学的创新探索[J]. 灌篮, 2022(24): 48-49.
- [5] 张覓. 多媒体技术在高职体育教学中的实践探究[J]. 中国多媒体与网络教学学报(中旬刊), 2020(10): 42-44.